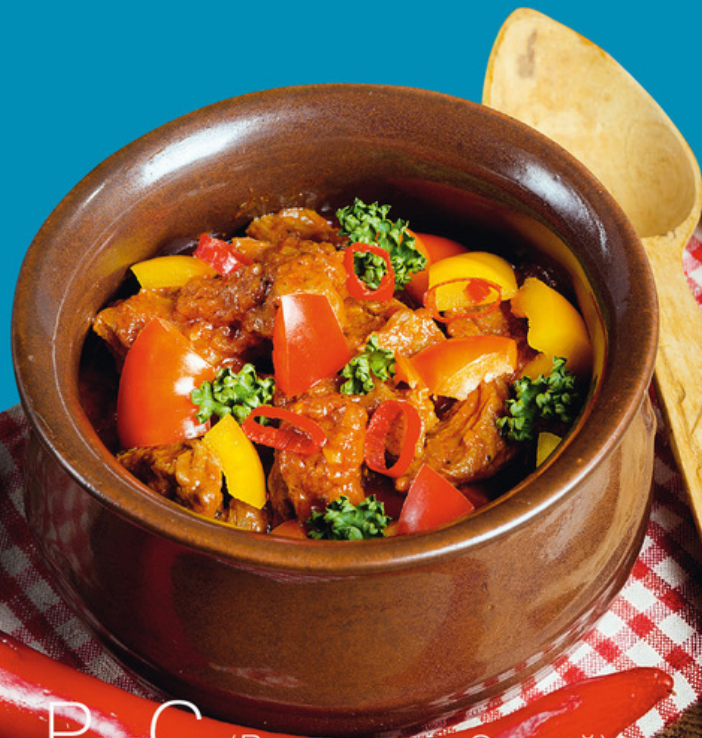


# Кулинарная энциклопедия

том 32



Р—С (Рольмопс — Сандей)

**Надежда Бондаренко**  
**Наталья Шинкарёва**

**Кулинарная энциклопедия. Том**  
**32. Р-С (Рольмопс – Сандей)**  
Серия «Кулинарная энциклопедия (ИД  
«Комсомольская правда»))», книга 32

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=23933277](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=23933277)*  
*Кулинарная энциклопедия. Том 32. Р – С. Рольмопс – Сандей:*  
*Комсомольская правда; Москва; 2017*  
*ISBN 978-5-4470-0223-7*

### **Аннотация**

В 32 томе: чем интересна русская кухня; история ромовой бабы и самовара; рецепты рыбника и печенья савоярди; как приготовить классический ростбиф; всё о сале, рыжиках и савойской капусте; что такое румтопф, саганаки и сальмореха; какое печенье немцы прозвали «русским хлебом» и многое другое.

# Содержание

Р	5
Рольмопс	5
Ром	9
Романеско	13
Романо	15
Тушёная фасоль романо с помидорами	15
Ромашка	18
Ромовая баба	21
Ромштекс	26
Конец ознакомительного фрагмента.	27

# Кулинарная энциклопедия. Том 32. Р- С (Рольмопс – Сандей)

Руководитель проекта: *Ольга Ивенская*

Составители: *Надежда Бондаренко, Наталья Шинкарёва*

Фотографы: *Павел Леляев, Ирина Завьялова*

Консультант: *шеф-повар Сергей Болотов*

© АО «Издательский дом «Комсомольская правда», 2017

© При подготовке макета использовались материалы фотобанков Shutterstock и Depositphotos

# Р

## Рольмопс

Холодная закуска из сельди, наиболее популярная в немецкой и шотландской кухнях, хотя подобные рыбные рулетики можно встретить в Польше, Скандинавии и Прибалтике. Рольмопсы готовят из филе сельди с разными начинками.

Изначально филе свежей рыбы немного просаливали, отбивали, сворачивали, дополняя той или иной начинкой, и варили с добавлением уксуса. Примерно в середине XIX века изменилась технология приготовления закуски. Из-за сокращения вылова сельди свежую рыбу стало не так просто найти, а блюдо всегда было «народным», и повышение цены сделало бы его недоступным для обычных покупателей, поэтому продавцы начали готовить рулетики из маринованной рыбы, и для сохранности на время продажи помещать их в тот же маринад.

Название блюду придумали немцы. В середине XIX века в Германии было очень модным держать собак небольших пород. Немцы тогда полюбили мопсов, а продающиеся на каждом углу рулетики из сельди внешне напоминали забавные мордочки этих собачек. Так и появилось название *Rollempops*.

– «завёрнутый мопс».

*На 4 порции*

*Время приготовления: 40 мин + маринование*

- 3 филе свежей сельди
- 1 ст. л. растительного масла
- 1 средняя морковь
- 1 средняя луковица
- 1,5 стакана воды
- 1 ч. л. сахара
- 1 лавровый лист
- 2–3 горошины душистого перца
- 1 бутончик гвоздики
- 0,5 палочки корицы
- 1 ст. л. столового уксуса

*Калорийность: 149 ккал*

- Филе сельди вымыть, обсушить, слегка отбить и смазать растительным маслом.
- Морковь и лук очистить, морковь нарезать на брусочки, лук – на полукольца.
- Воду влить в кастрюлю, довести до кипения, выложить в неё овощи, добавить сахар и все специи, варить 10–15 минут. Влить в маринад уксус, прогреть на слабом огне 2–3 минуты, снять кастрюлю с огня и немного охладить.
- На каждое филе сельди выложить морковь и лук, свернуть рулетиком, края скрепить зубочистками.

- Выложить рольмопсы в стеклянную посуду, залить маринадом, закрыть крышкой и убрать в прохладное место на сутки.
- Перед подачей переложить рольмопсы в салатник и полить маринадом.



**POM**



Крепкий алкогольный напиток. Продукт сбраживания и перегонки сладкой патоки, получаемой при переработке сахарного тростника. Лучший ром традиционно изготавливают на Карибах.

Прародителями рома стали вина аборигенов, которые проживали в тропиках. Такие напитки делали и в Индии, и в Южной Америке, и в Африке. С развитием мореплавания технологии перегонки этих вин стали мигрировать. Сейчас уже сложно установить, кто впервые изготовил ром. До сих пор исследователи спорят о происхождении названия напитка. На бутылке может красоваться как английское *rum*, так и испанское *ron* или французское *rhum*. Как и с названием, единого рецепта рома также нет. Напиток может годами выдерживаться в дубовых бочках из-под бурбона и хереса, или его разливают по бутылкам сразу. Где-то светлый и тёмный ром смешивают в разных пропорциях, и получают отличающиеся друг от друга напитки.

Ром делят по происхождению на испанский, английский и французский, что не значит, что он производится в данных странах, это, скорее определение особенностей производства. Испанский, как правило, разливают по бутылкам сразу, английский смешивают, а французский выдерживают в дубовых бочках. По цвету ром может быть светлым – он обычно используется для приготовления коктейлей; золотым – это выдержанный ром, часто со специями; и тёмным –

это выдержанный или несколько раз перегнанный ром с ярко выраженным вкусом. Ром бывает разной крепости, и от этого также зависит название. Так, ромовый эликсир обладает крепостью менее 40°, выдержанный ром – до 40°, а крепкий – до 80°.

Кроме того, существуют также «ароматный» ром, экстра-светлый, сельскохозяйственный (из тростникового сахара без переработки), промышленный, ром-ликёр и масса других вариаций, не вписывающихся в стандартные классификации. Всего в мире производится 400 видов рома.

В кулинарии ром используется для ароматизации выпечки, приготовления маринадов и коктейлей.

*См. рецепты коктейлей с ромом в статьях Голубые Гавайи, Грог, Дайкири, Куба Либре, Май-Тай, Мохито, Пинья Колада, Пуниш и др.*

# Романеско

(итал. *romanesco* – римская)

Сорт капусты. Вероятнее всего, он появился в результате естественного скрещивания цветной капусты и брокколи. Культивировать капусту романеско начали на территориях вблизи Рима в XVI столетии, но всемирную популярность она приобрела лишь в конце прошлого века, когда голландским учёным удалось вывести сорт, способный выдерживать лёгкие заморозки.

Как и все капустные, романеско богата витаминами С, К, А и цинком. И, как и в любых овощах, в ней много клетчатки, которая улучшает моторику толстого кишечника, позволяя избавиться от симптомов его неправильной работы. Отличием романеско от всех капустных является то, что она помогает нормализовать состав полезной микрофлоры и прекращает процессы брожения и гниения.

Капуста романеско по своим свойствам очень близка к брокколи. В кулинарии её жарят, варят, запекают, используют в салатах и в составе соусов. Для её приготовления подойдёт любой из способов, которым готовят брокколи. Единственное, что отличает романеско от всех иных капустных, – это её сливочно-ореховый без горчинки вкус и более нежная текстура.

Рецепты приготовления романеско в основном относятся

к итальянской кухне, здесь её после отваривания смешивают с песто и добавляют к пасте, делают из неё супы и соусы. Но чаще всего романеско едят сырой, молодые соцветия нарезают, смешивают с тёртым сыром и подают как салат.



# Романо

1) Подвид салата-латука. Романо отличается насыщенным вкусом, плотные листья салата образуют рыхлый кочан вытянутой формы. Романо особенно распространён в Италии, здесь его добавляют в салаты и пиццу, из него готовят песто. Романо входит в состав знаменитого на весь мир салата «Цезарь» (см. *Цезарь*).

2) Одна из разновидностей стручковой фасоли. Фасоль романо более нежная, чем другие виды. Чаще всего её используют для тушения или приготовления тёплых салатов.

## Тушёная фасоль романо с помидорами

*На 6 порций*

*Время приготовления: 1 час*

1 небольшая морковь

1 луковица шалота

1 зубчик чеснока

1 стебель сельдерея

200 г мелких помидоров

680 г фасоли романо

2 веточки свежего розмарина

100 мл оливкового масла

соль и перец по вкусу

*Калорийность: 49 ккал*

- Морковь очистить, натереть. Шалот мелко нарубить. Чеснок пропустить через пресс. Сельдерей ошпарить, мелко нарубить. Помидоры разрезать пополам, выложить в миску, посолить, перемешать. Фасоль нарезать на куски длиной 5–6 см. Листочки розмарина мелко нарубить.

- В глубокой сковороде разогреть оливковое масло, добавить розмарин и лук-шалот, обжаривать 1–2 минуты. Добавить сельдерей и чеснок, жарить 3–4 минуты. Добавить в сковороду морковь, тушить 10 минут, часто помешивая.

- Выложить в сковороду томатную пасту, перемешать, добавить фасоль романо. Накрыть крышкой и тушить 20 минут.

- Тушёную фасоль посолить и поперчить, добавить помидоры вместе с выделившимся соком и тушить под крышкой на слабом огне ещё около 20 минут.

- Снять с огня, перемешать. Переложить тушёную фасоль на блюдо и подать на стол.



# Ромашка



Цветок семейства Астровые. Это многолетнее растение используют для лечения различных заболеваний уже более 3000 лет. Латинское название ромашки *Matricária* – происходит от слова «матка» и было закреплено за этим неприхотливым цветком из-за того, что ею лечили большинство гинекологических заболеваний.

Вплоть до середины XVIII века ромашку в России назы-

вали «римской травкой», так как часто лекарственные средства, как и лекари, происходили из Италии. В светских кругах цветок быстро приобрёл более короткое название «романка», а народ упростил его до «ромашки».

Ромашка – это и по сей день в основном лекарственное растение. Её используют при спазмах кишечника, гастрите, энтерите, метеоризме, при воспалении печени, мочевого и желчного пузыря, почек, при дисменорее, истерии, неврозе, судорогах, невралгии тройничного нерва. Настой ромашки оказывает противовоспалительное, кровоостанавливающее, антисептическое, слабоявляющее, болеутоляющее, седативное, противосудорожное, потогонное, желчегонное действие. Из цветочных корзинок изготавливают эфирное масло и используют его как наружное лекарственное средство.

Стоит отметить, что цветок за время культивирования создал множество гибридов, поэтому русская ромашка – мелкая с острым ароматом, а, например, английская – более крупная, с густым медовым оттенком во вкусе. В Германии и США ромашка может быть и не с белыми лепестками. А римская прародительница всех ромашек – очень мелкое стелющееся растение, часто по высоте сравнимое с мхом, и цветёт она розовыми и фиолетовыми цветками. Неизменной и отличительной чертой всех ромашек остаётся лишь жёлтая сердцевина цветка, в которой и сосредоточены основные целебные вещества.

Практически во всех странах мира ромашка входит в состав травяных сборов для заваривания, травяных чаёв. Около 30 % мирового сбора ромашки уходит на производство ликёров, настоек и вермутов.

# Ромовая баба

Небольшой кекс из дрожжевого теста с добавлением изюма, пропитанный крепким алкоголем (чаще всего ромом) и покрытый сахарной глазурью. Основой десерта стало традиционное славянское блюдо – бабка, эти сдобные кондитерские изделия готовили в России, Белоруссии, Польше, на Украине и т. д. Пропитывать их стали в XVIII веке при дворе польского короля Петра Лещинского, но в то время для этого использовали мадеру. Позже, когда польский король был вынужден бежать во Францию к своей дочери Марии, которая являлась женой Людовика XV, Лещинский привёз свой штат прислуги, в том числе и повара. Он научил французских поваров готовить этот нехитрый славянский десерт. Здесь бабки стали пропитывать ромом и немного изменили их форму.

Продвинуться по Европе дальше ромовым бабам помог ещё один династический брак. Когда сестра французской королевы Марии-Антуанетты – Мария-Каролина – вышла замуж за короля обеих Сицилий Фердинанда IV Бурбона, она стала приглашать в Неаполь французских поваров, которые должны были сделать местную кухню, грубую и крестьянскую по мнению новой королевы, более изысканной и нежной. Ромовая баба прижилась в Италии настолько, что сегодня эти кексы грибовидной формы стали одним из символов

Рима и местной кухни. В знаменитом римском кафе «Греко», где за 200 лет побывали практически все знаменитости, ромовая баба – основной пункт меню. Здесь кексы пекут в специальных корзиночках в форме кольца, заливают ромовым сиропом и украшают взбитыми сливками.

Несмотря на то, что бабки разных видов в России изготавливали уже многие столетия, именно ромовые бабы пришли к нам сначала из Польши в конце XVIII века. Итальянский вариант десерта был завезён в нашу страну уже в начале века XX. В России десерт изменили под местные традиции, и сегодня эти кексы готовят с большим количеством жира и дрожжей, пропитывают их смесью сахарного сиропа с ромом или коньяком и покрывают сверху сахарной глазурью.

*На 12 шт.*

*Время приготовления: 2 часа + расстойка*

100 г изюма

50 мл рома

2 ст. л. свежих дрожжей

100 мл воды

1 ч. л. соли

1 ст. л. сахара

250 г пшеничной муки

100 г маргарина или сливочного масла

2 яйца

*Для пропитки*

100 мл воды  
8 ст. л. сахара  
2 ст. л. рома

*Для глазури*

6 ст. л. сахара  
8 ст. л. воды  
2 ч. л. лимонного сока

*Калорийность: 387 ккал*

- Изюм промыть в горячей воде, смешать с ромом и оставить в тепле для пропитывания.
- Дрожжи растворить в тёплой воде, добавить соль и сахар, перемешать до полного их растворения.
- В чашу комбайна просеять муку, добавить размягчённый маргарин или масло и яйца, перемешать до крупной крошки. Затем влить приготовленный дрожжевой раствор и вымешивать тесто на медленной скорости не менее 10 минут.
- Остановить вымешивание, накрыть тесто влажным полотенцем и оставить в тепле на 40 минут. После добавить изюм, вновь перемешать тесто и оставить ещё на 40 минут в тепле.
- Небольшие формы для выпечки кексов смазать растительным маслом, заполнить тестом примерно на треть объёма, накрыть влажным полотенцем и дать расстояться в течение 20 минут.

- Выпекать кексы в духовке при 190 °С в течение 30 минут, затем достать их из духовки и дать остыть в течение 5–7 минут.

- Извлечь кексы из форм и наколоть зубочисткой в нескольких местах.

- Приготовить сироп. В сотейнике довести до кипения воду, добавить сахар и варить после закипания 2–3 минуты. Снять с огня, немного охладить и влить ром. Сироп перемешать и перелить в глубокую миску.

- Каждый кекс пропитать сиропом, для этого поместить кекс в миску, ложкой поливать его сиропом и, достав, оставить на решётке. Повторить процедуру дважды, чтобы кексы хорошо пропитались.

- Приготовить глазурь. В отдельной небольшой кастрюле залить сахар водой и на слабом огне прогреть сироп, непрерывно помешивая, до кипения. Уваривать, постоянно помешивая, 5–7 минут.

- Когда сироп загустеет, снять кастрюлю с огня и поставить в холодную воду, добавить в сироп лимонный сок и, постоянно помешивая, охладить глазурь до комнатной температуры.

- Каждую ромовую бабу покрыть 1–2 ст. ложками глазури. Оставить ромовые бабы до полного застывания глазури.



# Ромштекс

Говяжья отбивная, обжаренная в панировке. Готовят ромштекс из спинной части туши (*схему говяжьей туши см. в статье Говядина*). Мясо предварительно маринуют в вине со специями, обмазывают горчицей, обмакивают в льезон – жидкую смесь яиц и молока – и перед обжариванием обваливают в панировочных сухарях. Благодаря всем манипуляциям мясо внутри панировки готовится в собственном соку, становясь сочным и мягким.

Классический ромштекс готовится из говядины, однако можно использовать и свинину.

Название блюда заимствовано из английского языка: *rump-steak* – буквально «кострец-стейк», это блюдо является классикой британской кухни. Готовят его из отборных частей туши.

Ромштекс – довольно простое в приготовлении блюдо. В продаже можно встретить полуфабрикаты – промаринованные ромштексы в панировке.

# 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.