

Кулинарная энциклопедия

том 27



П (Паштель — Пестик)

Надежда Бондаренко
Наталья Шинкарёва

Кулинарная энциклопедия.
Том 27. П (Паштель – Пестик)
Серия «Кулинарная энциклопедия (ИД
«Комсомольская правда»))», книга 27

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=23933237

Кулинарная энциклопедия. Том 27. П. Паштель – Пестик:

Комсомольская правда; Москва; 2016

ISBN 978-5-4470-0160-5

Аннотация

В следующем томе: как испечь перемячи и перепечи; чем уникальны перепелиные яйца; рецепт настоящей испанской паэли; секреты вкусных паштетов и пельменей; что такое пеламуши, пемпек и пепероната; все о перловке, персиках и пекинской капусте; какое блюдо самое популярное в мексиканской кухне и многое другое.

Содержание

Паштель	5
Паштель де ната	9
Паштет	12
Паштет из свиной печени	15
Паштет из куриной печени с яйцом	18
Паштет из куриной грудки с орехами	21
Паштида	24
Паэлья	28
Паэлья по-андалузски	29
Конец ознакомительного фрагмента.	30

Кулинарная энциклопедия. Том 27. П (Паштель – Пестик)

Руководитель проекта: *Ольга Ивенская*

Составители: *Надежда Бондаренко, Наталья Шинкарёва*

Фотографы: *Павел Леляев, Ирина Завьялова*

Консультант: *шеф-повар Сергей Болотов*

© АО «Издательский дом «Комсомольская правда», 2016

© При подготовке макета использовались материалы фотобанков Shutterstock и Depositphotos

Паштель

Разновидности блюда пастель (*см. Пастель*), которые готовят в Португалии. В стране существует 2 его классических варианта – *pastel de bacalhau* и *pastel de nata*.

Первое готовится на основе круто засоленной трески – бакаляу. Для приготовления блюда мясо трески отделяют от костей, затем мелко рубят, соединяют с варёным картофелем и специями. Из массы формируют небольшие шарики и обжаривают их во фритюре, затем подают горячими в качестве гарнира к различным мясным и рыбным блюдам или как самостоятельное кушанье, с различными соусами.

Второе известное блюдо, ведущее происхождение из Португалии, представляет собой пирожное, ставшее одной из самых известных «кулинарных достопримечательностей» страны. Пекут его из слоёного теста, а крем готовят из смеси молока и яиц. Полакомиться этим десертом можно в любом кафе Лиссабона. Однако пирожные по оригинальному рецепту готовят лишь в одной паштеларии, расположенной в районе Белень, *Fábrica dos Pastéis de Belém*.

История появления паштель де ната относится к 1820 году, когда из страны изгонялись религиозные ордена. Монахам приходилось очень нелегко. Для того чтобы хоть как-то выживать, монахи из монастыря Жеронимуш в Белене стали печь пирожные по своему рецепту и продавать их в неболь-

шой кондитерской. Кондитеры, которых допускали к приготовлению десерта, принимали обет молчания, поэтому долгое время никто другой не мог испечь паштель де ната. Позже рецепт у монахов выкупил бразильский предприниматель Рафаэль Алвес, будущий основатель *Fábrica dos Pastéis de Belém*.

Отменный вкус пирожных породил массу аналогов, сейчас их выпекают во всём мире, и коробочку паштель де ната принято дарить на Рождество во многих странах.



Паистель де бакаляу

Паштель де ната

На 16 шт.

Время приготовления: 1,5 часа

300 г слоёного теста

30 г пшеничной муки

250 мл молока

1 палочка корицы

2 ст. л. тёртой цедры лимона

250 г сахара

100 мл воды

4 яичных желтка

3 ст. л. сахарной пудры

1 ч. л. молотой корицы

Калорийность: 235 ккал

- Размороженное тесто раскатать в пласт толщиной около 1 см и скатать в плотный рулет, затем нарезать на кусочки толщиной 1,5 см.
- В формы для выпечки кексов вложить одноразовые вкладыши из плотного картона. В каждую форму положить по кусочку теста и распределить его большими пальцами по всей форме, поворачивая в одном направлении так, чтобы толщина теста на дне формы была меньше, чем по бокам.
- Муку просеять в неглубокую ёмкость и влить в неё по-

ловину молока, тщательно вымесить и протереть через сито, чтобы избавиться от комочков.

- Оставшееся молоко влить в сотейник, добавить корицу и лимонную цедру, на среднем огне довести до кипения, затем огонь убавить и варить молоко 2–3 минуты. Снять с огня, процедить и вновь довести до кипения.

- Добавить муку, разведённую в молоке, перемешать и вновь довести до кипения, снять с огня и накрыть крышкой.

- В отдельной кастрюльке соединить сахар и воду, перемешать до растворения сахара и варить на среднем огне 3 минуты. Постоянно помешивая, понемногу вливать горячий сироп в молочную массу, тщательно вымесить и процедить. Крем охладить до комнатной температуры.

- В крем по одному ввести желтки, тщательно вымешивая.

- Формы с тестом заполнить кремом так, чтобы его уровень не доходил до края примерно на 5 мм.

- Выпекать пирожные в духовке при 250 °С в течение 15–17 минут, до подрумянивания крема.

- Достать пирожные из духовки и извлечь из формы. Присыпать сверху смесью сахарной пудры и корицы.

- Подавать на стол пастель де ната можно как тёплыми, так и охлаждёнными.



Паштет

Популярная во всём мире закуска, паста, приготовленная из мясного фарша, грибов, дичи, яиц, птицы и прочих ингредиентов. Большинство специалистов относят это блюдо к французской кухне, хотя есть версия, что уже древние египтяне готовили паштет из гусиной печени. Косвенным подтверждением тому служат обнаруженные в дельте Нила барельефы, на которых изображён процесс искусственного откармливания гусей. Более того, историки утверждают, что рецепт приготовления фуа-гра был известен древним семитам, у которых его впоследствии позаимствовали греки, а позже римляне. На заре Средневековья похожее блюдо готовили и из других продуктов. Так, существует литературное упоминание о большом заячьем паштете, которым накормили воинов Атилы жители Шартра, чтобы задобрить их. Столь тонкий дипломатический ход возымел нужное действие – свирепые воины настолько объелись, что решили не трогать жителей города.

Интересно, что привычный для нас сегодня паштет был таким не всегда. Раньше его принято было готовить в виде слоёного пирога, начинкой которому служила измельчённая паста. Такой пирог вполне заменял основное блюдо, в то время как современные паштеты мы употребляем исключительно в качестве закуски. Паштеты могут подаваться к столу как

холодными, так и тёплыми. Во втором случае их обычно помещают в корзиночки из теста или запекают в тесте.

Если в Европе паштеты известны уже давно, то в России о них узнали только в XVIII веке. Сначала для приготовления этого блюда приглашались французские повара. Естественно, паштетом могли побаловать себя только состоятельные слои населения. Да и состав тех паштетов значительно отличался от современных. В них входили такие элитные продукты, как рябчики, трюфели и пр. Современные же паштеты иные по своему составу, он стал намного проще. Самым популярным вариантом закуски в наши дни является паштет из печени (свиной, куриной, гусиной и т. п.).

Несмотря на то, что приобрести эту закуску можно в каждом продуктовом магазине, приготовленная собственноручно, она станет украшением любого стола, не говоря уже о том, что в блюде не будут содержаться консерванты и прочие химические добавки.

См. также Паше.



Паштет из свиной печени

На 6–8 порций

Время приготовления: 50 мин + охлаждение

600 г свиной печени

50 г сала

2 средние луковицы

1 крупная морковь

3 зубчика чеснока

100 г сливочного масла

1 ч. л. розового или чёрного перца горошком

2 горошины душистого перца

соль по вкусу

Калорийность: 187 ккал

• Печень промыть, удалить плёнки и протоки. Нарезать средними по размеру кусками. Сало нарезать мелкими кубиками. Лук, морковь и чеснок очистить, мелко нарубить (морковь можно натереть на тёрке).

• Разогреть большую сковороду, вытопить из сала жир, шкварки удалить. Спассеровать на жире лук и чеснок до прозрачности и мягкости. Добавить морковь и готовить на слабом огне, время от времени помешивая, до её мягкости.

• Выложить в сковороду печень, потушить около 12 минут. Измельчить содержимое сковороды в блендере до одно-

родности.

- Весь перец растолочь в ступке и добавить в тёплый паштет вместе с размягчённым сливочным маслом. Посолить по вкусу, перемешать, выложить в прямоугольную форму и убрать в холодильник на несколько часов до застывания.
- При подаче нарезать толстыми ломтиками.



Паштет из куриной печени с яйцом

На 8–10 порций

Время приготовления: 45 мин + охлаждение

800 г куриной печени

1 стакан молока

1 луковица

1 морковь

100 г сливочного масла

0,6 стакана сливок

5 яиц, сваренных вкрутую

соль и перец по вкусу

Калорийность: 176 ккал

- Печень вымыть, обсушить, очистить от плёнок. Залить молоком, оставить на 1,5 часа.
- Лук очистить, мелко нарубить, морковь очистить, натереть на тёрке.
- На сковороде растопить сливочное масло, обжарить лук до золотистого цвета, добавить морковь, обжарить до мягкости.
- Печень откинуть в дуршлаг, разрезать на кусочки, выложить к моркови и луку. Посолить, поперчить, добавить специи по желанию.
- Слегка обжарить печень, влить сливки, перемешать. Ту-

шить, пока не выпарится жидкость. Переложить массу в блендер, измельчить до однородности. Яйца очистить.

- Удлиненную форму для выпечки выстелить пищевой плёнкой. На дно выложить слой паштета толщиной 1–2 см, сверху разложить очищенные яйца, расположив их друг за другом. Чтобы яйца лежали плотно, можно срезать у них верхушки. Выложить остаток паштета, разровнять его по форме, накрыть свисающими краями плёнки. Убрать на ночь в холодильник.

- Извлечь паштет из формы, потянув за плёнку, нарезать на толстые ломтики, подавать к столу.



Паштет из куриной грудки с орехами

На 8–10 порций

Время приготовления: 1 час + охлаждение

600 г куриного филе

4 луковицы

1 морковь

2 зубчика чеснока

200 г очищенных грецких орехов

150 г сливочного масла

щепотка тёртого мускатного ореха

50 мл растительного масла

соль и перец по вкусу

Калорийность: 189 ккал

- Куриное филе залить водой. Лук, морковь и чеснок очистить. В кастрюлю с куриным филе положить одну луковицу, морковь и чеснок. Отварить до готовности мяса.
- Отварную курицу, луковицу и морковь поместить в блендер, добавить орехи и несколько ложек бульона, измельчить в однородную массу.
- Сливочное масло растопить, влить в паштет, хорошо перемешать. Добавить соль, перец, мускатный орех.
- Оставшийся лук мелко нарубить, обжарить в растительном масле до золотистого цвета, добавить в паштет.

- Ещё раз всё измельчить блендером и убрать в холодильник, чтобы паштет охладился перед подачей.



Паштида

Блюдо еврейской кухни, нечто среднее между пирогом и запеканкой. Основной его принцип таков: жидкое тесто – любая начинка – жидкое тесто. Нередко в начинку кладут остатки предыдущих трапез: мясо, колбасу, отварной картофель или другие овощи. Для приготовления теста часто используют майонез, кефир, йогурт, сметану и пр. Чтобы паштида получилась действительно вкусной, важно не жалеть яиц, их число может доходить до 6 и более штук.

На 5 порций

Время приготовления: 1 час

200 мл натурального йогурта
5 ст. л. сметаны 15 % жирности
3–4 яйца
10 г разрыхлителя теста
25 г сливочного масла
щепотка соли
130 г пшеничной муки

Для начинки

300 г куриного филе
1 луковица
3 ст. л. растительного масла
1 ст. л. сметаны 15 % жирности

250 г брокколи

1 помидор

1 пучок зелени

соль по вкусу

Калорийность: 243 ккал

- Приготовить начинку. Куриное филе нарезать кубиками. Лук очистить, мелко нарубить.
- На сковороде разогреть растительное масло. Выложить курицу, слегка обжарить, добавить лук, перемешать, тушить 10 минут. Влить сметану, перемешать, тушить 3 минуты.
- Брокколи разобрать на соцветия. Помидор вымыть, нарезать кубиками. Зелень промыть, стряхнуть воду, мелко нарубить.
- Добавить брокколи, помидор и зелень к курице, перемешать, посолить по вкусу, тушить 5 минут. Снять с огня.
- Приготовить тесто: соединить все жидкие ингредиенты, добавить яйца и разрыхлитель, хорошо перемешать. Масло нарезать небольшими кусочками, добавить в смесь, посолить. Постепенно всыпать муку, перемешать, чтобы не было комков.
- Форму для выпечки смазать маслом. Вылить половину теста, затем аккуратно положить начинку, стараясь, чтобы она ровно покрыла тесто. Залить оставшимся тестом.
- Поместить в разогретую до 180 °С духовку на 30–40 минут. Готовность проверить с помощью зубочистки.

- Подавать блюдо тёплым или холодным.



Паэлья

Блюдо испанской кухни, его родиной принято считать регион Валенсия. Внешне паэлья напоминает собой плов, так как её основным ингредиентом является рис. Блюдо часто подкрашивают шафраном, а вариаций с остальными ингредиентами так много, что практически каждый регион может похвастаться своей собственной паэльей. Испанцы утверждают, что рецептов приготовления этого блюда насчитывается более 300. Традиционная валенсийская паэлья включает в себя несколько видов морепродуктов, рыбу, курицу, специи и белое вино. Название блюда произошло от валенсийского слова «сковорода».

Согласно обычаю, паэлью обязательно подают на День Святого Иосифа, 19 марта, а также по воскресеньям, однако попробовать её в испанских ресторанах можно в любой день недели.

В некоторых регионах Испании можно встретить весьма экзотическую паэлью, например, из фасоли. Сегодня паэлья стала поистине «визитной карточкой» страны, и её можно отведать в ресторанах испанской кухни по всему миру.

Паэлья по-андалузски

На 6–8 порций

Время приготовления: 1 час 10 мин

400 г помидоров
2 крупные луковицы
4 зубчика чеснока
300 г филе сайды
300 г свиного филе
200 г филе кальмара
200 г крупных креветок
2 крупные моркови
100 г корня сельдерея
1 красный сладкий перец
2–3 ст. л. оливкового масла
1–2 ч. л. молотой паприки
щепотка шафрана
1 стакан риса
1 л мясного бульона
сок 1 лимона
соль и перец по вкусу

Калорийность: 138 ккал

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.