

ТАМАР
АДЛЕР

Еда без правил



ПРОСТЫЕ ПРИНЦИПЫ
ХОРОШЕЙ КУХНИ

Эту книгу хорошо дополняют:

[Лучшие рецепты](#)

Александр Дюма

[Здоровые рецепты доктора Ионовой](#)

Лидия Ионова

[Как научиться готовить](#)

Андрей Азаров

[100 самых полезных продуктов](#)

Александра Кардаш

[Ешьте это, а не то](#)

Олеся Гиевская

TAMAR ADLER

AN EVERLASTING MEAL

COOKING WITH ECONOMY AND GRACE



SCRIBNER

New York London Toronto Sydney New Delhi

ТАМАР АДЛЕР

ЕДА БЕЗ ПРАВИЛ

ПРОСТЫЕ ПРИНЦИПЫ ХОРОШЕЙ КУХНИ



«МАНН, ИВАНОВ И ФЕРБЕР»

Информация от издательства

Издано с разрешения Tamar Adler c/o ICM Partners c/o Curtis Brown Group Limited и
литературного агентства Andrew Nurnberg

На русском языке публикуется впервые

Книга рекомендована к изданию Аленой Спириной, кулинарным блогером, автором книг,
телеведущей.

Адлер, Тамар

Еда без правил: простые принципы хорошей кухни / Тамар Адлер ; пер. с англ. Д. Батий, Т.
Порошиной, С. Филина. — М. : Манн, Иванов и Фербер, 2014.

ISBN 978-5-00057-199-6

Мы слишком усложняем свое отношение к еде. Боимся ошибок, стремимся к совершенству, старательно соблюдаем правила. На самом деле приготовление еды — восхитительный творческий процесс, который начинается, когда вы поставили кастрюлю с водой на огонь, и не имеет конца. Отбросьте стереотипы, забудьте сомнения, играйте по своим правилам. Эта книга для тех, кто хотел бы научиться готовить легко, просто, без лишних затрат и с наслаждением, избавиться от страхов и чувства вины за свои кулинарные ошибки; для тех, кто верит, что еда объединяет.

Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав.

Правовую поддержку издательства обеспечивает юридическая фирма «Вегас-Лекс»

© Tamar Adler, 2011

© Перевод на русский язык, издание на русском языке, оформление. ООО «Манн, Иванов и Фербер», 2014

Предисловие



Я познакомилась с Тамар Адлер в 2007 году, когда она пришла работать в ресторан Chez Panisse. Ей тогда было всего 29 лет, и Тамар с легкостью вписалась в коллектив. Меня сразу покорило ее обаяние и невероятное самообладание. У Тамар врожденный кулинарный дар, все свои шедевры она создает непринужденно, не отступая от своей философии «честной еды».

Книга «Еда без правил. Простые принципы хорошей кухни» — это рассказ о кулинарии, начинающийся не с перечня продуктов или инструкций по нарезке лука, а с мировоззрения. В его основе лежит живое чувство, побуждающее читателя взглянуть на мир под другим углом и сделать процесс приготовления еды непрерывным, последовательным, перетекающим от одной трапезы к другой. Книга крайне полезна для всех, кто любит готовить, ведь ее главная идея в том, что ничего не нужно выбрасывать, что хорошая кухня строится на нашем врожденном стремлении сохранить продукты. После приготовления блюда всегда что-то остается, и, вместо того чтобы выкинуть остатки, Тамар предлагает сделать их основой нового угощения: шелуху и хвостики лука можно добавить в суп или в бобы, кости — в бульон, а апельсиновую цедру — в джем.

Кроме того, Тамар поддерживает начинающих кулинаров, рассказывая, как можно спасти практически испорченное блюдо и направить процесс в новое русло. Примеры найдете в главе [«Как обратить поражение в победу»](#): из пережаренного стейка можно приготовить мясо по-тайски и подать его с салатом из жареного риса (лаарб), а из подгоревшего баклажана легко сделать баба гануш^[1] «с дымком». Тамар показывает, с какими сложностями и неудачами мы ежедневно сталкиваемся на кухне, и дает советы, как преодолеть их с улыбкой. Она учит не только тому, как готовить, но и как полюбить этот процесс.

Тамар — одна из лучших писательниц, которых я знаю. Она пишет красиво, изящно, прозрачно и открыто, во вдумчивой манере Мэри

Фишер^[2]. Тамар поражает точностью — к примеру, о соли она говорит: «Все продукты нужно солить. Паста или стручковый горох могли бы гордиться собой, если бы их структура была идеальна и им больше ничего не требовалось. Так и люди — слишком боятся показаться неидеальными, когда обстоятельства требуют сдержанности. Но ни нам, ни гороху не повредит помощь в том, чтобы проявить себя». О яйцах она пишет: «Яйца должны откладывать курицы, которые разбираются в этом деле так же хорошо, как и мы — в зачатии детей».

Перед вами нечто большее, чем кулинарная книга или даже книга о еде: «Еда без правил. Простые принципы хорошей кухни» рассказывает о том, как жить полной жизнью. Ее главная идея проста: наше счастье непосредственно зависит от того, что и как мы едим.

Алиса Уотерс
*шеф-повар, ресторатор, совладелица ресторана Chez
Panisse, автор ряда кулинарных книг*

*Моей матери, брату и отцу, а также всем поварам-
любителям*

*В этом и состоит роль любителя:
искать в мире дары божии.*

Роберт Фаррар Капон «Брачная вечеря Агнца»

Введение

С чего начать?

В 1942 году Мэри Фишер написала книгу под названием «Как приготовить волка»^[3], ^[4]. Это смелая книга о приготовлении пищи во время войны, в ней рассказывается о том, как достойно жить и питаться хорошо вопреки нормированным пайкам и нехватке продуктов. Этот труд был целиком посвящен еде и кулинарии и помогал людям укрепить дух.

Фишер писала о том, что необходимо все делать со вкусом. Она настаивала, что готовить нужно с удовольствием, причем не только для того, чтобы было проще преодолеть трудности, но и «чтобы избавиться от лишнего то, что вы любите делать больше всего, чтобы вам стало приятнее жить в мире, в котором все чаще и чаще происходят неприятные сюрпризы».

Мне понравилась эта книга. Я написала свою по ее образцу.

Книга «Еда без правил. Простые принципы хорошей кухни» — это не сборник рецептов, не мемуары и не художественная литература. Это книга о том, как питаться вкусно и по средствам, но так как это непосредственно связано с процессом приготовления, то в основном я буду рассказывать о еде.

Готовить одновременно и проще, и интереснее, чем мы себе представляем. В последние годы этот процесс сильно усложнили, как будто на свете мало других трудностей. Нам необходимо провести ревизию советов по приготовлению пищи и отобрать лишь самые простые и необходимые, чтобы вновь поверить, что готовить — здорово.

Издания, посвященные легким рецептам, в этом деле только вредят. Недавно в одном журнале я прочла рецепты пасты «вскипяти и брось» и «омлета за одну минуту», а также различные рекомендации, как ускорить процесс приготовления этих блюд. Все это вроде должно упростить жизнь хозяйке, но на деле лишь усложняет.

Принцип «вскипяти и брось» касается любой пасты. А для многих прекрасных блюд достаточно рекомендации «вскипяти». Тут нечего ускорять или упрощать, так что лучше купите соли и оливкового масла на те деньги, что стоит журнал.

Поделюсь с вами и секретом «омлета за минуту». Омлет всегда готовится минуту, ускорить его приготовление — это все равно что пытаться быстрее дышать.

В этой книге нет профессиональных рекомендаций, потому что не надо быть профессионалом, чтобы хорошо готовить, как и не нужно быть доктором, чтобы справиться с синяком или царапиной. Нам так часто повторяют, что готовить непросто, что мы перестаем совершенствоваться в этом искусстве.

Я могу дать много простых и действенных советов, с чего начать приготовление еды, но еще больше — о том, как преобразовать блюдо. Например, ломти черствого хлеба можно смолоть в крошки и посыпать ими пасту или добавить в салат либо слегка поджарить и разломать на гренки, а затем намазать оливковой пастой. Соцветия брокколи можно сварить в подсоленной воде, а стебли — вскипятить с оливковым маслом, а затем выложить на тост и посыпать тертым пармезаном. А вот оставшуюся жидкость стоит использовать для супа с овощами. Одни ингредиенты влекут за собой другие, словно падающие костяшки домино. Эта непрерывность и есть сердце и душа кулинарии. Просто решите для себя, что всякая трапеза хороша.

Я попытаюсь рассказать вам о том, что, на мой взгляд, действительно важно. Вы можете сами отсеять лишнее и отобрать основные мысли, полезные именно для вас. Я всего лишь хочу показать, что кулинарное искусство — это процесс сочетания и отбора, это последовательная история, которая начинается с того, что вы зажигаете конфорку, наполняете кастрюлю водой, — и продолжается до тех пор, пока вам это нравится. Итак, полагаю, наша цель ясна. Если приготовление еды — это непрерывный процесс, то наша задача в том, чтобы начать.

Глава 1

Как вскипятить воду

Когда вода начинает кипеть? А когда вода и вправду вода?

М. Фишер «Как приготовить волка»

Считается, что нужны какие-то особые знания для того, чтобы приготовить вкусную еду. Ничего подобного. Сочетание воды, кастрюли и огня дает нам кипящую воду, и вы не представляете, сколько интересных блюд можно приготовить на ее основе.

Первый горшок был изобретен десять тысяч лет назад, и с тех пор кипящая вода символизирует домашний очаг. Я не предлагаю вернуться в прошлое и варить все что ни попадя — но вместо того, чтобы ломать голову над ужином, просто поставьте на плиту большую кастрюлю с водой, зажгите под ней конфорку и посмотрите в холодильнике, что можно в нее бросить. Таким образом, вы окунетесь в процесс приготовления блюда и приблизитесь на несколько шагов к готовому ужину.

Советов о том, как лучше вскипятить воду, так же много, как способов избавиться от икоты. Одни рекомендуют использовать холодную воду, так как в трубах с горячей водой распространяются микробы; другие настаивают на том, чтобы заливать в кастрюлю горячую, так как только дурак не воспользуется начальным преимуществом. Разгораются споры также вокруг того, нужно ли добавлять оливковое масло (добавлять его нужно, если вы намереваетесь приготовить суп, но лучше повременить с маслом, пока окончательно не решите, какое именно блюдо вы хотите приготовить).

Я советую подогревать воду под крышкой, если вы торопитесь, потому что так она быстрее вскипит, или же без крышки — если вам нужно время на то, чтобы определиться с тем, что вы собираетесь варить.

Джулия Чайлд^[5] рекомендует постоянно пробовать воду по мере того, как она нагревается до 100 градусов^[6], чтобы научиться различать температуру на разных стадиях. Этот совет может показаться чересчур дотошным, но в нем заключается бесценный урок, касающийся не столько кипячения воды, сколько кулинарии в целом: при любой возможности извлекайте из происходящего новые знания. Вам не нужно в точности знать, как различается вода при 60 и 80 градусах, но, попробовав ее на разных этапах, вы сможете кое-что узнать о своей кастрюле, плите или о ложке, которой обычно снимаете пробу.

Как только вода начинает кипеть, хорошенько ее посолите. Лучшее сравнение, которое я могу подобрать, — вода должна быть соленой, как море, и неважно, собираетесь ли вы варить пасту или стручковый горох.

Все продукты нужно солить. Паста или стручковый горох могли бы гордиться собой, если бы их структура была идеальна и им больше ничего не требовалось. Так и люди — слишком боятся показаться неидеальными, когда обстоятельства требуют сдержанности. Но ни нам, ни гороху не повредит помощь в том, чтобы проявить себя.

Сыпьте соль пальцами, чтобы почувствовать, сколько вы добавили, и постоянно пробуйте воду. Совершая это действие, вы следуете главному правилу кулинарии: чтобы сделать что-то вкусным, будь то вода или нечто более существенное, нужно проверять вкус каждого ингредиента в ходе всего процесса приготовления.

ОВОЩИ. БЕРЕЖНЫЙ ПОДХОД

В последнее время приготовление пищи в воде, в отличие от варки на пару, пользуется плохой репутацией, но я предпочитаю первый вариант. Многие думают, что, поместив овощи в воду, мы их испортим, хотя на самом деле это очень бережный подход. Пожалуй, ничто не может сравниться с вареным молодым картофелем или репой.

Соленая вода усиливает вкус овощей, а значит, когда вы их вынимаете, они уже отчасти приправлены. Кроме того, при варке улучшаются качества не только овощей, но и самой воды. Капустный

суп будет вкуснее, если приготовить его на воде, в которой вы сварили капусту, да это и проще, чем специально варить куриный бульон.

Варить лучше всего сезонные овощи, особенно листовые и с длинными стеблями. Они стоят дорого на фермерском рынке, но, покупая их, успокойте себя тем, что эти овощи просто приготовить: достаточно нарезать и бросить в воду.

Чаще всего отваривают брокколи. Если же вы ни разу не пробовали или пренебрегаете таким способом приготовления, советую вам купить нефритово-зеленый кочан брокколи с упругими стеблями и цветную капусту с бледно-зелеными листьями, а затем сварить их (по отдельности). Брокколи и цветную капусту стоит варить, только если эти продукты в отличном состоянии. Если же они слегка завяли и усохли, потушите их с оливковым маслом, чесноком и цедрой лимона.

Перед приготовлением брокколи или цветной капусты отрежьте главный толстый стебель — сердцевину. Головки нарежьте длинными кусками. Не забудьте о стеблях и листьях! Разрежьте сердцевину, которую вы вырезали, на равные части и отложите, чтобы потом приготовить соус песто (pesto) (см. рецепт [«Чесночный песто из стеблей, листьев и кочерыжек»](#)).

Итак, вскипятите воду в большой кастрюле, посолите и попробуйте. Погрузите в нее овощи, перемешайте пару раз и ждите, когда они приготовятся. Что бы ни говорилось в кулинарных советах, этот процесс занимает не одну минуту.

Чтобы овощи были действительно вкусными, их нужно сварить до готовности. В 1950-х овощи переваривали, за чем последовала закономерная реакция — их стали недоваривать. Однако маятник качнулся слишком далеко. Недоваренные овощи кажутся крахмалистыми и безвкусными; в них уже не осталось полезных свойств свежих овощей, но при этом еще не успели раскрыться те качества, которые формируются под действием высокой температуры. Мне очень не нравится, когда я надкусываю овощ и слышу его скрип.

Овощи готовы, если их легко проткнуть кончиком острого ножа. Если вы готовите брокколи или цветную капусту, проверьте самые плотные части — стебли. Вытащите шумовкой готовые овощи и положите их в миску, слегка сбрызнув оливковым маслом. Если

овощей много, то сначала разложите их на противне, дождитесь, пока они чуть-чуть остынут, и только после этого переложите в миску.

Сейчас модно «шокировать» овощи, кидая их в ледяную воду сразу после того, как отварили. Благодаря этому они не теряют свой цвет. В моих правилах — ничего не «шокировать». Я не думаю, что стоит так суетиться для того, чтобы овощи выглядели сырыми, когда на самом деле они уже приготовлены.

Английский шеф-повар Фергюс Хендерсон тонко упрекнул молодых кулинаров, которые погружают в ледяную воду идеально сваренные теплые овощи. Он отметил, что свежие овощи не менее прекрасны, даже если они выцвели или побледнели. Самый популярный гарнир в ресторане Хендерсона St. John — сваренные «до иного оттенка» картофель и капуста. Посетители, попробовав пару кусочков этих идеально приготовленных овощей, обычно заказывают еще пару порций на гарнир к другим блюдам.

Если вы планируете варить несколько разных видов овощей, то готовьте каждый из них по отдельности, а затем приправьте оливковым маслом. Клубни и корнеплоды (к примеру, репу или картофель) полейте лимонным соком или белым винным уксусом, пока они еще горячие.

В той же воде, в которой варились овощи, можно приготовить пасту, а из самих овощей сделать к ней соус, добавив немного воды, в которой варилась паста, хорошее оливковое масло и тертый сыр.

Этот рецепт подойдет как для брокколи, так и для цветной капусты.

Паста с овощами



Положите в большую миску два стакана^[7] мягких, еще теплых отваренных овощей и поставьте ее у плиты. Верните на огонь воду, в которой готовились овощи, проверьте ее на вкус. Если она слишком соленая, долейте немного свежей воды. Когда она вновь закипит, положите в воду короткие макароны, например пенне (penne), ореккьетте (orecchiette) или фузилли (fusilli). Пока они готовятся, разомните овощи деревянной ложкой и натрите пармезан или пекорино^[8].

Когда макароны будут почти готовы, зачерпните из кастрюли стакан воды и отставьте его в сторону. Эта вода объединит пасту с овощами и сыром.

Переложите макароны в большое сито или дуршлаг, встряхните и положите в миску с сыром и овощами, вылив туда же четверть стакана воды, в которой варилась паста. Хорошо перемешайте, чтобы все было теплым. Это очень важный момент! Тепло — наилучший посредник между продуктами: теплые ингредиенты слегка изменяются при сочетании друг с другом. Они открываются новым вкусовым оттенкам. Важно даже то тепло, что исходит от стенок кастрюли, в которой медленно закипает вода, или от поверхности нагретой плиты. Если я смешиваю продукты, которые были приготовлены по отдельности, я всегда ищу способ добавить тепла.

Итак, у вас получилась прекрасная паста. Щепотка петрушки или поджаренные хлебные крошки ее только украсят.

Я обычно использую одну и ту же воду для нескольких блюд: варю в ней по очереди брокколи или цветную капусту, макароны, картошку и в конце концов готовлю фасоль. Одна кастрюля с водой может

прослужить вам долго, главное — постепенно переходить от продуктов с низким содержанием крахмала к тем, которые им богаты.

КАК ПРАВИЛЬНО СВАРИТЬ МЯСО?

Мало кто верит, что варить овощи — просто, но еще меньше людей готовы сварить мясо. Вареное мясо пользуется дурной репутацией по большей части из-за того, что его просто плохо готовят. Проблема в неправильном понимании термина «варка мяса». Во многих блюдах мировой кухни мясо на самом деле не варят: ингредиенты должны находиться в воде, которая не бурлит и не клокочет, а лишь едва шевелится от поднимающихся со дна пузырьков. Пожалуй, лишь макароны и овощи нужно варить в действительно кипящей воде; если же о стенки кастрюли будут биться любые другие продукты, то в конечном итоге они или станут слишком жесткими, или попросту разварятся.

Варка мяса — это не просто приготовление мяса в воде, это процесс взаимного обогащения мяса и воды, и нельзя допустить, чтобы пострадал любой из этих компонентов. Не случайно между французскими кулинарами столетиями разгорается спор: отваривая мясо и овощи в пот-о-фе^[9], что вы готовите — мясо или бульон? Нельзя одно отделить от другого — в этом и заключается дзен варки.

Доктор Уильям Китчинер в своей книге «Поварские истины»^[10] дает подробные советы о том, как лучше сварить баранью ногу и шею, говядину, телятину, телячью голову... и другие виды мяса. За баранью ногу и телячью голову стоит браться только в особых случаях, а для начала я рекомендую попрактиковаться на курице.

Невозможно представить наш рацион без курицы. Жареная, она обладает удивительным вкусом, а из сока получается отличный соус. Если вы сварите эту птицу, то обеспечите себя завтраком, обедом и ужином, да еще и бульон останется. Это самый простой и верный способ сделать множество различных блюд из одного продукта.

Покупать курицу стоит на фермерском рынке. Цена там гораздо выше, чем в магазине, зато птица натуральная, тогда как в других местах продаются только экземпляры с птицефабрики (не верьте этикеткам с надписью «выращены в естественных условиях»). Когда

вы начнете варить курицу, выросшую на природе и клевавшую зерна, вы увидите, какой из нее получается неповторимый бульон — жирный, ароматный и золотистый, густеющий при остывании. Высокая цена оправдывает себя — ведь из одной курицы вы получаете больше пищи, а вместе с ней — больше полезных веществ.

Если вам попалась курица с лапами, отрежьте их по коленному суставу, положите в пластиковый пакет и уберите в холодильник (потом мы сделаем из них куриный бульон, см. рецепт [«Куриный бульон»](#)). А из потрохов (печенки, сердца и желудков) можно сделать паштет (см. рецепт [«Паштет из куриной печени»](#)).

Я обычно солю курицу за день до того, как собираюсь готовить. Тогда она успевает полностью просолиться, и можно быть уверенным, что мясо не будет недосоленным, а бульон — пересоленным. Если же вы забыли посолить птицу накануне, сделайте это за три часа до того, как начнете готовить, и оставьте ее при комнатной температуре.



Есть два способа добавить овощи к вареной курице. Они одинаково прекрасны.

Если у вас есть время на дополнительный шаг, на двухкилограммовую курицу возьмите кончики (не верхушки!) трех морковок, половинку головки лука, стебель сельдерея, лук-порей, веточку петрушки, несколько веточек тимьяна, лавровый лист, зубчик чеснока и положите все это под птицу, а затем залейте водой на семь сантиметров. Курица будет удерживать овощи внизу, так что вам не придется отодвигать их, когда придет пора снимать пену. Вы можете связать крылышки и ножки, чтобы курица готовилась более равномерно, хотя я обычно этого не делаю. После того как курица приготовится, достаньте ее из кастрюли, а в бульоне отварите целые овощи на ваш вкус.

В случае если вы спешите сделать обед и на лишние манипуляции нет времени, добавьте крупно нарезанные морковь, сельдерей и фенхель в кастрюлю с птицей. Готовьте их вместе с курицей, чтобы потом одновременно подать. Картофель делает бульон мутным, поэтому добавляйте его, когда птица будет уже почти готова.

Я обычно кладу в воду целую звездочку бадьяна, хоть многим это покажется кощунством. В азиатской и ближневосточной кухне бадьян всегда добавляют при приготовлении птицы: они очень удачно сочетаются. Порой я на пять минут опускаю в бульон еще и палочку корицы. Сочетание этих специй наполняет его особым вкусом, хотя он и без того волшебный.

Если мне хочется отличиться, я подаю бульон как первое блюдо: кладу в каждую тарелку с бульоном отдельно приготовленную мелкую пасту или овощи, самые мелкие и красивые из доступных. Летом я советую вам нарезать кабачок с луком и обжарить их в сковороде на сливочном масле. Весной лучше поступить так: отлейте в сковороду немного бульона, добавьте кусочек сливочного масла и припустите в этой смеси стручки молодого горошка. Осенью в качестве добавки подойдет рис или нарезанная мелкими кубиками тыква. А зимний вариант — макароны. Итак, разогрейте бульон, отдельно приготовьте для него овощи, крупу или макароны, затем разлейте бульон по тарелкам, положив в каждую из них гарнир.

Если же бульон простоял уже несколько дней, то я отделяю мясо от костей, подогреваю и готовлю в нем макароны без овощей. Не жалейте макарон — суп должен получиться золотистым, с разбухшими макаронами и кусочками курицы. Я предпочитаю для этих целей использовать макароны-спиральки — фузилли или джемелли (gemelli).

Чтобы получить вкусный суп в деревенском духе, положите на дно суповых мисок пожаренные куски черствого хлеба, посыпьте их тертым пармезаном и залейте горячим бульоном. Добавьте черного перца крупного свежего помола, еще немного сыра и оливкового масла. Перец должен быть свежемолотый! Когда в блюде всего пять ингредиентов и один из них — перец (а два других — хлеб и бульон), важно уделить внимание вкусу каждого из них, ведь от этого зависит успех всего блюда.

Итак, дождитесь, пока вода закипит, а затем убавьте огонь. Снимите серую пену, скопившуюся на поверхности воды и у стенок кастрюли. Ее придется снимать несколько раз. Это не значит, что ваша курица плоха: пена всегда возникает при варке мяса или бобовых.

Готовьте курицу в едва кипящей воде и примерно через полчаса начинайте проверять готовность продуктов. Овощи могут

приготовиться раньше курицы. Если это произошло, достаньте их. Если же первой приготовилась курица — ножки вот-вот отделятся от тушки, — вытащите ее.

Если вы не можете определить, готова ли курица, просто отрежьте кусочек ножки, как только решите, что прошло достаточно времени. Возможно, немного сока вытечет, но он не пропадет даром, а уйдет в бульон, который вы так или иначе съедите.

Итак, вытащите курицу и попробуйте бульон. Если вы собираетесь сразу же сесть за стол, подождите, пока бульон немного остынет, а затем половником снимите с поверхности жир. Если же у вас есть время, поставьте бульон в холодильник. За день на его поверхности образуется тонкий слой жира, который можно удалить ложкой и использовать для пассерования овощей.

Нарежьте курицу на куски и подайте вместе с овощами, которые готовились вместе с ней. Чтобы правильно разделать птицу, найдите ее суставы и надавливайте на них в сторону, противоположную естественному направлению их движения. Так вы определите места, где нужно сделать надрез. Грудку можно отрезать большим ножом прямо над ребрами или же отделить ломтики мяса прямо от грудной кости.

Я разрезаю грудку на несколько кусочков, чтобы получить возможность приготовить больше блюд. Часть грудки двухкилограммовой курицы можно подать, например, с овощами и пикантным соусом сальса верде (salsa verde). Чаще всего этот соус подают с вареным мясом, но он прекрасно подходит к чему угодно.

Вот простой рецепт сальса верде:

Сальса верде



1 лук-шалот, тонко нарезанный

½ чайной ложки соли

красный или белый винный уксус

1 пучок петрушки — листья надо отделить от стеблей и нарезать

½ зубчика чеснока, нарезанного и растертого с солью в ступке или на разделочной доске

1 филе анчоуса, мелко нарезанное

1 чайная ложка каперсов, мелко нарезанных

½ стакана оливкового масла

Положите шалот в маленькую миску. Добавьте соли и уксуса, чтобы покрыть лук. Настаивайте 10–15 минут. Процедите и сохраните уксус для другой заправки. Смешайте лук с остальными ингредиентами.

Готовьте сальса верде независимо от того, варите вы мясо или нет. Попробовав его однажды, вы начнете поливать им все, что попадется под руку. Сальса верде будет вдохновлять вас на варку мяса, ведь надо же соус с чем-то есть. Тогда-то вы и поставите на плиту кастрюлю с водой, погрузите в нее разные продукты и окунетесь в кулинарный процесс, не ломая голову над тем, с чего начать, так как начало уже позади.

Глава 2

Как научить яйцо летать

Яйцу, вероятно, трудно превратиться в птицу; однако ему несравненно труднее научиться летать, оставаясь яйцом.

К. Льюис «Просто христианство»^[11]

У каждого найдется пара слов на тему яиц. Лучше всего о них высказалась Мэри Фишер: «Пожалуй, самая закрытая вещь в мире — яйцо, пока его не разбили». Реклама и представители индустрии по производству яиц без конца твердят, что они прекрасны и полезны. А французский философ Дидро заметил, что перед одним яйцом бессильны все богословы мира. Но Дидро ошибся. Вопрос не в том, с чего началось яйцо, а в том, чем оно закончилось. Нежно приготовленное яйцо раскрывает всю суть божественной природы, оно как бы намекает нам на существование некой высшей силы.

Я попытаюсь быть практичной, потому что большинство людей знают, как приготовить яйца. Но выражение «приготовить яйца» звучит слишком глупо и затерто — все равно что «обходиться малым». А ведь яйца заслуживают большего.

Я хочу сказать три вещи.

Первое: яйца, которые мы покупаем, — это все что угодно, но только не яйца. Я не знаю, как назвать эти штуки, которые высиживают курицы с обрезанными клювами, «расфасованные» по грязным клеткам и вынужденные постоянно откладывать яйца. Что бы это ни было, их можно есть, только если нам нужно чем-то заполнить желудок.

Яйца должны откладывать курицы, которые разбираются в этом деле так же хорошо, как и мы — в зачатии детей. Необходимо, чтобы курицы-несушки жили неподалеку от вас. Конечно, не у каждого рядом с домом есть животноводческая ферма, но наверняка

поблизости кто-нибудь выращивает птицу. Настоящие домашние яйца — вот что будет не просто съедобно, а бесподобно.

Второе: хорошее яйцо недешево, но его полезные свойства того стоят. Хотя яйца никогда и не взлетят, в них заключается загадочная энергия полета. В кулинарной книге 1930-х годов в перечне рецептов с яйцами я нашла такие: «белковая вода для больных», «средство от усталости», «быстрая перевязка при ожоге» и «противоядие». Я никогда не использовала яйца как средство от отравления, но готова пойти на это в случае необходимости.

Третье: яйцо может превратить любую пищу в интересное блюдо и только радо тому способствовать.

КАК ПРАВИЛЬНО СВАРИТЬ ЯЙЦО?

Я варю яйца так: кладу их в холодную воду, довожу ее до кипения и выключаю конфорку, как только появляется первый пузырь. Рядом на стол ставлю миску с ледяной водой. Спустя четыре минуты вынимаю одно яйцо, кидаю его в холодную воду, откалываю немного скорлупы и проверяю, готово ли оно, слегка нажимая на белок. Я считаю, что идеально сваренное яйцо — это когда белок с желтком достаточно твердые, чтобы не растечься, если их разрезать пополам. Если мне кажется, что белок еще не готов, я оставляю яйцо вариться еще на 20 секунд, после чего вытаскиваю уже все яйца и очищаю их от скорлупы. Это и есть вареные яйца, неважно, мягкие они или твердые, и, хотя они не сварены в прямом смысле, их принято называть именно так.

Немало бумаги ушло на советы о том, как правильнее снимать скорлупу с вареного яйца. Согласно расхожему мнению, скорлупа прилипает к внутренним оболочкам в свежих яйцах, так что для приготовления подходят только те, которые были высижены неделю или несколько дней назад. Повар Эрве Тис^[12], занимающийся молекулярной гастрономией, потратил немало времени в своей парижской лаборатории на то, чтобы выяснить, действительно ли это так. Он пришел к следующему выводу: чтобы без проблем снять скорлупу, нужно на несколько часов погрузить вареные яйца в

пищевой уксус, а затем смазать их щелочью (например, пищевой содой), чтобы избавиться от неприятного уксусного запаха.

Я не настолько старательна. Я считаю, что за несколько минут холодная вода проникает за скорлупу и ослабляет ее, так что та легко отходит от яйца. Ничто не вызывает такой восторг, как снятие скорлупы одним движением, но, если вам дается это труднее, попробуйте очистить яйцо под струей воды. Если же и это вам не помогает, раздробите скорлупу на множество мелких кусочков. В таких случаях яйцо всегда теряет немного белка, но не списывайте это на свою неумелость, плохую кастрюлю или курицу. Наверное, вам просто попалось очень свежее яйцо.

КАК ПРИГОТОВИТЬ ЯЙЦА-ПАШОТ?

Существует множество различных способов приготовления яиц-пашот. Уверена, все они хороши. Единственная проблема заключается в том, что при варке яиц-пашот нужно понимать все тонкости этого процесса, что не требуется при любых других операциях с яйцами.

Яйца разбивают и варят в едва кипящей воде, то есть вы буквально можете наблюдать за процессом приготовления. Если же вы устанавливаете таймер, накрываете кастрюлю и уходите от плиты, то рано или поздно поймете, что не знаете, как приготовить яйца-пашот без таймера и крышки.

На приготовление яйца-пашот требуется около трех минут. Для начала налейте в кастрюлю 10 сантиметров воды и поставьте ее на плиту. Кастрюля должна быть достаточно просторной, чтобы вы могли свободно поместить в нее все яйца. Пока вода нагревается на медленном огне, добавьте в нее чайную ложку уксуса. Он поможет белку собраться вокруг желтка. Если вы только начинаете яично-пашотную карьеру, не бойтесь влить побольше уксуса. Благодаря ему белок станет очень упругим. Затем, когда будете чувствовать себя увереннее в этом деле, добавляйте меньше уксуса, и белок будет мягче.

Прежде чем положить яйца в кастрюлю, убавьте огонь, чтобы вода тихо кипела. Разбейте каждое яйцо в неглубокую чайную чашку с острыми краями. Если желток растекся, оставьте это яйцо для омлета.

Быстро выливайте яйца из чашек в едва кипящую воду, постарайтесь добавлять их одно за другим как можно скорее, чтобы потом не пришлось гадать, какое было первым. Если нити белка начнут отделяться от желтка, ложкой собирайте их обратно.

Через полторы минуты яйца уже станут похожи на яйца-пашот. Как только это произойдет, достаньте одно шумовкой из воды и осторожно потрогайте пальцем. У готового яйца белок будет упругим, а желток — жидковатым.

Если вы готовите угощения на целую компанию, то варите яйца-пашот заранее, несколькими порциями. Поставьте рядом с кастрюлей миску с холодной водой и перекладывайте в нее готовые яйца. После уберите эту миску в холодильник. Когда придет время подавать яйца, разогрейте их, погрузив в слегка кипящую воду буквально на несколько секунд. Эта хитрость поможет, если вам не нравится, когда кто-то наблюдает за тем, как вы готовите.

Всегда солите яйцо, пока оно горячее. От этого зависит его вкус. Также советую вам сбрызнуть яйцо оливковым маслом, даже если вы собираетесь потом приправить готовое блюдо чем-то еще. По такому же принципу надо солить яйца, сваренные всмятку или вкрутую, разрезанные пополам или на четыре части. Солите каждое яйцо, особенно желток.

Яйца-пашот станут настоящим деликатесом, если вы сбрызнете их хорошим оливковым маслом, посыплете тертым твердым сыром вроде пармезана или пекорино, молотым черным перцем и увенчаете свежей зеленью. Пошированному яйцу подходят вкусовые контрасты, а самое прекрасное в том, что из набора продуктов, которые сами по себе мало что значат, получается полноценное блюдо.



Яйца-пашот можно готовить прямо в рагу. В ближневосточной кухне есть замечательное блюдо для позднего завтрака — шакшука. Сначала в оливковом масле

тушат лук, чеснок, ломтики перца и помидоры, а затем выливают яйца прямо в насыщенный маслянистый соус. Это восхитительно вкусно. Вы можете добавить еще немного томатного соуса. Если он покупной, то сначала немного потушите чеснок, лук и перец в оливковом масле, а уже после — добавляйте соус. Подавать блюдо нужно горячим и с хлебом.



Попробуйте пошировать яйца прямо в курином бульоне. Положите в кастрюлю немного чеснока, обжарьте его в оливковом масле, залейте куриным бульоном, а когда он закипит, вылейте пару яиц. Пока они готовятся, положите на дно миски кусок обжаренного хлеба, переложите на него яйцо и залейте бульоном.



Рис или полента — идеальные компаньоны для яиц-пашот: в них можно сделать углубления для яиц. Овощи тоже хороши — разложите их вокруг яйца: обжаренную спаржу или зеленый лук можно закрутить в «гнездо», другие овощи, из которых «гнезда» не получится, нужно слегка размять, чтобы они впитали желток.

Салат-латук с яйцом-пашот — тоже вкусно. Желток становится частью заправки. Такой салат достаточно лишь слегка приправить, а уксус капнуть прямо на яйцо. Яйцо, соль и уксус всегда счастливы вместе.



Если же вы захотите тост с яйцом, причем необязательно на завтрак, нарежьте хлеб толстыми кусками, поджарьте их, натрите чесноком, затем сверху положите яйцо, посолите его, слегка полейте оливковым маслом и под конец посыпьте сыром и свежемолотым черным перцем.

ЖАРИМ ЯИЧНИЦУ!

Чаще всего мы жарим яичницу — глазунью или болтунью. Выражение «жарить яйца» звучит чересчур агрессивно. Я обращаюсь с яйцами бережно, когда готовлю оба эти блюда. Если вы имеете дело с глазуньей, то должны слышать легкое шипение — тогда яйца не станут резиновыми, а если делаете болтунью, то постоянно ее перемешивайте.

Жареные яйца отлично сочетаются со спагетти. Взять хотя бы тосканское блюдо «спагетти карбонара» (*pasta alla carbonara*): сырые яйца смешивают с пармезаном, а затем выливают в горячие спагетти. В этом нет ничего сложного, за исключением одной детали — яйца могут загустеть до того, как превратятся в соус.

Или пожарьте глазунью и положите ее на пасту, заправленную оливковым маслом с сыром. Это блюдо не требует особых усилий и показывает, насколько удачно такое сочетание продуктов.

Я научилась правильно жарить яйца к пасте в Испании. Готовьте их медленно в сантиметровом слое теплого оливкового масла, постоянно поливая им яйца, чтобы они немного сварились в масле. Разложите готовую пасту в две плоскости, добавьте в каждую из них немного воды, оставшейся после варки, оливкового и сливочного масла, и горсть свежей петрушки. Затем положите сверху каждой порции жареные яйца и посыпьте их пармезаном.

С яичницей-болтуньей получаются отличные сэндвичи. Впервые я попробовала такой бутерброд в Лаосе — болтунья со странными маленькими грибами была завернута в теплую лепешку. Яичница была идеальной консистенции, грибы — слегка поджарены. Для меня это стало настоящим откровением. Теперь я делаю похожие сэндвичи с лесными грибами или просто с маслом и свежими травами.

Необязательно, чтобы яйца всегда были горячими. Пожалуй, остывшее жареное яйцо и выглядит уныло, но если, к примеру, остыла яичница-болтунья, то немного лимона и пара глотков пива или вина все исправят. Как только вы избавитесь от мысли о том, что готовые яйца должны быть горячими, процесс их приготовления станет более непринужденным. Мне очень нравятся слегка остывшие яйца всмятку,

поэтому я всегда готовлю их с запасом и оставляю несколько яиц на потом. Одно холодное яйцо помогает мне побороть соблазн пообедать в каком-нибудь кафе.

КАК ПРИГОТОВИТЬ ОМЛЕТ

Существуют тысячи видов омлета. Впрочем, у всех есть кое-что общее: из одного яйца не получится хороший омлет, нужно, чтобы их было два, а в идеале — даже три. Из двух яиц получается крепкий завтрак, а из трех — настоящая вакханалия вкуса. Я обычно приберегаю яйца до того момента, как окончательно проснусь, чтобы готовить их осмысленно. Но если вы предпочитаете есть яйца за утренним кофе, тогда сварите их или аккуратно поджарьте, приготовьте яйца-пашот или яичницу-болтунью, а омлет отложите на другое время.

Омлет очень похож на яичницу-болтунью, я из числа тех людей, которые не видят разницы между этими двумя блюдами. Я готовлю омлет и яичницу-болтунью одним способом. Для меня омлет — это та же болтунья, просто в какой-то момент я перестаю его перемешивать и добавляю каких-нибудь интересных приправ.

Омлет



Разбейте в миску два-три яйца, добавьте щепотку соли и — при желании — чайную ложку жирных сливок. Здесь нет никакой хитрости, просто со сливками многие продукты вкуснее, и яйца в их числе.

Разогрейте на среднем огне чайную ложку топленого или оливкового масла в сковороде с антипригарным покрытием. Убавьте огонь перед тем, как добавите яйца. Вылейте в сковороду яйца и не трогайте три секунды, затем силиконовой лопаткой сдвиньте зарождающийся омлет к краю сковороды чтобы еще не загустевшая часть яйца смогла занять освободившееся место. Убавьте огонь, если

вам кажется, что процесс идет слишком быстро. Как только дно омлета полностью схватится, но еще не зарумянится, снимите сковороду с огня. Если поверхность омлета еще настолько сырая, что ее не назовешь кремообразной, сдвиньте дрожащую часть к краям сковороды — там она быстро дойдет до готовности.

Самый лучший омлет, как и болтунья, получается на топленом масле. Чтобы его приготовить, разогрейте сливочное масло на очень медленном огне, снимите всю пену с поверхности; когда в сотейнике останется только золотистая жидкость, медленно слейте ее, оставив твердые кусочки на дне. Остывшее топленое масло поставьте в холодильник, где оно может храниться бесконечно долго.

Чаще всего я готовлю омлет на оливковом масле, так как забываю купить масло и растопить его, к тому же яйца с оливковым маслом мне нравятся ничуть не меньше. Оно горит не так быстро, как обычное сливочное. Если же вы все-таки используете сливочное масло, добавьте к нему капельку оливкового, чтобы оно не горело.

Пусть внутри омлет будет мягким. Независимо от того, что вы в него добавите, омлет должен это радостно «поглотить». Ингредиенты омлета вовсе не должны быть простыми и предсказуемыми. Лучше всего в этом разбирается великолепная Гарбиэль Гамильтон^[13], шеф-повар ресторана Pique. Например, в одном из омлетов Габриэль можно найти три жареные устрицы и соус ремулад. Если у вас нет устриц, выберите что-нибудь холодное и кремообразное, чтобы подчеркнуть вкус теплых яиц.

Моя любимая холодная добавка к омлету — чесночный соус. Я готовлю его таким образом: измельчаю чеснок с солью в кашицу и перемешиваю с самым густым йогуртом, который найду. Как только я снимаю омлет со сковороды, соус растекается и убегает, поэтому такой омлет лучше подавать в неглубоких мисочках, а не на плоских тарелках.

Габриэль делает также омлеты с отварным говяжьим языком в чесночном соусе сальса верде. У меня есть более быстрый, хоть и

менее изысканный рецепт: я нарезаю любое отварное мясо и перемешиваю его с приправой, приготовленной на скорую руку из соленых огурцов, оливок, каперсов и анчоусов, или же добавляю остатки соуса сальса верде (см. рецепт [«Сальса верде»](#)). Попробовав такой омлет, вы подумаете: «Так вот для чего я варил мясо и выбирал хорошие яйца, для чего тратил свое время, вот для чего я ем».

В омлет можно добавить и овощи, но они должны быть восхитительно вкусными. В Провансе омлеты готовят с репой, обжаренной на масле с травами, а в Таиланде — с нежными листьями акации, от которых пощипывает язык. Единственный овощ, который абсолютно не подходит омлету, — это авокадо, с ним блюдо получается безвкусным. С другой стороны, авокадо прекрасно сочетается с вареными яйцами, а также со многими другими продуктами.

Разложите начинку на ближайшей к вам половинке омлета. Наклоните к себе всю сковороду и положите дальнюю половину омлета на ближнюю — в этом вам помогут лопатка, сила притяжения и оптимизм.

Есть еще вариант: сделайте омлет без начинки, чтобы не пришлось его сворачивать. Подобные омлеты сдержанные и немного серьезные. Мне нравится есть их с хлебом или рисом (в последнем случае я нарезаю его широкими полосками, сбрызгиваю уксусом и подаю с маринованным перцем чили). Недавно я узнала одну хитрость: взбейте яйца с чайной ложкой белого вина, прежде чем вылить их на сковороду, и вкус омлета станет намного изысканнее.

Для омлета без начинки вам понадобится чуть больше оливкового масла, чем для яичницы-болтуни или омлета с начинкой. Благодаря излишкам масла верхняя часть омлета готовится так же хорошо, как и нижняя. Огонь должен быть сильнее, и в процессе сам омлет нужно подвигать всего несколько раз.

Омлеты без начинки одинаково вкусные при любой температуре — холодные, теплые, горячие. Приготовьте омлет утром, позвольте ему остыть, а через несколько часов выжмите на него лимон, сбрызните оливковым маслом, положите на свежий багет и съешьте.

Итальянские фриттаты (frittata), испанские тортильи (tortilla) и английские яичные пироги нужно готовить заранее и желательно

подавать остывшими до комнатной температуры.

Знаменитая испанская тортилья готовится из лука, картофеля и яиц. Как и любое испанское блюдо, она насквозь пропитана маслом. Я предлагаю вам такой рецепт.

Испанская тортилья



2 небольшие картофелины

1 головка репчатого лука

оливковое масло

соль

3 взбитых яйца

Разогрейте духовку до 190 градусов. Очистите и тонко нарежьте картофель и лук. Налейте в глубокую сковороду столько оливкового масла, чтобы из него образовался слой в один сантиметр. Разложите в сковороде картофель с луком слоями, посолив каждый слой. Готовьте на медленном огне, чтобы овощи хорошо потушились в оливковом масле и в собственном соку. Когда овощи станут мягкими, переложите их в дуршлаг, использованное масло слейте. Дайте картофелю остыть.

В сковороде диаметром 20–25 сантиметров разогрейте свежее оливковое масло. Смешайте в отдельной миске обжаренный картофель с луком, четверть уже использованного масла и взбитые яйца, а затем переложите все в сковороду. Готовьте, пока яйца не загустеют. Переставьте сковороду в духовку на 10–15 минут, чтобы поверхность омлета стала упругой. Накройте сковороду тарелкой, переверните. Подавайте блюдо, когда оно остынет.

ДОМАШНИЙ МАЙОНЕЗ

Самое яичное блюдо, которое вы можете приготовить, — это майонез. Глупо и неправильно использовать его только как жирный слой соуса, ведь майонез — удивительная заправка к вареным овощам или сэндвичам. Хороший майонез позволяет еде сохранить свой вкус. Подавая ярко-желтый домашний майонез к овощам, вы можете быть уверены, что от этой приправы их полезные свойства ничуть не пострадают — напротив, она сделает их еще аппетитнее.

Майонез — это когда желток готовится в оливковом масле, а оливковое масло — в желтке. Они оба должны быть превосходного качества. Запишите «домашний майонез» в список продуктов, на которые стоит потратиться.

У майонеза много общего с соусом айоли (aioli или all-i-oli), только у второго вкус еще ярче. Айоли — это прованский майонез с чесноком. Если сыр — это молоко, обретшее бессмертие, то айоли — яйца с чесноком, перенесенные на небо.

Во время праздника прованской еды под названием «Айоли» в городах устанавливаются огромные миски с этим соусом — его можно черпать ложкой, намазывать им что угодно и что угодно окунать в него...

Подают айоли вместе с гарниром и теплым хлебом. В Провансе айоли невозможен без розового вина, и, думаю, там никто не начинает есть соус, не дождавшись напитка.

Для приготовления майонеза и айоли я беру яйца комнатной температуры. Наука так и не определилась, правда ли стоит использовать именно такие яйца, или это всего лишь суеверие. Мне все равно, кто что говорит, просто так мой майонез получается лучше.

Соус нужно готовить вручную. Хорошее оливковое масло начинает горчить от острых лезвий блендера. Такой способ приготовления майонеза достаточно утомительный и дорогой, но вы быстро поймете, что он того стоит. Если вы собираетесь использовать блендер, кухонный комбайн или ручной миксер, замените половину или три четверти оливкового масла рафинированным растительным, а оливковое масло вбейте в уже готовый майонез вручную. Хотя майонез

получится не таким роскошным, он все равно будет вкусным, так что это разумный компромисс.

Майонез и айоли



2 яичных желтка

$\frac{3}{4}$ чайной ложки соли

$\frac{1}{8}$ чайной ложки дижонской горчицы

2 стакана оливкового масла (можно и больше, если майонез получается недостаточно густым)

$\frac{1}{4}$ – $\frac{1}{2}$ чайной ложки теплой воды (комнатной температуры)

$\frac{3}{4}$ чайной ложки свежесжатого лимонного сока

1 капля красного винного уксуса

Для айоли: два зубчика чеснока с солью, растолченных до состояния пюре в ступке или на разделочной доске.

Намочите кухонное полотенце, положите его кольцом на стол, в центр поставьте миску. Так она будет крепче стоять, пока вы взбиваете яйца. Смешайте венчиком яичные желтки, соль и горчицу. Где-то через пять секунд желтки превратятся в однородную желтую массу, и тогда очень медленно вливайте оливковое масло, капля за каплей. Это очень важно, здесь нет никакой хитрости или волшебства, но этим моментом нельзя пренебрегать. Масло можно будет вливать быстрее, как только майонез станет густым. Когда его уже станет трудно взбивать, добавьте воды и лимонного сока. Затем снова взбейте все, добавив оставшееся оливковое масло. Попробуйте, насколько соус получился соленым. Потребуется немного времени для того, чтобы майонез пропитался солью. Если вы не собираетесь подавать майонез в течение нескольких часов, будьте умеренны с солью. Поставьте майонез в холодильник, а

перед использованием попробуйте, и вот тогда посолите еще раз, если сочтете нужным.

Если вы хотите сделать айоли, вмешайте чеснок в самом конце. Если соус кажется вам недостаточно чесночным, добавьте еще немного чеснока прямо перед тем, как будете подавать его на стол. Чесноку, как и соли, нужно время для того, чтобы впитаться в соус. Капля уксуса из красного вина раскроет вкус яиц, оливкового масла и чеснока.

Если майонез или айоли внезапно расслоились, спасти их может желток. Разделите яйцо на белок и желток. Белок оставьте для яичницы-болтуньи, а желток положите в чистую миску. Взбейте его, а затем постепенно, как оливковое масло, вылейте испорченный майонез. В результате у вас должна получиться густая и крепкая смесь. Добавьте еще немного оливкового масла, чтобы компенсировать дополнительный желток. Если у вас снова что-то не получится, повторите всю операцию второй раз.

Если же и во второй раз майонез не выйдет, оставьте его как соус к пасте (см. рецепт [«Неудачный айоли»](#)) и начните все сначала.

Я храню майонез и айоли в холодильнике три дня несмотря на то, что они содержат сырые яйца. Если же вы сомневаетесь в качестве использованных яиц, сделайте меньше соуса и не храните его так долго.



Только нежно сваренные яйца, разрезанные пополам и поданные вместе с хлебом и майонезом, способны расшевелить наши чувства.

Ресторанный критик Анна Хессер в одной статье описала, как обедала с гранд-дамой французской кухни Джулией Чайлд и как та заказала яйца под майонезом и съела их с радостью, доходящей до эйфории.

Я думаю, эйфорию вызывает чистота этого блюда, а также тот факт, что на поверку хрупкие яйца оказываются вовсе не слабаками, а, напротив, демонстрируют свою вкусовую мощь.

Глава 3

Как быть на шаг впереди

*О, я — я иду вперед, видимый, материальный,
значительный, как никогда.*

Уолт Уитмен «Листья травы»^[14]

ЗАПЕКАЕМ ОВОЩИ

Мы так привыкли к мысли, что овощи нужно есть свежими, что если и готовим их, то тут же съедаем. Но для большинства прекрасных блюд овощи нужно готовить заранее просто потому, что процесс их подготовки занимает гораздо больше времени, чем любая другая работа на кухне.

Я поступаю следующим образом: каждую неделю покупаю гору овощей, очищаю их от грязи, отрезаю листья, стебли, чищу все, что нужно почистить, и готовлю сразу. Пока они готовятся, у меня в голове складывается меню на неделю.

Мне нравится запекать овощи. Можно один раз поставить их все в духовку и обеспечить себя вкусными и полезными ингредиентами на всю неделю. К тому же запеченные овощи гораздо вкуснее, когда настоятся несколько дней. Советую купить один-два кочана цветной капусты или брокколи. И та и другая получаются божественно, если их запечь в духовке. К тому же это овощи «два в одном»: вкусны не только соцветия, но и стебель с листьями.

Обычно я покупаю еще один-два пучка свеклы. Свекла прекрасна, если ее запечь заранее и подать холодной. Кроме того, со временем она не теряет сок, так что всю неделю из нее можно готовить разные блюда. Выберите свеклу с зелеными листьями, оторвите их от корней и обжарьте с чесноком и оливковым маслом вместе с остальной купленной зеленью.

Зимой или осенью стоит купить мускатную тыкву, морковь, пастернак, корневой сельдерей и репу. Вы получите невероятное

наслаждение от этих овощей, если запечете их.

Как правило, я покупаю еще и сладкий картофель (батат). Он отлично вписывается во многие блюда. Самое вкусное спрятано под его темным мундиром, но у сладкого картофеля есть неприятная привычка — «влезать» в другие продукты, если вы готовите его без кожуры, так что лучше запекать картофель неочищенным. А это означает, что приготовить три-четыре картофелины вам будет так же просто, как и одну.

Всегда берите несколько пучков сочной листовой зелени. Приготовленная в хорошем оливковом масле с чесноком, блестящая и аппетитная, она быстро станет одним из любимых ингредиентов.

Зелень нужно покупать целиком. Так устроен мир: там, где заканчивается одно, начинается другое. В Провансе при приготовлении открытого пирога со швейцарским шпинатом — мангольдом — и изюмом используются только стебли. А прекрасные листья в лучшем случае добавляют в овощной или фасолевый суп, но чаще отдают на корм курам.

Мы же, наоборот, обжариваем листья мангольда и выбрасываем стебли. Или покупаем упакованную в пластик зелень с уже отрезанными стеблями, не подозревая, что они используются для приготовления консервированных овощных смесей и супов. Разве не разумнее купить и использовать оба ингредиента, тем более что они так удачно связаны друг с другом?

Готовить овощи я начинаю сразу после того, как их купила, пока во мне еще живо воспоминание о приветливых продавцах и залитом солнцем рынке. Если вы не можете взяться за овощи сразу после похода на рынок, положите их все (за исключением зелени) в большое глубокое блюдо и поставьте его на кухонный стол, а не в холодильник. Овощи будут лежать у вас на виду, напоминая о себе и как бы намекая на то, что пора бы ими заняться.

Разогретая духовка — это хорошее подспорье способному повару. В ресторанах овощи всегда получаются вкусными именно благодаря хорошим печкам, которые разогреваются до гораздо более высокой температуры, чем домашние духовки. Если ваша духовка позволяет запекать овощи при температуре 200–230 градусов, готовьтесь к катарсису.

Включив плиту, начните подготавливать продукты в таком порядке: сначала те, на которые уходит много времени, затем те, которые готовятся быстро. Пока вы очищаете, нарезаете и сдабриваете маслом один ингредиент, другой уже запекается в духовке.

Все овощи, за исключением тыквы и корнеплодов, необходимо запекать отдельно, поскольку они отличаются своей структурой. Попробовав пару кусочков и убедившись, что овощи готовы, снимайте их с противня. Хотя с точки зрения ботаники у тыквы с корнеплодами не больше общего, чем у кактуса с вязом, в кулинарном плане они похожи. Их можно готовить вместе, и неважно, в каких пропорциях.

Если же вы все-таки собираетесь запекать овощи на одном противне, то выбирайте те, которые одинаково растут. Это правило также помогает в тех случаях, когда у вас нет какого-то овоща из рецепта и вы думаете, чем бы его заменить. Заменяйте овощи подобными: цветки — цветками, корни — корнями, побеги — побегами, стебли — стеблями, клубни — клубнями.

Начните с брокколи или цветной капусты. Маленьким ножом удалите с них внешние листья. Сложите их в миску, куда позже положите другие листья и стебли.

Разрежьте пополам цветную капусту сверху вниз и вырежьте кочерыжку. Уложите каждую половину срезом на разделочную доску и нарежьте ломтиками, как будто это буханка хлеба.

Отрежьте треть стебля брокколи. Если он мягкий и легко режется, оставьте его вместе с брокколи. Все твердые части сложите в миску с листьями и стеблями. Остальное нарежьте брусочками, как если бы собирались их варить.

Разложите овощи одним слоем на плоскую сковороду или на противень. Полейте оливковым маслом, приправьте солью так, чтобы каждому досталось. В качестве дополнительного ингредиента добавьте к овощам несколько неочищенных зубчиков чеснока. Если решитесь, можете положить (в середине процесса запекания, чтобы не сгорели) несколько целых или нарезанных перчиков чили.

Затем подготовьте свеклу. Первым делом отрежьте листья от плода, положите их в миску к другим листьям. Маленькие хвостики пусть останутся. В плоскую сковороду положите свеклу вплотную друг к другу одним слоем и промойте под сильной струей воды.

Когда со сковороды начнет стекать чистая вода, оставьте немного этой воды в сковороде — лучше больше, чем меньше. Готовую свеклу будет легко очистить от кожуры, с которой уйдут и хвостики, и остатки грязи, так что необязательно промывать свеклу до идеальной чистоты. Добавьте каплю оливкового масла и плотно накройте сковороду алюминиевой фольгой, чтобы свекла пропарилась, пока готовится. Поставьте в духовку.

Наполните раковину холодной водой и положите в нее свекольную ботву.

Теперь займитесь корнеплодами. Отрежьте продолговатую часть мускатной тыквы, чтобы проще было нарезать ее кубиками. Затем очистите, разрежьте пополам и большой ложкой выскребите семечки. Очистите морковь, пастернак, сельдерей, репу и брюкву. Кожура корневого сельдерея наводит ужас, так что я всегда счищаю ее ножом. Нарежьте все кубиками размером в один сантиметр. Это нужно, чтобы овощи приготовились примерно одновременно.

Перемешайте тыкву и корнеплоды в миске с оливковым маслом, посолите и положите в один слой в форму для запекания. Убедитесь, что овощи лежат в один слой, не громоздясь друг на друге. Добавьте веточку розмарина или тимьяна. Можно положить между овощами несколько зубчиков чеснока.

Если вы решили запечь только тыкву, не нужно ничего чистить, резать и вычищать. Просто положите в духовку и готовьте до тех пор, пока кожура не потемнеет и не истончится, так что ее будет легко проткнуть ножом. Оставьте тыкву на ночь остыть. Наутро кожура сама отделится от мякоти, и снять ее будет так же просто, как очистить банан.

Наконец вымойте под струей воды сладкий картофель. Проколите каждую картофелину в нескольких местах, чтобы она не треснула в духовке, и запекайте на противне или на кусочке фольги.

Все овощи, за исключением свеклы, нужно проверить через полчаса. Скорее всего, в это время вы будете все еще что-то мыть, чистить или скрести. Но спустя месяц или два тренировок вы к этому моменту уже поставите разделочную доску на место. Через три месяца в это время у вас уже будет готовиться зелень на плите. Но сейчас, что бы вы ни делали, остановитесь и проверьте овощи.

Если, открыв духовку, вы заметите, что овощи сильно подрумянились, хотя внутри еще сырые, лопаточкой сдвиньте их на край противня, чтобы они слегка потушились. Можно сделать и наоборот: если овощи становятся мягкими, но не подрумяниваются, переложите какое-то количество на другой противень.

Печеные овощи получаются вкусными, только став совсем мягкими. Попробуйте цветную капусту, кабачки и корнеплоды. Если вам захочется съесть овощ целиком — значит, все готово. Затем достаньте их из духовки и поставьте остывать на кухонный стол. Мне нравится выжать немного лимонного сока на брокколи и цветную капусту, когда они с пылу с жару. Оторвите от тыквы и корнеплодов ломкие травяные хвостики, а листочки оставьте. Вытащите чеснок, который запекали вместе с овощами. На следующий день вы сможете съесть его просто так или с бутербродом.

Готовый сладкий картофель должен быть мягким и выглядеть так, будто сейчас сам отделится от кожуры. Свеклу стоит проверять ножом для чистки овощей. Загляните в духовку через сорок минут после того, как начали готовить. Придвиньте к себе форму, осторожно приподнимите фольгу, чтобы потом ее легко было вернуть на место, и проткните каждую свеклу кончиком ножа. Если нож входит легко, значит, свекла готова. Если вы не уверены в том, что она готова, значит, вынимать еще рано.

Плоды свеклы всегда отличаются размерами. Одна может приготовиться, а другая еще будет сырой. Вытащите те свеклы, которые уже приготовились, остальные плотно накройте фольгой, пусть они запекаются дальше. Фольга должна быть плотно запечатана. Если где-то на ней есть дырочка или едва заметный разрез, замените ее новой.

Когда свекла остынет настолько, что до нее можно будет дотронуться, возьмите ее одним бумажным полотенцем, а другим — снимите кожицу. Если в каких-то местах это сделать не удастся, помогите себе маленьким ножом. Нарезьте свеклу толстыми кружочками или дольками. Положите их в миску, сбрызните красным винным уксусом и посолите. Хотя это и звучит слегка абсурдно, но вкус свеклы по-настоящему проявляется только после того, как к ней добавить уксуса. Прежде чем пробовать свеклу, дайте уксусу минуту

на то, чтобы впитаться. Полейте свеклу оливковым маслом и приступайте к еде.

Если ваша кухня работает как хорошо отлаженный механизм, вы начнете мыть зелень еще до того, как запекутся овощи. Иногда мне удается сложить все свои действия воедино, как мозаику. В суматошные дни до зелени я добираюсь уже крайне уставшей. Но все равно нельзя оставить ее без внимания.

Подготовьте зелень, отделив стебли от листьев, и положите их в раковину с водой, где уже лежит свекольная ботва. Стебли свекольной ботвы довольно нежные, их можно не отрезать, как и тоненькие стебли другой зелени, которые словно не хотят отделяться от листьев.

Прополощите листья в холодной воде, затем разложите их порциями на разделочной доске и крупно нарежьте. Чем ближе к нижнему кончику стебля, тем тоньше его надо нарезать.

Вода, оставшаяся на листьях зелени, сыграет вам на руку, если вы решите их пассеровать. Так что не старайтесь их высушить: листья лучше приготовятся, если будут слегка влажными.

Готовьте зелень частями. Поставьте на плиту две ваши самые глубокие сковороды или самые широкие кастрюли. Разогрейте в каждой из них по столовой ложке оливкового масла. Опустите зелень и сразу же слегка посолите, помня, что зелень сильно уварится. Вместе с солью добавьте разрезанный или толченый зубчик чеснока. Перемешайте все большой ложкой и убавьте огонь, если покажется, что зелень вот-вот подгорит. Если сковорода слишком сухая, добавьте ложку воды. Для приятного привкуса можете добавить крохотную щепотку корицы, мускатного ореха или имбиря.

Проверьте готовность зелени: достаньте немного и разрежьте острым ножом на разделочной доске. Если нож режет ее легко и на вкус она хороша — значит, эта порция готова. Переложите зелень на противень остывать. Протрите сковороду бумажным полотенцем. Если в ней осталась жидкость, перелейте ее в какую-нибудь емкость и сохраните. Продолжайте готовить зелень частями, всякий раз начиная с ложки оливкового масла.

Если у вас еще остались силы, опрокиньте в кастрюлю содержимое миски со стеблями, листьями и кочерыжками, чтобы приготовить соус песто. Если нет — отложите это занятие на другой день.

Чесночный песто из стеблей, листьев и кочерыжек



3 зубчика чеснока

½ стакана оливкового масла

½ чайной ложки соленой воды

4–5 стаканов стеблей, листьев и кочерыжек цветной капусты, брокколи, капусты огородной, листовой капусты, мангольда, кочанной капусты (нарезанных ломтиками или кубиками шириной в 1 см).

Положите все ингредиенты в большую кастрюлю и залейте водой, чтобы они были покрыты на половину. Готовьте в едва кипящей воде до тех пор, пока не начнет разваливаться все, чего вы коснетесь деревянной ложкой. Слейте воду (на ее основе можно потом приготовить капустный суп), оставьте в кастрюле столько воды, сколько нужно для того, чтобы ее дно не подгорело, по необходимости доливая понемногу в процессе приготовления. Когда все овощи станут мягкими, измельчите их до состояния пюре в блендере или в кухонном комбайне. Можете просто раздавить их деревянной ложкой, чтобы получилась интересная неоднородная текстура.

Получившийся песто намажьте на поджаренный хлеб и посыпьте сверху пармезаном. Или подайте в качестве гарнира к рыбе или мясу. Еще один вариант — горячая паста с песто и пармезаном.

Не растрачивайте тепло духовки понапрасну. Достав из нее противень с овощами, поставьте в нее противень с грецкими орехами или миндалем. За десять минут орехи отлично прожарятся и потом могут месяцами храниться в холодильнике, так что вы сможете добавлять их в салаты, в песто или просто ими перекусывать. Или положите в небольшую форму для запекания черствый хлеб,

сбрызните оливковым маслом и приготовьте панировочные сухари или гренки для супа.

Когда все приготовленные ингредиенты остыли, разложите их по чистым контейнерам. Я использую стеклянные банки разной величины, оставшиеся от всяких продуктов.

САЛАТЫ ИЗ ОВОЩЕЙ

Самые вкусные овощи — это овощи комнатной температуры. Закуски в итальянских ресторанах всегда щедро сдобрены маслом и уксусом и всегда чуть теплые. То же самое можно сказать об испанских тапас (tapas).

Из приготовленных овощей (как вареных, так и печеных) получаются удивительные салаты. Вот один прекрасный рецепт:

Яркий овощной салат



2 стакана приготовленных овощей
¼ стакана размельченного миндаля
или грецких орехов
¼ головки лука любого цвета или шалота, тонко
нарезанного полукольцами
красный винный уксус
соль
½ чайной ложки горчицы
оливковое масло
¼ стакана мяты или петрушки, небрежно нарезанной
¼ ботвы репы, редиски или других листьев с острым
вкусом, небрежно нарезанных
лимонный сок

Достаньте овощи из холодильника, дождитесь, пока они согреются до комнатной температуры. Этот процесс можно ускорить, поставив миску с овощами рядом с горячей конфоркой или поместив в теплую духовку.

Если вы еще не подсушили орехи, сделайте это сейчас, поместив их в духовку, разогретую до 200 градусов. Проверьте их через пять минут и затем периодически поглядывайте, пока они слегка не подрумянятся. Затем стряхните их с противня.

В большой миске замочите лук в уксусе с щепоткой соли на десять минут. Добавьте горчицу и все перемешайте. Оставьте еще на две минуты. Положите в миску овощи, жареные орехи, травы, зелень и полейте все это оливковым маслом вместе с лимонным соком. Салат должен получиться свежим на вкус.

Можно и поэкспериментировать.

Салат с запеченной цветной капустой



Если вы хотите сделать что-то, например салат, из запеченной цветной капусты и брокколи, то для начала залейте ложку золотистого изюма теплым винным уксусом. Когда изюм размягчится и пропитается уксусом, положите в эту же миску гренки, сдобрите их оливковым маслом и, наконец, добавьте овощи. Киньте туда ложку нарезанных каперсов, горсть оливок без косточек, свежую мяту и влейте еще немного оливкового масла.

Свекольный салат



Из свеклы тоже можно сделать вкусный салат. Замочите тонко нарезанный красный лук в уксусе на десять минут, перемешайте с холодной запеченной свеклой, выложите их на тарелку и добавьте разрезанный пополам вареный картофель, вареную стручковую фасоль или свежие помидоры, приправленные солью и оливковым маслом. Или положите кусочки свеклы на тонкие ломтики подсоленного авокадо.

Салат из охлажденной зелени



Из охлажденной зелени тоже получается прекрасный салат. Достаньте ее из холодильника, нарежьте, сбрызните лимонным соком и оливковым маслом, перемешайте и посыпьте семенами кунжута.

ГОТОВИМ СЭНДВИЧИ

Один из вкуснейших сэндвичей мне довелось попробовать в маленьком тесном кафе во Флоренции. Он выглядел так: хлеб с толстой коркой, шпинат, приготовленный в оливковом масле с чесноком, моцарелла, соль и черный перец.

Хотя бы раз в неделю я готовлю похожий бутерброд, заменяя шпинат мангольдом или капустой, так как шпинат слишком дорогой и слишком сильно уваривается во время приготовления. Я не подогреваю зелень, так что времени на этот сэндвич уходит не больше, чем на бутерброд с ветчиной. Моцарелла придает ему невероятный вкус. Ее можно заменить рикоттой или другим мягким сыром.

По крайней мере раз в неделю я готовлю сэндвичи с печеной цветной капустой или брокколи. Готовить их столь же просто. Крупно нарежьте овощи. Нарежьте много хлеба, поджарьте его, натрите чесноком, полейте оливковым маслом и распределите овощи на половину ломтиков хлеба. Тонко нарежьте маленькую красную луковицу и погрузите ее в уксус из красного вина, затем раскидайте кусочки лука на овощи. Если хотите, добавьте горстку оливок, несколько тонких ломтиков сыровяленной ветчины и пригоршню крупно нарезанной петрушки. Накройте каждый бутерброд вторым куском хлеба.

Если вам нравятся теплые сэндвичи, нагрейте чугунную сковороду, положите на нее бутерброды и придавите их другой тяжелой сковородой. Или слегка поджарьте сэндвичи на гриле.

Для приготовления сэндвича с запеченной свеклой сбрызните ее уксусом из красного вина и перемешайте с горсткой шнитт-лука, мяты или кервеля. Сварите к каждому сэндвичу яйцо, нарежьте кружочками. Поджарьте куски хлеба и хорошенько смажьте их маслом. Разбросайте зелень на хлеб, затем положите кружочки яиц. Выжмите сверху немного лимонного сока, посолите, приправьте молотым перцем, положите сверху ломтики свеклы и накройте вторым куском хлеба.

Или приготовьте овощной вариант сэндвича с хумусом^[15]. Нарежьте и разомните запеченную тыкву, корнеплоды и сладкий картофель, чтобы получилось комковатое пюре. Добавьте лимонного сока, нарезанной петрушки, мяты, базилика и немного оливкового масла. Поджарьте плотный зерновой хлеб или питу^[16]. Положите на хлеб или в питу раздавленные овощи и травы.

ГОТОВИМ СУП

Некоторые великие кулинарные мыслители крайне странно высказывались о супе: «Суп должен быть свежим» или «В супе должны чувствоваться все ингредиенты». Эти слова справедливы в отношении многих блюд, но только не супа!

Суп становится вкуснее, когда постоит один день. Он должен быть не свежим, а выдержанным. Суп — это новый этап в жизни уже приготовленных продуктов.

Я научилась готовить супы у своей матери, которая клала в них все, что попадалось под руку, и в основном это были уже приготовленные ингредиенты: печеные корнеплоды, вареный картофель или репа, различные травы. Суп всегда был приготовлен накануне или за несколько дней, а ингредиенты — еще раньше. Все это было невероятно вкусно.

Овощной суп



Чтобы получился хороший, крепкий, настоящий густой суп, как у моей мамы, тонко нарежьте половину луковицы и зубок чеснока. Положите их в сковороду с оливковым маслом, посолите, добавьте пол чайной ложки листьев свежего тимьяна, немного сливочного масла и готовьте до тех пор, пока лук с чесноком не станут мягкими. Если они начнут темнеть, добавьте немного воды. Затем положите на сковороду уже приготовленную тыкву, корнеплоды, сладкий картофель и налейте такой же объем воды. Пускай овощи потушатся примерно час. Затем порциями размельчите овощи в блендере, чтобы получить густую массу. Если в какой-то момент вам покажется, что суп становится слишком жидким, используйте не весь отвар. Если же, наоборот, надо сделать суп более жидким, долейте немного бульона, который вы предусмотрительно оставили накануне: разбавить суп никогда не поздно! Сварите суп заранее и подогрейте на медленном огне, прежде чем подавать на стол.

Если вы хотите приготовить суп с цветной капустой или брокколи, сделайте почти то же самое, только без тимьяна, и до того, как начнете измельчать овощи в блендере, добавьте к ним четверть стакана оливкового масла и кусок сливочного. Советую подавать этот суп, как это делала моя мама — с оливковым маслом и хрустящими гренками.

В случае если вы собираетесь приготовить свекольный суп, поступите так же, как при приготовлении супа из тыквы, только подайте этот суп холодным, с каплей йогурта, сметаны или крем-фреша^[17].

ВТОРЫЕ БЛЮДА ИЗ ОВОЩЕЙ

Из приготовленных заранее овощей получается отличное ризотто. Пока готовится рис, нарежьте маленькими кубиками три-четыре печеные свеклы. Полейте их уксусом из красного вина и оливковым маслом и посолите по вкусу. Поставьте миску со свеклой рядом с готовящимся рисом, чтобы свекла согрелась до комнатной температуры. Когда ризотто уже почти готово, добавьте к нему горсть нарезанного тимьяна и петрушки, а также немного тертого пармезана.

Положите большую ложку ризотто в широкую плоскую тарелку, сделайте небольшую лунку в центре каждой порции и выложите в нее свеклу. Сбрызните блюдо оливковым маслом, посыпьте молотым перцем и пармезаном.

Точно так же я готовлю ризотто с другими овощами, перемолотыми в пюре.

Можете нарезать готовые овощи, добавить немного хорошего растительного масла и запечь их. Этот способ подходит для тех, кто хочет уменьшить содержание клетчатки.

Запеканка из овощей



2 стакана нарезанных приготовленных овощей

1 стакан соуса бешамель

Для соуса бешамель

1 столовая ложка сливочного масла

1 столовая ложка муки

1 стакан цельного молока

2 столовые ложки тертого пармезана

Соус бешамель готовится так: растопите в кастрюле масло, добавьте муку и перемешивайте на медленном огне до однородной консистенции. Разогрейте молоко до комнатной температуры и медленно вылейте его в смесь из масла и муки, постоянно помешивая. Продолжайте помешивать, пока соус не начнет закипать, затем убавьте огонь до минимума и готовьте 20–25 минут, пока не исчезнет мучной привкус. Снимите кастрюлю с плиты и добавьте в нее тертый пармезан.

Тщательно смажьте маслом глубокую форму для запекания или керамический горшочек. Хорошенько перемешайте овощи с соусом бешамель. Попробуйте смесь. Она должна быть насыщенной и хорошо приправленной. Вылейте ее в посуду, смазанную маслом, и высыпьте туда же чайную ложку пармезана. Запекайте при температуре 200 градусов, развернув форму в середине процесса, чтобы овощи запеклись равномерно. Блюдо готово, когда соус закипит, а овощи зарумянятся по краям. Остудите до комнатной температуры и разложите по тарелкам. Не пытайтесь нарезать запеканку аккуратными кусками — все равно ничего из этого не выйдет. Когда на следующий день вы решите доесть это блюдо, разогрейте его в духовке при 180 градусах.

Соус бешамель отлично подходит к пасте. Приготовьте его в два раза больше, чем нужно для этого блюда, и перед использованием разогрейте на медленном огне.

Вот еще рецепт похожего и столь же прекрасного блюда.

Горячая подрумяненная цветная капуста или брокколи



½ головки лука, нарезанного тонкими полукольцами

1–2 столовые ложки оливкового или растительного масла

2 стакана нарезанной запеченной цветной капусты или брокколи

1 столовая ложка нарезанной мяты, петрушки, базилика или других трав

поджаренные хлебные крошки

2 нарезанных филе анчоусов (необязательно)

Обжарьте лук в оливковом или растительном масле. Если вы добавляете анчоусы, то прогрейте их вместе с луком. Готовьте до тех пор, пока лук не станет мягким. Смажьте оливковым или растительным маслом емкость для запекания или противень. Перемешайте овощи с луком и добавьте к ним травы. Выпекайте блюдо при 200 градусах в течение 20 минут, пока на поверхности не появятся пузыри. Посыпьте хлебными крошками и готовьте еще 5–10 минут, пока крошка не подрумянится.

Из остатков этих блюд можно сделать карри.

Овощной карри



½ головки лука, крупно нарезанного

ореховое или оливковое масло

соль

½ чайной ложки смеси молотой куркумы, кардамона и кумина

½ чайной ложки молотого чили (или мелко нарезанный свежий чили)

½ стакана вареного турецкого гороха или спаржевой фасоли, консервированной или отваренной

½–1 банка кокосового молока

*1 стакан другой жидкости (куриного бульона, сока от приготовленных овощей или воды)
2–3 кусочка цедры лимона
2 стакана приготовленных овощей
½ стакана жареного арахиса
свежий лимонный сок
листья свежей мяты или базилика
1 чайная ложка тайского или вьетнамского рыбного соуса (необязательно)*

Обжарьте лук в ореховом или оливковом масле, посолив его сразу, как положили на сковороду. Добавьте специи и чили. Когда почувствуете аромат специй, добавьте турецкий горох, затем вылейте жидкость и киньте цедру лимона. Готовьте, изредка помешивая, на очень медленном огне, до тех пор, пока горох не станет мягким. Если у вас есть рыбный соус, добавьте и его. Затем добавьте овощи и арахис и в течение 15 минут готовьте все на медленном огне.

Когда вы увидите, что все ингредиенты соединились, попробуйте карри. Если необходимо, посолите. Влейте немного лимонного сока. Выложите получившийся карри на рис и сверху посыпьте травами.

За неделю вы приготовите овощи десятком разных способов, при этом со свежими овощами вам придется поработать только в самом начале. Все это время вы будете продолжать истории блюд. Например, попробовав свежую капусту, подумаете, что в следующий раз лучше использовать квашеную. А съев мягкую, пропитанную уксусом свеклу, поймете, что хотите приготовить еще холодный свекольник. Таким образом, вы втянетесь в этот вечный диалог поваров с продуктами, в ходе которого нащупываются необычные и свежие вкусовые сочетания.

КАК ПРИГОТОВИТЬ ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК?

Некоторые овощи существуют по своим законам, независимо от нас. С ними невозможно заглядывать вперед, зато можно остановиться и посмотреть вокруг. У них короткий сезон, они требуют много труда и внимания: их приходится чистить, лущить, шелушить, чтобы в итоге получить маленькую кучку съедобной части. Но именно эти овощи в свой сезон достигают такого апогея вкуса, что его отголоски звучат еще несколько месяцев спустя. Во всем мире существуют праздники, посвященные отдельным сортам овощей. Например, в Испании устраивают фестиваль в честь особой разновидности зеленого лука — кальсота (calçot). Участники кальсотады собирают этот лук, чтобы поджарить на костре и подать с соусом ромеско (romesco)^[18]. В Италии для овощных праздников нет особых дней в календаре, но они широко распространены и любимы — к примеру, по всей стране устраиваются пикники, как только созревает первая дикая спаржа.

Весной у нас принято отмечать начало сезона зеленого горошка. Горошек приходится лущить, но, поскольку сезон его короток — всего несколько недель, — с этим можно смириться. Процесс можно сделать приятнее: я ставлю тяжелую миску на колени и прислушиваюсь, как по ней барабанят горошины. И тогда возникает чувство, будто я распутала паутину.

Пусть лущить горох вам помогут дети. В мире больших вещей работа с горошинами и стручками позволяет малышам почувствовать свою важность.

Пожалуй, лучший способ приготовления зеленого горошка — либо сварить его, либо положить в плоскую сковороду, налив в нее немного воды (чтобы горошины были погружены в нее лишь наполовину), добавить хороший кусок сливочного масла, соли и быстро разогреть, пока горох не станет мягким и ярко-зеленым.

Стручки зеленого горошка тоже пригодны в пищу. Из них можно приготовить идеально сладковатый гороховый отвар. Для приготовления отвара положите в кастрюлю все имеющиеся у вас стручки. Добавьте хвостики и шелуху двух луковиц, зубчик чеснока, несколько стеблей петрушки и горошин перца. Залейте все на пять

сантиметров водой, доведите до кипения, и пусть варится на медленном огне в течение часа. Готовый отвар процедите.

Если вы собираетесь сразу же использовать отвар, то приготовьте гороховый суп. Обжарьте немного лука в сливочном масле, пока он не станет мягким, посолите, добавьте все очищенные горошины и сварите в небольшом количестве отвара. Когда горошины станут мягкими, разомните их в однородную массу. Мне нравится пить такой суп из стакана, причем обязательно холодным.

АРТИШОКИ? АРТИШОКИ!

Что может быть более заманчивым и обескураживающим, чем артишок? Я отношусь к числу тех людей, которые не могут перед ним устоять. Среди моих единомышленников есть весьма благородные особы. Всем, кто любит или, наоборот, ненавидит это растение, я настоятельно рекомендую прочитать «Оду артишоку» Пабло Неруды, потому что восхищение поэта передастся любому читателю.

Даже если вы не в восторге от поэмы или овоща, следует знать, что овощ, который вы собираетесь съесть (мясистая сердцевина с металлическим привкусом), появляется только после того, как вы счистите ровно половину. Нужно оборвать листья вплоть до слоя с мягчайшими листочками, затем отрезать их маленькие острые шляпки и безжалостно выскрести сердцевину, после чего очистить стебли ножом для чистки овощей.

Готовить артишоки проще, чем очищать. Разрежьте маленькие артишоки пополам и на четыре части — большие. Положите в кастрюлю с водой и оливковым маслом, добавьте туда каплю белого вина, лавровый лист, щепотку соли и несколько веточек свежего тимьяна. Варите артишоки на медленном огне, пока они не станут совсем мягкими (проверяйте готовность, пробуя кусочки стебля).

Из очистков артишоков не получится сделать отвар, как из стручков зеленого горошка. В следующей главе, которая называется [«Как поймать себя за хвост»](#), я подробнее расскажу о том, что можно сделать с этим сокровищем. Пока советую просто положить его в контейнер и наслаждаться ощущением, что на какое-то время уникальность артишоков полностью в вашей власти.

ГОТОВИМ КОНСКИЕ БОБЫ

Лучший фестиваль, посвященный сезонному овощу, на котором я присутствовала, был в честь конских бобов. В кулинарном плане это чуть ли не самые трудоемкие овощи. Этих бобов так мало в стручках, что придется купить полкило стручков, чтобы набралось хоть полстакана бобов. Но их мало извлечь из стручка, нужно еще и очистить каждый боб от плотной кожицы.

Вместо того чтобы придумывать, как извлекать, очищать и готовить конские бобы, хитрые итальянцы подают их на стол сырыми: пусть мучаются те, кто хочет их есть. В марте вместе с конскими бобами подают кусочки нежного свежего сыра марцолоино.

Не всякая пища может похвастаться таким захватывающим вкусом начала весны, так что конские бобы стоят всех затраченных на них усилий. Они занимают время, но только представьте себе: прохладный мартовский воздух, вы чистите бобы, рядом свежий хлеб, пармская ветчина, охлажденное белое вино. Кроме того, есть какая-то гармония в том, чтобы медленно, постепенно поглощать еду, которую вы также медленно и постепенно готовили.

Чтобы очистить конский боб, поместите указательный палец на стручок в том месте, где, как вам кажется, расположена горошина, и, надавив большим пальцем, вытолкните ее сквозь стручок. Эти бобы могут внезапно выскочить и далеко улететь, так что будьте готовы их поискать.

Конские бобы отлично вписываются в салаты, нужно только удалить с них кожицу. Проще всего их очистить, обдав кипятком. Затем ногтями снимите эту кожуру. Полейте бобы оливковым маслом или лимонным соком и добавьте свежей мяты. Можете потушить очищенные бобы с нарезанным чесноком, петрушкой или чабером. Затем перемешайте их с горячей пастой или раздавите и намажьте на горячие тосты.

Глава 4

Как поймать себя за хвост

Как басня, так и жизнь ценится не за длину, но за содержание.

Сенека

В костях, коже и очистках зачастую прячется все самое ценное. Ягненок — это мясо и кости, точно так же и горох — это стручок с горошинами. Граппу делают из кожицы, стебельков и косточек винограда. Джем — из цедры и мякоти апельсина. Вино великолепно и без граппы, но в ней есть особая прелесть. Апельсин неплох сам по себе, но его не намазать на хлеб.

Луковая шелуха, верхушки порея, стебли пряных трав — все это надо бросать в кастрюлю, а не в мусорное ведро. Из костей — неважно, сырых или как-то приготовленных — можно сварить бульон, и вам больше не придется покупать кубики, если вы перестанете выбрасывать их.

Не стоит выбрасывать стебли петрушки и верхушки зеленого лука. Мелко нарежьте их и используйте вместе или по отдельности. Стебли мяты стоит замочить в красном винном уксусе, и через некоторое время у вас получится мятный уксус, из которого можно сделать заправку для салата. И у кинзы стебельки ничуть не хуже листьев.

Почти никто никогда не оставляет кожуру цитрусовых. Прежде чем использовать лимоны или апельсины, срежьте с них цедру. Смешайте ложку натертой цедры, ползубчика тонко нарезанного чеснока, горсть крупно нарезанной мяты или петрушки и немного крупной соли. У вас получится восхитительная и изысканная приправа, которой можно посыпать вареную курицу или яйца-пашот.

Или снимите с лимона цедру ножом для чистки овощей, нарежьте тонкой соломкой и сварите на медленном огне в сахарном сиропе, приготовленном из стакана сахара и стакана воды. Придавите цедру

блюдцем и варите минут пятнадцать, пока сироп не загустеет. Храните цитрусовый сироп в холодильнике, а в нужный момент согрейте его до комнатной температуры, налейте в высокий стакан, добавьте газированной воды и льда — домашний лимонад готов! Остается только украсить стакан свежей мятой.

Вкус некоторых овощей раскрывается только во время приготовления. Свои впечатления и опыт можно зафиксировать по-разному, например завести альбом с рецептами. Но необходимо открыть нечто новое в себе, чтобы этот альбом стал действительно полезным. На дне каждой кастрюли с овощами, бобами, крупой или мясом таятся неповторимые вкусы; вся алхимия современной кулинарии в том, чтобы превратить продукты в жидкость, которую можно аккуратно перелить в стеклянный сосуд.

В приятном маслянистом соке, оставшемся от приготовленного овоща, сконцентрирован вкус всех использованных ингредиентов. Это эликсир с привкусом сливочного и оливкового масла, зубчиков чеснока, цедры лимона, веточки тимьяна, капли вина, щепотки перца и, безусловно, самого овоща.

Полейте соком, оставшимся при жарке жгучего итальянского перца, простой вареный рис. Или добавьте его в кастрюлю, где подогревается томатный соус. Оставьте зеленый осадок от мангольда, чтобы завтра в нем же разогреть другой овощ, которому будет полезно ненадолго окунуться в прошлое. Жиром, оставшимся в сковороде после жарки мяса, намажьте горячие тосты или полейте рис и бобы, а еще его можно добавить в рисовый или гороховый суп.

Я советую вам на емкости с каждым овощным соком писать название и дату, чтобы не забыть, когда и из чего он был сделан. Потому что если вы этого не сделаете, то столкнетесь с неприятными неожиданностями — если, например, по ошибке глотнете уксус для маринада, чуть не вылив его в суп.

Того количества еды, которое у вас осталось от последней трапезы, всегда достаточно для нового блюда. Скорее всего, ее не хватит на приготовление второго точно такого же блюда: одной тарелки тушеной говядины не хватит на четыре порции, однако из нее можно сделать четыре горячих сэндвича с говядиной, тонко нарезанной капустой и маринованными огурцами.

Небольшое количество еды, аккуратно сложенное в маленький контейнер, выглядит аппетитнее, чем остатки, собранные в углу большой опустевшей тарелки. Так что лучше переложите все оставшееся после трапезы в стеклянные емкости подходящего размера. Важно, чтобы они были прозрачными: тогда, открывая холодильник, вы будете видеть фиолетовый баклажан и турецкий горох с куркумой, а не груды пластиковых коробок. Не убирайте эти баночки глубоко в недра холодильника, пусть они будут на виду.

Это крайне любопытное занятие — ловить кого-то за хвост. Собаки постоянно безуспешно пытаются справиться с этой задачей. Меж тем Платон полагал, что это занятие интересно не только в практическом плане, но и в духовном. Он писал, что змея, поймавшая свой хвост, — таинственный символ бесконечности, идеальное существо: она создает, что ест, и ест то, что создает, и для вечной жизни ей нужна лишь она сама.

Мне нравится представлять, как эта находчивая платоновская змея целую вечность потчует себя собственным хвостом. Хорошо, что нам не надо довольствоваться сырыми «хвостами» еды. Ведь их можно приправить, нарезать, подогреть, охладить, разнообразить, изменить. Пусть мы не будем пировать вечность, как эта змея, зато обречем полноту вкуса в своих «хвостах».

Когда мы выбрасываем недоеденную пищу, мы не развиваем ту мысль, которой руководствовались при приготовлении обеда на сегодня. Если же мы ее оставляем, то продолжаем двигаться вперед и думать о том, что приготовить завтра на ужин. Так что давайте присмотримся к остаткам еды, соберем их и отложим в сторону, чтобы в следующий раз, когда возникнет вопрос «чего бы съесть?», ответ уже ждал в холодильнике.

Глава 5

Как рисовать без кисти

Рисовать можно без кисти, чернил и бумаги. Нужно таким образом постигнуть жесты, чтобы они сами по себе создавали картины.

Шитао «Беседы о живописи
монаха Горькая Тыква»

Если бы мы учились готовить так же, как учимся ходить — ощущая гальку пальцами ног, пошатываясь, падая, отталкиваясь от земли руками и вновь пытаясь идти, — тогда мы бы поняли, что каждый может готовить так же хорошо, как и ходить, и не надо обладать каким-то особым талантом — нужно лишь выбрать направление, прислушаться к своим чувствам и поверить в себя.

Но чаще всего мы учимся кулинарному делу по-другому, и, когда видим людей, готовящих непринужденно, когда между поваром и продуктами царит некая гармония, нам кажется, что у этих людей какой-то врожденный дар, благодаря которому они знают, что яйцо уже сварилось, рыбу пора перевернуть, а суп нужно досолить.

Однако на кухне, как и при первых шагах, инстинкт проявляется в процессе, а не в конце: необязательно знать что-то о кулинарии — важно самостоятельно искать ответы.

Вступая на путь интуиции, доверьтесь ощущениям: они как руки, которые помогают удерживать равновесие и подниматься после падений.

Нужно все беспрестанно пробовать. Пробуйте всегда и везде. Пробуйте, даже если вам страшно. В главе [«Как обратить поражение в победу»](#) я расскажу, что делать, если пища получилась пересоленной, чересчур острой или слишком пресной. Только пробуя, вы сможете понять последствия своих действий.

Прислушивайтесь к еде, будто готовите на слух. Рыбу нужно перевернуть, когда она издает характерный звук, и, как бы я ни

описывала это шипение, вам все равно нужно один раз его услышать, чтобы понять, о чем я.

Обоняние сильнее нас. Нос поддерживает в нас чувство голода и остается начеку, даже когда притупляется разум. Всегда принохивайтесь во время приготовления еды и ассоциируйте запахи с тем, что слышите, видите и пробуете. Еще хрустящий лук пахнет не так, как уже мягкий и прожаренный. Когда вы научитесь различать запахи, вам не нужно будет заглядывать в сковороду, чтобы проверить, насколько лук готов.

Как бы ни была прекрасна кулинарная книга, указанное в ней время приготовления продуктов все равно будет неверным. Ингредиентам требуется не три, не пять и не десять минут — на самом деле все зависит от вашей плиты и от того, какой сегодня день. Это также зависит от вашего вкуса. Ведь именно вам решать, готово блюдо или нет.

В мире существует множество приспособлений для приготовления пищи. Однако в этом деле самое главное вовсе не кастрюли и сковородки, а разум, сердце и руки повара. Как я уже говорила, в кулинарию нужно вкладывать душу.

У меня всего несколько кастрюль и сковородок, причем все они большие и довольно старые. Главное, что они прочные и вместительные. У меня есть огромная кастрюля, в которую помещаются курица, овощи и килограмм пасты. Я знаю одного шеф-повара, который дома готовит все в небольшом котелке, потому что тот правильного размера и вода в нем быстро закипает. Посуда должна быть достаточно вместительной, чтобы в нее можно было вылить воду и добавить ингредиенты, и неважно, как она выглядит.

Я трепетно отношусь к своему ножу. У него красивое 20-сантиметровое лезвие. Знакомый повар из ресторана Chez Panisse прозвал его «дамским ножиком». Это подарок брата, и я всегда слежу, чтобы нож был чистым и острым. Еще у меня есть маленький нож для чистки овощей, купленный в магазине строительных товаров, и тяжелый зубчатый нож для нарезки хлеба с твердой корочкой. Я могу нарезать продукты прямо на кухонном столе, хотя у меня есть несколько больших деревянных разделочных досок.

Стеклянные формы для запекания у меня сохранились еще со времен колледжа. Их купила моя соседка, а я неумышленно их стащила. Свою глубокую ступку, похожую на улей, и пестик к ней я купила в Таиланде. Они всегда под рукой, потому что каждый день приходится измельчать орехи, чеснок, анчоусы или травы. Также на моей кухне можно найти мерные стаканы и ложки. Из старых кулинарных книг я узнала о том, что раньше было принято отмерять ингредиенты винными бокалами и чайными чашками. Думаю, ничто вам не мешает разработать свою систему мер.

Еще у меня есть рисоварка, которой я полностью доверяю. Однако ее наличие вовсе не означает, что можно не учиться готовить рис. Обращайте внимание на то, сколько времени вода нагревается и сколько варится рис. Это относится к любой кухонной технике. Нам есть чему поучиться даже у ножа для резки яиц и машинки для удаления косточек из маслин.

В большой стеклянной банке у меня хранятся деревянные ложки, почти все пригоревшие. Виной тому моя дурная привычка оставлять ложку в сковороде после того, как я что-то перемешивала. Деревянной ложкой лучше всего проверять готовность некоторых продуктов. Если под легким ее натиском разломался кусочек лука, чеснока, моркови или сельдерея — значит, они готовы.

У меня есть воронка, чтобы переливать оливковое масло из банки в маленькие бутылочки, и коническое сито для процеживания бульона. Во многих случаях очень выручает блендер.

У каждого свой набор необходимых инструментов. Их не должно быть много. Вы можете хорошо готовить именно в тех кастрюлях и сковородах, которые у вас уже есть. Пробуйте, смотрите, слушайте, чувствуйте, прокладывайте свой кулинарный путь, и однажды кто-то скажет, что вы готовите так же естественно и непринужденно, как ходите. И это будет правдой.

Итак, вот мой совет насчет опыта и посуды. Не ведите себя так, будто вы знаете ответ, не загружайте кухню различными приборами — лучше постарайтесь стать таким кулинаром, которому все эти приспособления не нужны.

Глава 6

Как осветить комнату

Загляните в лачугу к своему любимому; несмотря на всю бедность, ее светотени станут немного теплее и чувства коснутся убогости ее внешнего вида.

Роберт Кейпон «Барашек на ужин»

Как зажженные свечи меняют атмосферу комнаты, так и зелень придает блюду ухоженный вид.

На свежие травы всегда можно рассчитывать, когда нужно что-то оживить. Например, петрушку всегда использовали как средство от увядания: в Древней Греции об умирающем человеке говорили: «Он требует петрушки». Богиня, ответственная за травы — Персефона, — одновременно была царицей подземного мира и богиней весны. Не важно, что нужно было ускорить — смерть или оживление, — петрушку всегда задействовали в поворотных моментах, когда «сейчас» начинало перетекать в будущее.

Я рекомендую при любой возможности покупать пучок петрушки. А далее действуйте как дети, когда им вручили молотки: срочно нужно по всему постучать! Петрушка нужна всегда: потому что блюдо слишком простое, потому что слишком старое, просто потому что оно есть и вы хотите его улучшить.

Будто новорожденная весна, яйцо-пашот нуждается в петрушке. Нужно положить пригоршню петрушки в горячий белый рис и на только что сваренный картофель, и на пасту со сливочным маслом и сыром.

Всем блюдам нужна петрушка, чтобы они стали ярче и живее и мы во время еды ощутили эту живость. Ученые продолжают изучать, что нас радует во время приема пищи. Это не просто химия белков и углеводов. Мы ощущаем удовлетворение, когда наши чувства взбудоражены, а у мозга было достаточно времени, чтобы

зафиксировать состояние сытости желудка. Наши рты любят изобилие так же, как его любят наши глаза. Изобилие свежей петрушки может включать в себя только петрушку, но это изобилие.

Купите большой пучок и оторвите листья от стеблей — не для конкретной цели, а для того, чтобы они были под рукой готовые к использованию: вероятность, что вы их возьмете, будет гораздо выше. Отрывайте листья в том месте, где они присоединяются к стеблю. Процесс идет довольно быстро, если вы сосредоточиваетесь на листьях, а не на стеблях. Если вы слишком рассеянны, чтобы сосредоточиваться, что иногда бывает со мной, используйте острый нож и надрезайте слегка листья в местах их соединения со стеблем. Сохраните все стебли петрушки. Они понадобятся вам для приготовления любого супа или горшочка бобов — они стоят того, чтобы положить их в воду. В этой книге полно рецептов супов, заготовок на зиму и блюд из бобовых, и для каждого нужны стебли петрушки.

Крупно порубите большую пригоршню листьев. Хорошо, если во время еды у вас будет не только впечатление, что листья есть, но еще и ощущение, что вы действительно их едите. Я обнаружила, что хочу тонко резать травы только в том случае, если они будут засыпаны в прозрачный бульон, в котором больше не будет ничего, кроме четырех зернышек риса, и я должна соблюсти баланс аскетизма и эстетики. Во всех других случаях я небрежно рублю листья петрушки ножом.

Как только петрушка или ее «мягкие» травы-собратья — базилик, шнитт-лук, эстрагон, укроп и кинза — порублены, бросьте щедрую горсть прямо поверх вашего риса, картофеля или пасты и наблюдайте, как они начинают щекотать ваши чувства.

Свежие травы творят чудеса, когда вы добавляете их в еду во время приготовления. Немного эстрагона или базилика чудесно впишутся в мягкий омлет, а также в сковороду, где томятся в сливочном масле репа, редис и горошек. Мне нравится добавлять крупно нарезанную вместе со стеблями кинзу в готовящийся лук-порей, капусту или тушеные помидоры. Лучше всего добавлять траву в блюдо дважды: один раз во время приготовления, а второй — посыпать уже готовое блюдо.

Жесткие травы, такие как розмарин и тимьян, выдерживают более высокую температуру приготовления, поэтому их хорошо добавлять во время жарки или запекания. Добавьте несколько веточек тимьяна и розмарина к овощам, которые планируете запечь в духовке. Или положите их под кожу цыпленка для жарки, или внутрь целой запекаемой рыбы. Также они придадут приятный аромат рису, если добавить их в кастрюлю в начале приготовления.

Листья петрушки, отделенные от стеблей, неделями могут храниться в закрытом контейнере. Все остальные травы лучше хранить целыми и сухими, выложив бок о бок в один слой на бумажных полотенцах. Разложите травы в форму для запекания и закройте пищевой пленкой. Взяв нужные травы, не забудьте закрыть оставшиеся. Воздухонепроницаемый контейнер с защелкивающейся крышкой использовать удобнее, но я никак не куплю его.

Однако существуют еще более практичные способы хранения пряных трав.

Простые масла, настоянные на травах, творят чудеса. Соус сальса верде (см. рецепт [«Сальса верде»](#)) — яркий пример такого масла. Существуют дюжины еще более простых рецептов: просто порубите или разотрите свежие травы, добавьте чуть-чуть чеснока и омойте радостную зеленую смесь каплей хорошего оливкового масла.

Жир помогает раскрывать вкусы. Тончайшие вкусы тарелки риса или чечевичной похлебки легкомысленно закружатся в вихре молекул жира. Наши вкусовые рецепторы так же жаждут развлечений, как и наши глаза. Масло, настоянное на травах, принесет вам чувство удовлетворенности или, как минимум, порадует. Все кухни мира пользуются этим трюком, чтобы сделать пищу лучше, независимо от того, много ее или мало. Индийские специи перед использованием подогревают в топленом сливочном масле — ги. В деревенские французские протертые супы из репы, спаржи или шпината по готовности добавляют немного сливочного масла. Прежде чем взяться за вилки, жители Средиземноморья сбрызгивают еду оливковым маслом.

Всегда, когда у меня есть петрушка, я настаиваю на ней масло. Я делаю это, пока жду, когда закипит вода. Это недорого, а взбодрит любое блюдо. Чтобы сделать прекрасное темно-зеленое петрушечное

масло, порубите листья пучка петрушки, раздавите туда зубчик чеснока и добавьте немного соли, а затем залейте оливковым маслом. Смешивайте траву и масло осознанно, ведь вы хотите получить не просто влажную траву, а соблазнительный, глубокий и вязкий чесночный соус, которым вы польете ломтики спелых помидоров. Добавьте еще какую-нибудь мелко нарезанную свежую пряную траву в петрушечное масло, чтобы придать ему новый оттенок вкуса. Добавьте столько же другой травы, сколько петрушки. Масло, настоянное на майоране или шалфее, особенно хорошо для заправки бобовых или мяса, а масло с мятой подходит ко всему, особенно если добавить лимонную цедру для яркости вкуса.

Чтобы получился соус песто, достаточно добавить в смесь зелени и масла свеженатертый пармезан и измельченные жареные грецкие орехи.

Больше всего известен песто из базилика. В бутылке с маслом веточки базилика быстро потемнеют, но для приготовления свежего песто базилик подходит как нельзя лучше. Можно купить вполне съедобный готовый песто, но это начало конца базилика. Гораздо практичнее купить свежий базилик, орехи, а также кусок сыра пармезан и бутылку оливкового масла.

Вы можете хранить нарезанную зелень и в сливочном масле. Зеленое сливочное масло — отличная штука. Его можно приготовить с любыми сочными пряными травами, с любым их количеством. Несколько листиков придадут маслу лишь легкий аромат. Если травы достаточно много, масло будет насыщенного зеленого цвета.

Согрейте кусок сливочного масла до комнатной температуры. Крупно нарежьте травы и перемешайте их с маслом деревянной ложкой. Положите масло на кусок пищевой пленки, сверните валиком и закрутите концы пленки.

Немного мелко нарезанного лука-шалота, вмешанного в масло вместе с петрушкой, превратят его в традиционный французский соус к бифштексу — масло метрдотель ^[19]. А еще, я считаю, творит чудеса масло с тертым имбирем и мятой.

Сливочное масло с зеленью, как и песто, продается в дорогих супермаркетах. Если же вы готовите его сами, получается тройная

выгода: вы экономите деньги, используете остаток трав, которые могли испортиться, и спасаете еду от пресности. Ароматное сливочное масло хранится в холодильнике в течение месяца и до четырех — в морозильной камере.

Вот еще один прекрасный способ использовать пряные травы — добавить пригоршню в натуральный йогурт, чтобы получился легкий соус для котлет из ягненка, супа или риса. Ну или в майонез, для красоты.

Правил о том, какие травы смешивать с оливковым маслом, а какие — со сливочным, какие с йогуртом, а какие с майонезом, не существует. Точно так же не существует правил, какой травой какие блюда посыпать.

Давайте возьмем за основу географию. В кухнях, где готовят на оливковом масле, используют травы, которые хорошо растут в том же климате, что и оливковые рощи: петрушку, майоран, тимьян, розмарин и шалфей. Эти травы лучше всего подходят для создания пряных масел. В кухнях, основанных на применении сливочного масла, в ход идут кервель и эстрагон. Для йогурта подойдут мята, кинза и укроп. Не могу придумать ни одной травы, которая не украсила бы майонез. Обжаривание в масле листьев петрушки, розмарина или шалфея — хороший, хоть и немного небрежный способ сделать изысканный гарнир из чего-то обычного. Жаренье в масле кристаллизует цвет и форму пряных трав: петрушка превращается в солдатики; листья шалфея изгибаются, словно грациозные животные; розмарин погружается в царство идей.

Чтобы пожарить травы, удостоверьтесь, что они просушены, и отделите листья от стеблей. Только розмарин можно оставить веточками. Налейте в кастрюлю масло (желательно арахисовое или масло из виноградных косточек) слоем около 10 см. Чем меньше кастрюля, тем лучше, но в нее должна помещаться шумовка или ложка с дырками. Как следует разогрейте масло и опустите в него веточку розмарина: она поможет понять, достаточно ли высока температура. Если вокруг розмарина побежали мелкие пузырьки, масло достигло нужной температуры. Теперь добавляйте остальные травы пригоршнями, поочередно.

Держите под рукой тарелку, покрытую бумажным полотенцем. Когда масло перестает яростно пузыриться, травы готовы. Они должны сохранять прежний ярко-зеленый цвет. Достаньте их из кастрюли, дайте стечь маслу и разложите на бумажные полотенца в один слой. Слегка посыпьте солью. Остывшее масло процедите и сохраните, чтобы еще раз поджарить на нем пряные травы.

Из трав можно приготовить очень вкусный суп.

Суп с припущенными пряными травами



5 чайных ложек сливочного масла

½ мелко нарезанной морковки

½ головки мелко нарезанного лука

8 стаканов трав: кинза, петрушка, цельный шнитт-лук, шпинат, щавель, листья латука

2 небольших клубня картофеля, очищенных и крупно нарезанных

1 чайная ложка соли, можно добавить по вкусу

4 стакана воды, можно больше, чтобы смесь была полностью покрыта

сок лимона

Желательно: крутоны, шнитт-лук, пряное масло, сметана, йогурт для заправки

Растопите масло в большой суповой кастрюле. Добавьте морковь и лук и готовьте до мягкости. Добавьте картофель, воду, соль. Доведите до кипения, убавьте огонь и варите на медленном огне до того, пока картофель не станет рассыпчатым. Добавьте травы. Попробуйте суп и посолите по вкусу. Взбейте в блендере порциями до однородной консистенции. Если суп кажется волокнистым, процедите его через мелкое сито. Суп можно подавать горячим или холодным.

Перед подачей добавьте немного лимонного сока и украсьте крутонами и любыми травами. Подавайте с маслом, сметаной или йогуртом.

Глава 7

Как обрести равновесие

*Почти у каждого мудрого высказывания есть
противоположное, не менее мудрое, чтобы
уравновесить его.*

Джордж Сантаяна^[20]

В книге «Как приготовить волка» М. Фишер дает самый лучший из известных мне советов по организации питания: «Сбалансируйте целый день, а не каждую трапезу в нем». Необязательно завтракать фруктовым соком и хлебом с маслом, кашей или яичницей с беконом, а в обед съедать суп, мясо с гарниром, фасоль и вальдорфский^[21] салат, как рекомендовали ее предшественники. Вот что она говорит: «На завтрак может быть не тост. Это может быть целая гора тостов, щедро смазанных сливочным маслом, с медом или джемом. Вы можете наесться вдоволь, поскольку эта еда недорогая. Вы можете получить удовольствие, потому что не придется бегать кругами с жареными яйцами и грязной посудой».

Она права. На завтрак можно подать тост, как можно и на обед, и на ужин. «Преломлять хлеб» означает «есть». «Хлеб наш насущный» означает «еда». Хлеб называют основным продуктом питания, и мне это нравится: вся жизнь зиждется на хлебе. Но сегодня это уже не так: мы решили, что он вреден. Суть наша сломалась, и отчасти из-за этого наше питание стало так сложно сбалансировать. Хлеб может быть основным продуктом, не прелюдией к приему пищи и не едой, «чтобы набить живот». Он не вреден для вас. Будут ли это горы тостов, щедро намазанных сливочным маслом, или толстые куски, натертые чесноком и сбрызнутые оливковым маслом, хлеб — прекрасная основа здорового рациона.

На мой взгляд, лучший способ подать полезные, спелые и сочные сезонные овощи прост: выложить их на большом блюде рядом со

свежим поджаренным хлебом. И не нужно беспокоиться о множестве ингредиентов — достаточно купить хлеб с жесткой корочкой. Выберите тот, который понравится вам своим видом и ароматом.

Остальной частью вашей трапезы будут овощи. Нарежьте хлеб на куски, сбрызните их маслом и запеките в горячей духовке или на гриле. Пусть куски слегка подгорят, затем натрите каждый разрезанным зубчиком свежего чеснока.

Осенью запеките целую мускатную тыкву (см. рецепт [«Тыква мускатная запеченная»](#)). Разомните ее в миске с хорошим оливковым маслом, добавьте свеженатертый пармезан и сдобрите черным перцем свежего помола. Положите побольше тыквы на поджаренный хлеб, капните на нее еще оливкового масла и выжмите лимонный сок, посыпьте крупно нарезанным поджаренным миндалем...

Зимой потушите мангольд или листовую капусту в оливковом масле с большим количеством чеснока. Положите на кусок хлеба рикотту или козий сыр, на него — гору чесночной зелени, сбрызните лимонным соком и наслаждайтесь.

Весной припустите зеленый горошек или спаржу в смеси сливочного масла и воды. Положите на каждый ломоть хлеба столовую ложку овощей и приправьте их сливками или сметаной, добавьте несколько крупинок черного перца или тонко нарезанной мяты, эстрагона или шнитт-лука.

Летом крупно нарежьте помидоры. Прекрасно, если они будут разных цветов. Положите разноцветье на каждый тост, хорошенько посолите, сбрызните ароматным оливковым маслом и украсьте листочком базилика. Запеките в духовке либо на гриле цукини или баклажаны, заправьте уксусом, пока они еще горячие, и выложите на куски хлеба.

Вот рецепт для тех, кто утверждает, что бекон — тоже овощ: тонко нарежьте чеснок и потомите на очень медленном огне в смеси воды и сливочного масла, пока он не станет совсем мягким. Щедро намажьте тосты этим чесноком и положите сверху тонкий ломтик бекона или грудинки. Готовьте тосты в духовке или на гриле до тех пор, пока мясо не станет хрустящим, а жир не впитается в хлеб.

Используйте хлеб, чтобы уравновесить не только ваш рацион, но и бюджет. Стоимость местных овощей, купленных на фермерском

рынке, оправданна, если вы едите их, приготовив хорошо и просто, с большим куском хлеба. То же самое можно сказать и о хорошем оливковом масле, которым вы щедро польете свою еду.

Хлеб не обязательно должен быть главным блюдом. Но пусть тогда он послужит приправой к основному блюду. Возьмите кусок хорошего хлеба вместо второй порции свиной отбивной или лазаньи. Соберите им вкусные мясные соки или промокните остатки соуса. Так вы окажете помощь своему желудку и своему кошельку.

Если вы предпочитаете не готовить дома, отдайте должное разделению труда. Пекари — люди благочестивые и странные, уверенные в том, что хлебная закваска ведет тайную жизнь. Их печи всегда горячи, и они вдыхают ароматы теста и свежесвеженного хлеба. Я не благочестивая и вполне обычная. И хлеб у меня получается неутонченно жестким и плоским.

Но я продолжаю стараться! С этим рецептом я добилаь кое-какого прогресса, а нужно достичь большого равновесия, чтобы что-то чужое стало твоим. Этот рецепт не мой, но рецепты никогда не бывают чьими-то.

Хлеб по рецепту Джима Лэйхи^[22] без вымешивания



3 стакана хлебопекарной муки плюс немного для подсыпки

¼ чайной ложки активных дрожжей

1¼ чайные ложки соли

1 ⅝ стаканов воды

кукурузная мука

В большой миске смешайте муку, дрожжи и соль. Добавьте воду и мешайте деревянной ложкой, пока все ингредиенты не объединятся в комковатое липкое тесто. Накройте миску пищевой пленкой и оставьте при комнатной температуре на 18 часов.

Когда поверхность теста начнет слегка пузыриться, посыпьте мукой большую разделочную доску и выложите на нее тесто; добавьте еще немного муки и сложите края теста к центру. Прикройте пищевой пленкой и оставьте так на 15 минут.

Используя столько муки, сколько нужно для того, чтобы тесто не прилипало к рабочей поверхности или вашим пальцам, аккуратно и быстро придайте тесту форму шара. Щедро насыпьте на полотенце, желательно льняное, пшеничную и кукурузную муку. Положите тесто на полотенце швом вниз и присыпьте мукой. Накройте еще одним гладким льняным полотенцем и оставьте подниматься примерно на 2 часа. Тесто должно почти в два раза увеличиться в объеме и не должно пружинить при нажатии пальцем.

Прогрейте духовку до 232 °C. В только что включенную духовку поставьте чугунную, керамическую или стеклянную форму объемом 6–8 л с плотно прилегающей крышкой. Через 30 минут с начала нагрева осторожно достаньте ее из духовки. Подведите руку под полотенце и переверните тесто в форму швом вверх. Не беспокойтесь о внешнем виде теста! Один или два раза встряхните жаровню, чтобы тесто распределилось равномерно; остальное выправится во время выпекания. Закройте крышкой и выпекайте 30 минут, затем снимите крышку и выпекайте еще 15–30 минут до тех пор, пока булка не станет коричневой. Остудите на решетке.

ГОТОВИМ ОТКРЫТЫЙ ПИРОГ

В Мерсо моя мама познакомилась с женщиной, которая, по ее мнению, пекла лучшие в мире открытые пироги. Она легко слепляла холодное масло с мукой на мраморной столешнице и раскатывала тесто, как описывала мама: «Скалкой — раз — вверх! Раз — вниз! Влево! Вправо! И так в каждом направлении!» — и вот тесто для пирога готово, присыпано хлебными крошками, наполнено летними овощами или чем-нибудь в этом роде.

У меня есть рецепт, по которому я делаю тесто для открытых пирогов. В нем нет холодного сливочного масла, которое слишком быстро начинает таять на моем теплом шероховатом деревянном столе, и оно не становится твердым, когда я его раскатываю — двадцать раз, волей-неволей. Оно «уживчивое», потому что приготовлено с оливковым маслом. К тому же оно прочное, так что нет необходимости посыпать его хлебными крошками^[23].

К счастью, открытые пироги появляются не потому, что нужно чем-то заполнить тесто, а потому, что нужно как-то использовать ингредиенты. Даже если магия муки и воды пугает вас так же, как меня, нельзя отрицать, что, как только у вас появляется готовое тесто, любая начинка превращает его в еду. Открытые пироги слишком удобны, чтобы их постоянно бояться, а когда в руках есть проверенный рецепт теста, это просто глупо. Теста по этому рецепту хватит на два пирога; неиспользованную половину можно хранить в холодильнике в течение недели или в морозильной камере в течение шести месяцев. Для двойной порции удобнее отмерять ингредиенты, к тому же неплохо иметь под рукой готовое тесто.

Для того чтобы получить превосходный нижний слой начинки, подходящий для любых овощей, взбейте полтора стакана рикотты с четвертью стакана доброго оливкового масла, двумя столовыми ложками сливок и половиной чайной ложки кошерной соли^[24], двумя яичными желтками и щепоткой свежего мелко нарезанного тимьяна или розмарина. Получится очень густой солоноватый крем, который, если нет овощей, будет приятной начинкой сам по себе.

Приготовьте любые овощи, которые у вас есть или которые вам нравятся. Охладите их и нарежьте все, кроме помидоров, некрупными

кусочками. Заполните корж кремом из рикотты и выпекайте при температуре 200 градусов — края коржа должны быть неприкрытыми — в течение пятнадцати минут, до тех пор, пока крем не станет твердым на ощупь. Выложите овощи плотным слоем поверх рикотты и выпекайте еще десять минут. Дайте пирогу немного остыть, ешьте его теплым. Такой пирог остается вкусным несколько дней.

Если тесто послужило оправой другим продуктам — значит, они этого достойны. Любые продукты можно превратить в начинку, разбавив каплей сливок. Например, перемешайте со сливками жареный лук и выложите его на слой из рикотты. Или не используйте рикотту и заполните корж остатками карри из баклажана либо тушеной говядиной. Я всегда думала, что все бобовые не годятся в начинку для пирога, но гурู из Мерсо печет их даже с чечевицей

Тесто на оливковом масле для открытых пирогов



2½ стакана муки общего назначения

⅓ стакана оливкового масла хорошего качества

½ стакана ледяной воды

1 чайная ложка мелкой морской соли

Смешайте все ингредиенты в миске. Если тесто невозможно собрать в комок, добавьте чуть-чуть больше ледяной воды и замесите тесто.

Разделите тесто пополам. Сформируйте из каждой половины шар, затем приплюсните каждый шар, чтобы получился диск. Заверните тесто, которое не планируете использовать, в пленку и уберите в холодильник или в морозильник. Вторую половину также заверните в пленку и положите в холодильник на час. Пока тесто охлаждается, разогрейте духовку до 200 °C.

Достаньте тесто из холодильника и раскатайте его в круг толщиной около 5 мм, подпылив рабочую поверхность мукой. Слегка смажьте маслом и обсыпьте мукой дно

формы для пирога диаметром 22 см. Несколько раз проткните тесто кончиком ножа.

Закройте тесто алюминиевой фольгой и насыпьте на нее сухую фасоль или специальные камешки. Если над бортиками формы выступает тесто, прикройте его специальной крышкой или соорудите собственную из длинного куска алюминиевой фольги.

Выпекайте тесто под грузом 20 минут. Уберите груз, снимите фольгу и выпекайте еще 15 минут. Достаньте форму с тестом из духовки.

КАК ПРИГОТОВИТЬ ХЛЕБНЫЙ СУП?

В странах, где высоко ценится хлеб, существует множество рецептов блюд, основанных на черстве хлеба. Эти рецепты непросто найти в кулинарных книгах, ведь они не выделены в отдельную главу. Потому что черствый хлеб — просто ингредиент, такой же, как лук или чеснок.

Пожалуй, лучшие блюда с использованием черствого хлеба — хлебные супы. Словосочетание «хлебный суп» звучит странно. Но в нем есть своя логика: хороший черствый хлеб улучшает жидкость, а жидкость улучшает хороший черствый хлеб. В рецептах хлебных супов до смешного подробно описывается, насколько черствым и грубым должен быть их основной ингредиент. В традиционных рецептах французского супа крут-о-по (Crouste au pot), что переводится как «корка в кастрюле», нас строго призывают использовать не черствый хлеб, а только корки от него. Их готовят в жире, снятом с кипящего мяса, до тех пор, пока не прилипнут ко дну кастрюли. И подают их, полив горячей похлебкой. Для лукового хлебного супа из книги «Простая французская еда»^[25], написанной Ричардом Олни, требуется не просто черствый хлеб, а «деревенский, с плотным, грубым мякишем».

Черствый хлеб нельзя купить. Его нужно дожидаться, что придает всем блюдам с ним философскую весомость.

Вероятно, самый вкусный хлебный суп — знаменитая тосканская риболлита (ribollita). Как выразилась однажды моя подруга из

Тосканы, «для риболлиты вы не покупаете продукты. Они у вас просто есть».

Вот рецепт не самой традиционной риболлиты. «Настоящая» получится только в том случае, если у вас «есть» именно то, что хранится в среднестатистической тосканской кладовке.

Риболлита



оливковое масло

1 головка мелко нарезанного репчатого лука

2 тонко нарезанных зубчика чеснока

2 мелко нарезанных стебля сельдерея

соль

по ½ стакана небрежно нарезанной свежей петрушки и розмарина

½ чайной ложки хлопьев острого перца

3 очищенных и нарезанных помидора

1 пучок крупно нарезанных листовых овощей без стеблей (листовая капуста, мангольд или кудрявая капуста)

¼ стакана воды

2 стакана вареной красной или белой фасоли или турецкого гороха

2 стакана отвара от фасоли или любое сочетание куриного бульона, сока от консервированных помидоров и воды

кусочек корки пармезана

2 стакана наломанного на кусочки хорошего черствого хлеба без корок и без добавления фруктов, орехов или семечек

Разогрейте в большой кастрюле оливковое масло, налитое слоем толщиной полсантиметра. Пассеруйте в масле лук, чеснок и сельдерей, сразу же посолив их. Когда овощи

станут мягкими, добавьте пряные травы и хлопья острого перца. Затем добавьте помидоры, и, когда они станут мягкими, разомните их ложкой. Готовьте на средне-сильном огне в течение нескольких минут.

Добавьте нарубленную листовую зелень и воду. Накройте кастрюлю крышкой и готовьте содержимое на малом огне до тех пор, пока зеленые овощи не «завянут». Добавьте фасоль, бульон и сырную корку. Доведите до кипения, затем добавьте хлеб и полстакана оливкового масла. Закройте крышку, убавьте огонь до минимума и продолжайте готовить полчаса, периодически проверяя, чтобы не подгорело, и по необходимости добавляя немного фасолевого отвара или воды. Хлеб должен вобрать в себя все возможное, а затем «раствориться» в супе.

Вмешайте в суп еще $\frac{1}{2}$ стакана оливкового масла, попробуйте и уберите из супа сырную корку. Подавайте теплым, посыпав пармезаном и черным перцем свежего помола.

Я отлично переживаю зиму, превращая в хлебный суп все, что есть под рукой.

В рецептах рекомендуют подавать хлебные супы «очень горячими». Кто бы ни писал эти рецепты, мы-то знаем, что каким бы тощим ни было содержимое кастрюли, с температурой блюда вы можете позволить себе быть транжирой. Я даю хлебному супу остыть, мне он больше нравится теплым.

Из остатков хлебного супа стоит сделать небольшие «биточки» и пожарить их в оливковом масле. Это блюдо может оказаться лучше, чем его предшественник-суп, а возможно, даже лучше, чем хлеб, послуживший основным ингредиентом супа. В ресторане, где мой брат работает шеф-поваром, всю зиму готовят риболлиту, но ее никогда не подают как суп. Готовый суп остужают и оставляют на несколько дней, чтобы хлеб напитался разными вкусами. Затем из него жарят изумительные маленькие золотистые «котлетки». К тому времени, когда блюдо попадает вам на тарелку, каждый его ингредиент

намеренно состаривается, предусмотрительно забытый искусными руками.

Хлебный суп



Чтобы приготовить самый простой хлебный суп, подогрейте половину стакана оливкового масла в кастрюле. Добавьте в него стакан тонко нарезанного чеснока, репчатого лука, лука-порея и сельдерея в любом сочетании, сразу же посолите и потомите, пока овощи не станут мягкими. Вмешайте половину стакана крупно нарубленной петрушки и розмарина или листьев сельдерея и четыре стакана кубиков из черствого хлеба без корки. Тщательно перемешайте и влейте четыре стакана овощного или фасолевого отвара или мясного бульона в любом сочетании, добавьте кусочек сырной корки для аромата. Варите суп под крышкой двадцать-тридцать минут, до тех пор, пока хлеб не разварится полностью. Если суп начнет пригорать, добавьте немного воды.

Все хлебные супы — нечто среднее между супом и вторым блюдом. Не стоит пытаться их классифицировать; лучше проверьте, хороши ли они на вкус.

Снимите с плиты суп, достаньте сырную корку, щедро сдобрите оливковым маслом, добавьте только что натертого пармезана и посыпьте черным перцем свежего помола.

ЧТО ЕЩЕ МОЖНО ПРИГОТОВИТЬ ИЗ ЧЕРСТВОГО ХЛЕБА?

Салат с хлебом так же прост и вкусен, как хлебный суп. Чтобы приготовить его, подсушите в горячей духовке кусочки черствого хлеба, щедро полив оливковым маслом, добавьте пригоршню

вымоченного в уксусе лука, столько же сочных свежих помидоров или любых овощей, обжаренных в масле с чесноком, пригоршню пряных трав, еще немного оливкового масла. Подождите минут двадцать и ешьте.

Существует несколько способов хранения хлеба. Например, моя тосканская подруга покупает свежий хлеб каждое утро. Она приходит домой, кладет остатки вчерашней булки в кухонный шкаф, заваленный такими же пакетами с хлебом. Когда кухонный шкаф набивается под завязку, она вытряхивает хлеб из упаковки, варит большую кастрюлю супа и начинает все сначала.

А моя мама только делает вид, что уступает контроль над своей кухней хаосу, из-за которого хлеб черствеет. Как только хлеб начинает засыхать, она берется за него и не ляжет спать до тех пор, пока каждая горбушка или несъеденный кусок не будет нарезан кубиками, пропитан маслом, подсушен до хрустящей корочки, охлажден и аккуратно сложен в целлофановый пакет. На каждый пакет наклеивается ярлычок с указанием даты, и он отправляется в морозильник.

Я выросла на похлебках и супах, с удовольствием их ела, поскольку они были хороши, в том числе и благодаря неизменному хрусту поджаренного черствого хлеба.

В разных случаях меня часто выручают неровные сухарики с острыми краями. Чтобы их приготовить, срежьте корочку с черствеющего хлеба, мякиш нарите на кусочки примерно одинакового размера, покройте их оливковым маслом и разложите на противень. Выпекайте при 200 градусах 10–15 минут. Когда увидите, что они начали подрумяниваться, соберите их на одной стороне противня и перемешайте. Сухарики готовы, когда стали хрустящими. Слегка посолите их, затем остудите, положите в стеклянные банки или полиэтиленовые пакеты, если собираетесь замораживать. Храните два месяца в холодильнике или шесть месяцев в морозильной камере.

Или сделайте хлебные крошки. Перемелите хлеб без корочки в кухонном комбайне, смешайте с оливковым маслом, пока крошки не пропитаются достаточно хорошо. Насыпьте на противень тонким слоем и запекайте в духовке при температуре 200 градусов. Через пять минут перемешайте их лопаточкой или ложкой. Готовьте, пока крошки

не станут золотистыми и хрустящими. Достаньте, пересыпьте на тарелку и остудите, затем переложите в пакет, закройте, выпустив воздух, и храните при комнатной температуре в течение нескольких дней или в морозильной камере до трех месяцев.

Я обычно жду, прежде чем сделать любой из этих шагов; первые два дня я храню хлеб в бумажном пакете; затем перекладываю его в полиэтиленовый пакет. Потом, в зависимости от серьезности приступа трудолюбия, я или быстро рву хлеб на сухарики, или делаю хлебные крошки, или оставляю хлеб целым и замораживаю его как придется. Конечно, моя морозильная камера набита краюхами хлеба, но в нужное время все они пойдут в ход.

НЕСКОЛЬКО СЛОВ О СЫРЕ

В «Поваренной книге провинциальной Франции»^[26], которую также написала М. Фишер, есть описание воскресного ритуала в Страсбурге: «После долгих прогулок она шла в шумное заведение, чтобы заказать себе “мюнстерскую тарелку” — большой кусок ароматного, сочащегося сыра, миску мелко нарезанного сырого лука, площадку с семенами тмина и побольше доброго хрустящего хлеба».

Для меня это отличная еда. Кроме того, эта еда сбалансированная.

Сыр влияет на сосуды ничуть не хуже любого другого белкового продукта и доставляет вам ничуть не меньшее удовольствие. Мне не нравится думать о еде как о жирах и углеводах, потому что это не дает нам полной картины процесса переваривания пищи. Смех до колик сжигает калории, а приятная беседа помогает ускорить то, что нужно ускорить.

Но наука о питании подтверждает то, что и так знает мой желудок: жир абсолютно не делает вас толще. Он дает вам ощущение сытости.

Кусок сыра вместо куска мяса — хорошее распределение пищеварительных ресурсов. Если не класть толстый слой сыра поверх бифштекса, а подать вместо него, нет причины, по которой большой кусок ароматного сыра, подаваемого в вашей пивной вместе с куском хлеба, не стал бы самостоятельным блюдом.

Молоко, которое вы пьете, тоже должно быть сбалансированным. Предназначение коров — жевать траву, а не зерно, которым их кормят

на агропромышленных фермах. Когда коровы едят природную пищу, ярко-зеленое весеннее разнотравье, светлое и сухое летом, в их молоке появляется большое количество незаменимых жирных кислот, которые, как полагают, помогают бороться с онкологическими заболеваниями. Такое молоко не «засоряет» нас, как в случае с молоком (а также сыром и мясом) от коров, которых кормят зерном.

Для изготовления сыра требуется больше условий, чем для выпечки хлеба. Нужен доступ к определенным травам в определенное время года, проверенное годами знание молочных культур и понимание сырной плесени. Не обойтись и без темных пещер, где будет медленно вызревать продукт, некогда бывший молоком.

Можно пытаться печь хлеб. Мои маленькие комковатые булки с каждым разом становятся лучше. Но когда дело доходит до изготовления сыра, у вас нет шансов. Вы можете провести за этим занятием всю жизнь, но так и не получить Том-де-Савуа^[27], сравнимый с тем, что готовят альпийские сыровары. Только они знают, где самая зеленая трава, и ведут туда пастись своих животных. Это хорошее оправдание покупке уже готового сыра. Это также хорошее оправдание покупке дорогого окорока ручной работы. Потребуется еще одна жизнь, чтобы научиться делать сыровяленную ветчину, как семьи из Фриули, ведь они занимались этим еще до объединения Италии.

Есть несколько способов научиться разбираться в сыре. Первый — прочитать о нем. Написано много хороших книг о сыре. В них рассказывается, что, где и как создавалось и что с этим делать. Но более быстрый и познавательный путь — поговорить с тем, кто стоит за сырным прилавком. Если в вашем магазине нет сырного прилавка, поищите небольшие брусочки овечьего или козьего сыра — шевра. Эти молодые свежие сыры с незамысловатым вкусом продают в любом супермаркете.

Шевр хорош сам по себе, но, чтобы придать ему большую весомость, замаринуйте кружочки сыра в оливковом масле с травами. Вы не только придадите сыру некий романтизм, но и продлите срок хранения.

Овечий сыр в маринаде



120 г молодого овечьего сыра брусочком, лучше без консервантов

оливковое масло

1 пучок тимьяна

2 очищенных зубчика чеснока

1 столовая ложка поджаренных семян фенхеля

1 чайная ложка соли

Нарежьте сыр кружочками. Если сыр предварительно охладить, резать его будет проще; соберите сыр, оставшийся на обертке, и сформируйте из него шарики примерно такого же размера. Налейте в миску немного оливкового масла и обмакните каждый кружочек, чтобы он не склеивался с другими. Положите веточки тимьяна, чеснок и семена фенхеля в стеклянную банку, затем осторожно опустите сыр, равномерно посыпая солью. Залейте маслом, чтобы сыр был полностью покрыт.

Выдержите маринованный сыр в холодильнике как минимум 4 дня. Можно хранить до 3 месяцев.

В небольших итальянских магазинах каждый день готовят великолепную свежую, нежную рикотту. Неплохую честную рикотту можно купить в любом супермаркете. Она не будет изготовлена из молока счастливых, жующих траву коров, но будет доступна по цене и вовсе неплоха.

Я люблю есть рикотту, положив на кусок хлеба. Мне нравится, когда она лежит толстым слоем, и я готова съесть не один такой бутерброд. С пряными травами и с оливковым маслом, и с овощами, если они есть.

Рикотта хороша как ингредиент других блюд. Она легко превращается в запеканку, предоставляя нам возможность

использовать несколько хороших яиц.

Пикантная запеканка из рикотты



900 г мягкой рикотты

¼ стакана оливкового масла

2 яичных желтка

*¼ стакана крупно нарезанного свежего тимьяна,
розмарина, петрушки, мяты, листьев орегано
соль и свежемолотый черный перец по вкусу*

Нагрейте духовку до 220 °С. Перемешайте все ингредиенты в миске. Аккуратно добавляйте соль до тех пор, пока блюдо не станет менее соленым, чем вам хотелось бы: во время запекания выпарится много воды. Переложите смесь в форму для пирога диаметром 22–24 см. Выпекайте его в середине духовки 30–35 минут, пока не образуется румяная корочка. Рикотта слегка надуется, но, когда вы достанете блюдо из духовки, опадет. Запеканка хороша при любой температуре. Храните ее в холодильнике.

К любым сырам хочется что-нибудь добавить. Например, мелко нарезанный лук, как в мюнстерской тарелке из страсбургской пивной, или соленья, или чатни, или соус, или джем, или горчицу.

Поставьте на стол хлеб и сыр с любой добавкой. Подайте к этому салат — и больше ничего не надо.



Третьим членом этой святой троицы ферментированных^[28] продуктов являются вино или пиво. Они тоже имеют способность уравнивать, но это равновесие другого плана. Поскольку нас не мучают угрызения совести, когда мы едим хлеб и сыр, можно позволить себе поглотить эту троицу целиком, добавив к трапезе

бутылку вина или пива — уравновесить стол, на котором уже есть хлеб и сыр.

Глава 8

Как заправить салат

Почему в Англии боятся сезона салатов?

Элизабет Дэвид «Готовим летом»^[29]

Задача салата — оживлять другие, более скучные вкусы, обострять углы, помогать различить, где заканчивается один вкус и начинается другой. Итальянские салаты зачастую представляют собой единственный сырой или приготовленный овощ, тонко нарезанный и заправленный каплей уксуса и оливкового масла. Во Франции салатом может быть небольшая кучка корневого сельдерея, замаринованного в уксусе и смешанного с крем-фрешем и каперсами. В Греции или в Израиле салаты могут состоять из огурцов и мяты, или запеченного баклажана, или пряной вареной моркови. Очень вкусен палестинский салат, состоящий только из квашеных лимонов, размятых в грубое пюре; его подают холодным с теплой пищей.

Все что угодно, приготовленное или сырое, как-то нарезанное и твердой рукой заправленное чем-либо, с любовью выложенное на тарелку или в миску, называется салатом.

Салат — это самый приятный момент в приготовлении трапезы, и раз уж его можно сделать из чего угодно, приготовьте салат из своего любимого продукта, или из того, что выглядит самым свежим, или из того, что уже есть под рукой.

Прекрасный салат получается из петрушки. Несколько раз я была свидетелем того, как эти скромные листочки выполняли свой «салатный долг». В небольшом ресторане Pigne их подавали бок о бок с двумя роскошными мозговыми косточками и поджаренным хлебом, смазанным сливочным маслом.

Салат из петрушки



*1 пучок петрушки с гладкими или кудрявыми листьями
(стебли удалить, листья нарезать)*

1 лук-шалот, мелко нарезанный

1 чайная ложка обсушенных каперсов

4 корнишона, тонко нарезанных

сок 1 лимона

3 столовые ложки оливкового масла

соль и черный перец свежего помола

*Перемешайте петрушку, шалот, каперсы и корнишоны.
Отдельно смешайте лимонный сок и оливковое масло,
добавьте в салат. Слегка посолите по вкусу. Сверху
посыпьте черным перцем.*

Многие скромные продукты могут стать прекрасным салатом. Например, морковь. Нарежьте ее длинной тонкой стружкой, добавьте щепотку кумина или кориандра, немного соли или уксуса, заправьте большим количеством хорошего оливкового масла. Или нарежьте сельдерей тонкими диагональными ломтиками и сделайте то же самое, но без специй.

Когда землю покрывает корка льда и единственными доступными овощами становятся волокнистые корнеплоды, наступает время насыщенных пикантных салатов из овощей под соусом ремулад.

Салат из корнеплодов под соусом ремулад



3 корня сельдерея или пастернака, или 1 брюква

белый винный уксус

соль

1 стакан крем-фреша (сметаны) или домашнего майонеза (см. рецепт [«Майонез и айоли»](#))

черный перец свежего помола

2 столовые ложки обсушенных каперсов, крупно порубленных

лимонный сок

оливковое масло

Почистите овощи. Нарежьте их тонкими ломтиками, затем соломкой размером со спичку. Сложите в миску, хорошенько заправьте уксусом и посолите. Оставьте настаиваться полчаса, время от времени перемешивайте, затем откиньте овощи на дуршлаг. Хорошо отожмите и переложите в широкую миску. Добавьте немного крем-фреша или майонеза, щедро приправьте черным перцем и каперсами. Непосредственно перед подачей на стол вмешайте каплю лимонного сока и оливкового масла.

Ремулад, призванный смягчить вкус зимних овощей, «смягчит» даже картон. Если у вас нет ничего, кроме твердой стручковой фасоли, нарежьте ее потоньше и приправьте ремуладом — это ее спасет. Используйте ремулад для заправки салата из чего угодно, кроме нежных весенних и летних овощей: они увянут под его тяжестью, а вместо вкусного соуса останется холодная лужа.

Хороший салат для холодного времени года получается из капусты. Разберите плотный кокон на листья, тонко их нарежьте, посолите и заправьте рисовым уксусом. Затем слейте уксус и смешайте с большой пригоршней жареного арахиса или семян кунжута и с оливковым маслом. Очаровательный, элегантный салат, не правда ли?

Летом на столах итальянцев появляются буквально горы сырого цукини, маринованного в лимонном соке и залитого маслом. Весной — маленькие и нежные желтовато-коричневые артишоки, заправленные незамысловато и просто.

Освежающие десертные салаты делают из фруктов. Почти все можно нарезать, выложить на тарелку, посыпать солью и полить

оливковым маслом. Большинство фруктов сочетаются с травами или луком, или оливками, или перцем чили.

Салаты из круп и бобовых — легкие, но сытные, с чистым вкусом. Их особенно хорошо брать с собой на работу, потому что заправляют такие салаты заранее: им нужно время настояться.

Салат из риса или чечевицы



*2 стакана вареного риса или чечевицы
2 столовые ложки свежего орегано
½ стакана кедровых или грецких орехов или миндаля,
поджаренных и крупно порубленных
2 столовые ложки обсушенных каперсов
щепотка мелко нарезанного шнитт-лука
заправка «винегрет» (см. рецепт [Острая заправка
«винегрет»](#))*

В миске перемешайте рис или чечевицу с орегано, орехами, каперсами и шнитт-луком, полейте заправкой.

Чудесный салат получается из латука. Его можно дополнить одним, максимум двумя дополнительными ингредиентами. Пусть это будет тонко нарезанный огурец или редис. Добавляя разные ингредиенты в салат из латука, помните, что вы заправляете не блюдо под названием «салат», а каждый его ингредиент. Ирония салатов из латука в том, что из всех ингредиентов именно латук меньше всего нуждается в заправке, но получает ее гораздо больше, чем все другие участники салата вместе взятые. Салаты, состоящие более чем из одного ингредиента, лучше заправлять поэтапно: сначала с заправкой смешиваются более жесткие ингредиенты, затем — более нежные. Первый правильно заправленный ингредиент делится заправкой со вторым. Самый хрупкий ингредиент в салате — латук — должен

попасть в миску с заправкой последним, когда все остальные ингредиенты уже заправлены и готовы к подаче.

Заправка «винегрет», основной рецепт



1 лук-шалот

¼ чайной ложки соли

1 чайная ложка дижонской горчицы

сок ½ лимона

1 столовая ложка уксуса из красного вина

1 зубчик чеснока

⅓–½ стакана оливкового масла

Нарежьте шалот как можно мельче. Положите его в миску с солью, горчицей, лимонным соком и уксусом. Одним движением раздавите чеснок рукой или рукояткой ножа и добавьте в миску. Дайте настояться 5 минут. Добавьте оливковое масло, перемешайте. Не обязательно добиваться однородной консистенции. Попробуйте, выложив одну ложечку заправки на лист салата. Уберите зубчик чеснока из миски и заправьте латук, сбрызнув его заправкой и перемешав руками.

Заправка для салата из латука не должна быть его врагом. Деликатному масляному латуку и другим нежным листьям нужно совсем немного: достаточно капли лимонного сока и пары капель оливкового масла. Другие виды латука, например «дубовый лист» или молодой салат ромэн, любят обыкновенный винегрет. Для разнообразия в заправке можно использовать различные уксусы или добавить чеснок, растертый в кашицу с солью.

Приготовив однажды винегрет, держите его под рукой и используйте до последней капли. Вносите в основной рецепт поправки, подходящие для вашего латука.

Вот самая дерзкая. Я не отношусь к людям, которые считают, что «салат — это здоровая еда», но, если бы когда-нибудь появилась еда, призванная разглаживать морщины, это был бы салат из горькой зелени из семейства цикориев — эндивий, фризе, радиккьо — или еще более горькие, например молодые листья одуванчика, заправленные острой заправкой «винегрет».

Острая заправка «винегрет»



*зубчик чеснока
4 анчоуса, порубленных
соль
¼ чайной ложки горчицы
1 чайная ложка лимонного сока
1 столовая ложка белого винного уксуса
1 чайная ложка красного винного уксуса
⅓–½ стакана оливкового масла*

Разотрите чеснок и анчоусы с крошечной щепоткой соли в ступке пестиком или на разделочной доске. Добавьте в миску с горчицей, лимонным соком и уксусами. Дайте настояться 5 минут. Добавьте, взбивая венчиком, оливковое масло. Заправьте салат, добавив немного энтузиазма, чтобы соус полностью покрыл упрямые листья.

Большим клиньям салата айсберг нужна сливочная заправка.

Сливочная заправка «винегрет»



*1 зубчик чеснока, растертый с солью в пасту
1 чайная ложка красного винного уксуса*

1 стакан крем-фреша, сметаны или майонеза

1 чайная ложка жирных сливок или пахты

(простокваши)

соль

немного лимонного сока

1 столовая ложка оливкового масла

Перемешайте в миске чеснок с уксусом. Добавьте и слегка перемешайте сметану или майонез и сливки или пахту, не взбивая. Приправьте по вкусу солью и лимонным соком, затем сбрызните оливковым маслом. Подавайте, перемешав с листьями салата айсберг или выложив ложкой на крупные куски.

Глава 9

Как жить хорошо

Si stava meglio quando si stava peggio.

Было лучше, когда было хуже.

Тосканская поговорка XV века

Бобы всегда ассоциировались если не с бедностью, то с трудовым народом. Горьковатые конские бобы, которые так освежают, что их часто едят сырыми, в Древнем Риме называли фава (faba). Это игра слов с faber, что в переводе с латыни означает «рабочий». Римский целитель Гален говорил: «Бобовые — это те семена Деметры, из которых не испечь хлеб». И предпочел их менее полезным пшеничным булкам в качестве основного продукта питания римских гладиаторов.

Многие относятся к фасоли с таким же подозрением, как к черствому хлебу и приготовлению на воде. Предрассудки всегда найдут свою аудиторию, но они не всегда обоснованны. Будет справедливо отказаться от плохо сваренных продуктов, и если черствый хлеб не использовать как ингредиент или хотя бы не поджарить в тостере, а подать сухим и жестким, это ужасно.

Неприязнь, которую мы испытываем к фасоли, нельзя назвать необоснованной: фасоль редко получается такой вкусной, как могла бы быть. Мы оцениваем фасоль, основываясь на своем предыдущем опыте, а это примерно то же самое, что заявить о своей нелюбви к Баху, послушав вариации Голдберга, исполняемые на казу^[30].

Предлагаю отбросить сомнения, наполнить кастрюлю холодной водой и положить в нее два стакана сухой фасоли. Оставьте кастрюлю на кухонном столе на ночь — и вот вы уже стали на путь приготовления фасоли, вкус которой будет таким же, какой столетиями был знаком трудягам и воинам.

Когда солнце село и взошло, слейте воду через дуршлаг и залейте фасоль свежей холодной водой на пять сантиметров. За время ночного

купания из фасоли вымывается вся «музыкальность». Полейте этой водой свои цветы — они переварят ее гораздо спокойнее.

Если даже вы не замочили фасоль накануне, есть шанс запрыгнуть в последний вагон: положите ее в кастрюлю, залейте водой на семь сантиметров и доведите до кипения. Выключите огонь и оставьте фасоль в горячей воде под крышкой на час. Затем слейте эту и залейте свежую воду. Такой способ — прекрасная альтернатива ночному замачиванию.

Лучше всего готовят фасоль там, где в почете простота. Тосканцы умеют ценить экономию в жизни и в еде. В результате они лучше всех готовят фасоль. В Италии их называют *mangiafagioli*, или «поедатели фасоли». Тосканцы уверены, что бережливость сродни набожности, и умеют прекрасно обходиться с самыми скромными продуктами.

Тосканские повара знают, как превратить в изысканные блюда фасоль, подручные овощи и корку пармезана, не экономя при этом на отличном оливковом масле из темных плодов. Всякие остатки и обрезки не менее важны для фасоли, чем свежая вода. Ваше блюдо заметно выиграет от кусочка моркови, остатков пучка сельдерея, половинки лука или его шелухи, зубчика чеснока, волокнистых верхушек лука-поррея. Фасоль будет рада и стеблям петрушки, и веточкам тимьяна, и лавровому листу. Соберите их в аккуратный сверточек — хотя у меня все это просто плавает в кастрюле.

Фасоли нужна соль. Разговоры о том, что из-за соли фасоль остается твердой и невкусной, — вымысел. Твердой она становится от долгого хранения, а невкусной — от недостатка соли.

А еще фасоль любит принимать ванну из тосканского оливкового масла. Это не то же самое, что добавить масло в кастрюлю с кипящей водой для пасты. Паста варится совсем недолго, и масло, добавленное в воду, не успевает заметно повлиять на ее вкус, и совсем немного этой воды будет использовано, чтобы «познакомить» соус и пасту.

Фасоль варится так же долго, как мясо, и ее отвар становится похлебкой: ни грамма ценной жидкости не должно пропасть! Фасолевый отвар — основа тосканской кухни и ценится не меньше самой фасоли. Гарольд Макги^[31], который просто пишет о химии еды,

утверждает, что фасоль создает свой собственный соус. Он прав. И этот соус должен быть хорошо приготовлен и правильно сохранен.

Приготовление фасоли схоже с варкой цыпленка или яйца: вода, в которой она готовится, кипит всего секунду, остальное приготовление идет медленно и равномерно. Включите плиту, на которой стоит кастрюля с фасолью, и, как только вода начнет закипать, убавьте огонь: пусть поверхность воды будет спокойной. Скоро появится серая пена и начнет скапливаться у стенок кастрюли. Соберите и выбросьте ее.

Самую лучшую инструкцию о том, насколько долго варить фасоль, я вычитала в сборнике рецептов под названием «Лучшее из американской кухни» Клементины Пэддлфорд^[32]: «Варите, пока фасоль не напитается жиром и водой и не раздуется, как толстый мальчишка в расцвете лет». Описание настолько образно, что вряд ли кому-то захочется его дополнить. Я не знаю, какого толстого мальчишку имела в виду автор, но чувствую, что отлично представила его расцвет, и хочу такого же от своей фасоли.

Фасоль готова, когда стала бархатистой до самой своей середины, когда вы попробуете одну фасолину и сразу же тянетесь за следующей. Если пять фасолин из кастрюли соответствуют этому описанию — готовы все. Если хотя бы одна не соответствует — продолжайте варить.

Остудите фасоль в отваре. Они продолжают обмениваться своими лучшими качествами до тех пор, пока их не разлучат, отвар помогает фасоли оставаться нежной после охлаждения, заморозки и повторного разогрева.

Все сказанное выше касается приготовления любых бобовых, кроме чечевицы: она готовится быстрее всех. Чечевицу не нужно замачивать, она и так будет готова всего за полчаса. Разумно иметь в запасе несколько банок консервированной фасоли, но нет смысла хранить готовую чечевицу. Приготовление сухой чечевицы не требует предварительного планирования: достаточно включить плиту, поставить на нее кастрюлю с водой и открыть пачку чечевицы.

Хорошо приготовленные бобовые вкусны, из них можно придумать множество блюд, к тому же они очень дешевы, что формирует привычку к разумной экономии. У меня всегда есть несколько

небольших стеклянных баночек с разными сортами фасоли: мелкой зеленой французской флажоле, «клюквенной», с яркими пятнами цвета вина, черной как смоль черепаховой, крупной пятнистой «Джейкоб» и обычной гладкой красновато-коричневой.

Фасоли не важно, съедите ли вы ее сегодня вечером или через три дня. Через несколько дней она станет только лучше, устоявшись, напитавшись и разбухнув, как счастливый толстый мальчишка. Остатки придется заморозить, но они оттают без проблем, как только снова вам понадобятся.

Кастрюля с фасолью таит в себе много блюд, и самый долгий этап их приготовления уже пройден.

От тарелки пасты с фасолью вас отделяет лишь время, за которое в кастрюле закипит вода. Положите в жаровню пару стаканов фасоли вместе с отваром и кусочком корки пармезана. Доведите до кипения и разомните фасоль ложкой. Отдельно сварите короткую пасту, например диталини или ореккьетте. Когда паста почти готова, достаньте из жаровни сырную корку и добавьте пасту. Пусть паста доварится до готовности — и можно подавать блюдо, сбрызнув оливковым маслом, посыпав молотым черным перцем и тертым пармезаном.

Чтобы приготовить простое и вкусное блюдо из фасоли и риса, достаточно сварить рис, прогреть фасоль в отваре и смешать оба ингредиента. Весной потомите в смеси сливочного масла с водой или фасолевым отваром половинки маленькой белой репы вместе с длинной зеленой ботвой, зеленым горошком или лопатками сахарного горошка; обжарьте в смеси сливочного и оливкового масла молодые артишоки; нежные овощи переложите в просторную жаровню, добавьте фасоль, побольше отвара и полную пригоршню любых мягких трав — кервеля, шнитт-лука, мяты, листьев фенхеля или сельдерея, зачерпните половник этого яркого весеннего хаоса и положите на рис.

Очень умиротворяющий ужин для одного или для двоих — фасоль с яйцом. Разогрейте приготовленную фасоль на маленькой сковороде. Добавьте тушеную листовую капусту, или запеченную тыкву, или немного печеных помидоров. Или вообще ничего не добавляйте. Разбейте на фасоль яйцо или два и готовьте. Если у вас есть черствый

хлеб, натрите его чесноком и положите на дно каждой тарелки. Выложите на хлеб фасоль с яйцом, посолите, приправьте черным перцем, сдобрите оливковым маслом и щедро посыпьте натертым пармезаном: почувствуйте себя римским плебеем или тосканским бедняком, принцем или священником.

На юге Франции, где аскетизм вовсе не приравнивают к набожности, готовят особое блюдо с фасолью — касуле (le cassoulet). Если о людях можно судить по еде, что вы скажете о жителях Тулузы, для которых касуле немыслимо без свинины, гуся и утки, томленных в собственном жире?

В традиционном касуле есть все три вида мяса плюс огромное количество жира, свиной шкуры и великое множество фасоли. Сам факт существования касуле доказывает, что все ассоциации фасоли с бедностью отжили свой век.

Приготовьте настоящий касуле по любому из миллионов хороших рецептов. Это хлопотное дело, но стоит того. Вот более простая, но вполне приемлемая версия этого блюда. Потушите в оливковом масле мирпуа — смеси мелко нарезанного лука, моркови и сельдерея, подрумяньте там же небольшие чесночные колбаски — по одной на порцию. Выложите фасоль и мирпуа в просторную форму для запекания и угнездите туда же колбаски. Добавьте фасолевый отвар, чтобы он доходил до середины формы по высоте, и поставьте в духовку, предварительно разогретую до 150 градусов. На приготовление колбасок при такой температуре понадобится примерно час: за это время они станут нежными, а фасоль впитает все соки. Достаньте блюдо из духовки, густо посыпьте жареными хлебными крошками и верните в духовку еще на несколько минут, чтобы появилась хрустящая румяная корочка.

Подобные блюда из фасоли и небольшого количества мяса существуют в любой кухне мира, где используют фасоль. Это и колбаски с фасолью, и спаржевая фасоль с ветчиной, и всевозможные чили, и величественная бразильская фейжоада. У них один принцип приготовления, и это хороший принцип.

Если на столе уже есть мясо — или вы можете обойтись без него, — не кладите колбаски, а просто выложите фасоль слоем толщиной в два-три сантиметра в небольшую керамическую форму и

превратите во французскую запеканку с пряными травами. Приготовьте мирпуа, как указано выше, вмешайте фасоль. Запекайте блюдо в духовке, пока оно не пойдет пузырями. Добавьте большую пригоршню нарубленной петрушки, розмарина и шалфея в любых пропорциях в жареную хлебную крошку, щедро посыпьте блюдо этой смесью и верните в духовку, чтобы зарумянилась корочка.

Мир супов с фасолью весьма разнообразен. Большая часть этого разнообразия достойна подражания. Если вам хочется приготовить самый что ни на есть фасолевый суп, положите в кастрюлю больше отвара, чем фасоли, и прогрейте. Следующий шаг — сделайте из этого супа пюре, добавьте немного оливкового масла и выжмите лимон.

Минестроне (minestrone) — это больше чем фасолевый суп; это высшее проявление щедрости фасоли, ее суть. Минестроне олицетворяет весь кулинарный опыт. Подобно другому великому тосканскому супу, риболлите (см. рецепт [«Риболлита»](#)), минестроне — это сигнальный огонь. Если у вас есть ингредиенты для приготовления любого из этих супов, значит, вы готовите регулярно, покупаете хорошие продукты и сохраняете часть из них впрок.

Минестроне



1 стакан нарезанного мелкими кубиками репчатого лука, моркови, сельдерея, лука-порей, фенхеля
3 зубчика чеснока, тонко нарезанного
½ стакана оливкового масла
небольшая щепотка перца чили
остатки копченостей или твердой салями, нарезанные кубиками
1 стакан петрушки, тимьяна, майорана и листьев базилика в любой комбинации
2–3 стакана крупно порубленной листовой капусты, свекольной ботвы, шпината, зелени горчицы, листьев одуванчика, итальянской брокколи, эскариоля, кочанной капусты (приготовленной или сырой), любые стебли

или листья, толстые края и сердцевины,
приготовленные или сырые
½ стакана свежих мелко нарезанных помидоров или
откинутых на дуршлаг консервированных
желательно: ½–1 стакан порубленных корнеплодов
(если они есть и нужно их приготовить или если они
приготовлены и их нужно съесть)
6 стаканов отваренной фасоли
корка пармезана
8 стаканов фасолевого отвара, куриного бульона или
сока из банки с помидорами, консервированными в
собственном соку
1 стакан мелкой пасты, например ореккьетте,
коротких трубочек или пенне

Для подачи: песто, оливковая тапенада^[33], свежая рикотта
или петрушка

В большой кастрюле потушите в оливковом масле до мягкости лук, морковь, сельдерей, лук-порей, фенхель и чеснок. Добавьте хлопья чили и любые копчености. Перемешайте. Добавьте зелень и листовые овощи, помидоры, корнеплоды, фасоль и корку пармезана, разомните помидоры о стенки кастрюли. Полностью залейте жидкостью. Доведите до кипения и варите на медленном огне 45–60 минут, до тех пор, пока все ингредиенты не согласятся стать минестроне. Непосредственно перед тем, как вы собрались есть суп, отварите пасту. Ее количество должно соотноситься с количеством супа, которое вы планируете съесть на этой неделе. Если вы замораживаете минестроне, готовьте новую порцию пасты всякий раз, когда планируете есть суп.

Добавьте в тарелку с минестроне песто, или оливковую тапенаду, или солидную порцию свежей рикотты, или просто петрушку.

Минестроне всегда отражает время года на вашей кухне и за ее пределами. Фасоль будет центральной фигурой, но все остальные ингредиенты меняются в зависимости от сезона. Зимой минестроне густой от фасоли и пасты — хоть ложку ставь. Весной вы откажетесь от темной зелени в пользу зеленого горошка и молодого лука; летом добавите в суп первую тонкую зеленую фасоль и базилик, немного кубиков цукини и спелых помидоров.

Минестроне — идеальная еда. Ешьте его, сколько сможете, плюс еще один раз.

Из фасолевого отвара я обычно варю минестроне или разогреваю и делаю странное, но вкусное блюдо с черствым хлебом и всем, что подвернется под руку, а в конце могу еще добавить и яйцо. Дважды мне подавали просто отвар, и мне это понравилось.

Если вы решите подать фасолевый отвар, прислушайтесь к совету, полученному мной от гостя, которому я его однажды подавала. Пожелав мне доброго вечера, он поблагодарил меня за еду и попросил, чтобы в следующий раз я подавала отвар горячим. Вот и вы, подавая отвар как суп, помните о том, о чем я забыла и что моя гордость не дала мне исправить во время обеда: разогрейте его перед подачей на стол.

В своей книге «Кухня Италии» Уоверли Рут^[34] тщательно исследовал итальянскую кухню, от и до. Он был глубоко влюблен в благородную Тоскану и настаивал, что помешательство тосканцев на бережливости было не чем иным, как мастерством.

У меня приготовление фасоли никак не ассоциируется с мастерством. Нам не потребуется мастерство, зато потребуется сухая фасоль, оливковое масло, большая кастрюля и время, чтобы хорошо все приготовить.

Есть большое чувство достоинства в том, чтобы позволить себе остерегаться того, что хорошо, и я думаю именно об этом, когда я слышу термин «хороший вкус». Мы не можем знать, всегда ли было все так просто, как сейчас, или было еще лучше. Но мы знаем, что люди всегда находили способы жить и есть хорошо, не важно, касается ли это кипячения воды, выпечки хлеба или приготовления бобов; порой самые лучшие блюда — не заморские, не дорогие и не надуманные;

они просты и вполне знакомы. И осознание этого помогает лучше готовить и, безусловно, лучше жить.

Глава 10

Как добиться мира

Пути ее — пути приятные, и все стези ее — мирные.

Притчи Соломона 3:17

Много риса превращает любое количество всего чего угодно в еду. Маленькая порция мяса, одно-единственное яйцо с разбросанными перьями зеленого лука или пять кубиков баклажана, четыре орешка арахиса и три листочка базилика выглядят как плотная трапеза, если их разреженность нарушается щедрой тарелкой риса.

Автор книги об итальянской кухне Марчелла Хазан^[35] советует мелко нарезать оливки и петрушку, смешать их с отварным рисом и подать это блюдо, так же как вы подали бы пасту. Блюдо покажется несколько постным, но вкусным. Мне нравится еще один итальянский рецепт из поваренной книги «Серебряная ложка»^[36]: бланшировать полкило шпината в соленой воде, затем потушить его в большом количестве сливочного масла; в воде от шпината отварить рис и подать в миске, уложив сверху маслянистый шпинат и щедро посыпав натертым пармезаном.

Рис прекрасно насыщает, но фокус в том, что у вас создается впечатление, будто вы едите не рис, а то небольшое, что на него положили. Мой друг назвал этот эффект «принципом фасоли», после того как я угостила его стаканом отвара, бросив туда несколько драгоценных бобов. Отсутствие фасоли, сказал он, заставило его более остро оценить те немногие фасолины, которые ему попались.

Можно сказать, что большая часть семимиллиардного населения Земли, для которой рис — основной продукт питания, придерживается «принципа риса»: они остро чувствуют вкус всего, что в него добавлено. Принцип риса, когда небольшое количество ингредиентов готовится и подается среди большого количества риса, кормит не

только Азию и Италию, но и Испанию, и весь Ближний Восток, и немало других земель.

Наш аппетит ведет себя примерно так же. Рис помогает любому получить от еды желаемое. Гурманы перешептываются о соблазнительности риса, ведь поверх него можно положить и шпинат в сливочном масле с пармезаном, и стружку белого трюфеля. Для детей, которые пока относятся к еде как к ужасной неизбежности, рис остается приемлемым «обезболивающим».

Если яйца мы готовим слишком механически, то в отношении риса, напротив, никак не можем достичь «механичности» процесса. В Италии белый рис готовят просто в соленой воде, как пасту. В Англии делают точно так же, и это превосходный вариант. Доведите до кипения кастрюлю воды, посолите чуть меньше, чем пасту, добавьте рис и готовьте в бурлящем кипятке. Когда рис сварится, откиньте его на дуршлаг, а затем переложите на противень и поставьте на кухонный стол: так рис останется рассыпчатым.

Еще можно призвать на помощь рисоварку. Я пользуюсь своей с религиозным благоговением. Если в доме есть рисоварка, вы можете зайти на кухню, бросить сумки и, не снимая пальто, положить в нее рис, щепотку соли и нажать «пуск». Рис будет готов до того, как вы почувствуете, что вернулись домой.

Сделайте то же самое без рисоварки, положив рис и соль в кастрюлю с нужным количеством воды, доведите до кипения, оставьте кипеть на медленном огне, закрыв крышкой, минут на двадцать. Вам стоит знать, как это делается на случай, если ваша рисоварка сломается: вы сможете по-прежнему есть рис. В двух последних сценариях мерные стаканы не нужны: значение имеет только соотношение риса и воды. Если инструкция на пакете с рисом сообщает, что на стакан риса нужно два стакана воды, это может быть любой стакан риса и два такие же стакана воды.

Но такой метод нам кажется рискованным, поскольку мы опасаемся, что рис разварится в кашу. Я прошла через этап каши, пока не научилась получать рассыпчатый рис. Если вы тоже хотите пройти этот путь, есть хорошие рецепты того, что делать с разварившимся рисом (см. рецепты [«Восточноевропейская приправа из свеклы или картофеля»](#), [«Рисовые или чечевичные оладьи»](#)).

Сварив рис, подойдите к приготовлению ужина, как большинство наших едоков-собратьев, живущих по принципу риса. Наполните глубокие миски рисом и поставьте на стол поднос с маленькими мисочками, наполненными разными ингредиентами, и назовите свою трапезу «чашка риса». Больше всего это напоминает индийскую трапезу тхали, когда к огромному количеству риса подаются и благоухающий томатный соус, и кокосовый чатни, и жидкая ароматная чечевичная похлебка. Единственным обязательным ингредиентом для вашей версии такой трапезы — рис, поданный в большой чашке любой формы и расцветки.

Чтобы понять, каким воистину умиротворяющим может оказаться блюдо из риса, приготовьте из него суп.

Суп из риса с латуком



1½ головки лука, нарезанного не очень мелко

2 столовые ложки сливочного масла

соль

⅓ стакана листьев петрушки, крупно нарезанных

½ стакана риса сорта арборио

8½ чашек куриного бульона или сочетания куриного бульона и воды

1 очень большая головка латука, например салата ромэн или другого сорта с хрустящими листьями

Растопите сливочное масло в кастрюле средних размеров, добавьте лук и сразу же посолите. Когда лук станет прозрачным и мягким, добавьте петрушку, а затем рис и жидкость. Варите до полной готовности риса, около получаса, а затем еще минут 20.

Выключите плиту. Попробуйте, достаточно ли соли. Нарезьте латук тонкими полосками. Перед тем как подать суп на стол, разогрейте его и добавьте нарезанный латук; промешайте.

Сделайте горку из риса в каждой чашке и полейте ее жидкостью. Сбрызните хорошим оливковым маслом и посыпьте свежим белым перцем или черным, если у вас нет белого.

Лучший пример применения принципа риса — ризотто (risotto). Для самого простого ризотто понадобится рис, лук, белое вино, сливочное масло, бульон и пармезан. Если у вас эти ингредиенты есть — а они, скорее всего, есть, — у вас получится превосходная версия знаменитого блюда.

Все утонченные ризотто, которые вы видели в меню или пробовали, всего лишь вариации простейшего ризотто, названные по ингредиенту, содержание которого в блюде на самом деле ничтожно мало. Ризотто из омаров можно сделать с бульоном, приготовленном из панцирей, но в большой тарелке поверх роскошного риса будет лежать лишь малюсенький омар. Ризотто по-болонски будет казаться сытным и мясным, но мяса в нем будет совсем немного. Возьмите несколько лесных грибов, сварите их обрезки на медленном огне, чтобы получить ароматный грибной бульон, сами грибы тонко нарежьте и потушите в горячей сковороде со сливочным маслом. Положите грибы поверх риса в каждую тарелку и получите прекраснейшее грибное ризотто.

За исключением ризотто по-милански, которое всегда подают к говяжьей голяшке, называемой оссобуко, мясное ризотто не служит гарниром к мясу, но является основным блюдом; и это очень хороший способ накормить много народа небольшим количеством мяса и большим количеством риса.

Я готовлю ризотто, измельчив половину луковицы и потюпав ее в сливочном масле. Добавляю стакан риса, несколько минут перемешиваю, вливаю четверть стакана белого вина, в течение минуты выпариваю алкоголь, затем постепенно, по одному половнику, добавляю горячий куриный, говяжий или рыбный бульон. И все время слежу, чтобы содержимое сотейника кипело на небольшом огне. Сдвигаю рис лопаткой, и, если освободившееся место на дне сковороды не заполняется крахмалистой жидкостью немедленно, я

добавляю еще бульона. Так продолжается примерно двадцать пять минут, затем я отключаю огонь, выжимаю побольше лимона, добавляю много тертого пармезана и свежего молотого черного перца. Вы, безусловно, можете воспользоваться более точными рецептами, но они не должны быть намного сложнее этого.

Неаполитанская уличная еда аранчини (arancini) — пример эффективного использования остатков ризотто, которое уже на следующий день после приготовления превращается в клейкую массу. В нее можно завернуть небольшие кусочки сыра, скатать в шарики, обвалять в хлебных крошках и обжарить во фритюре. А можно просто слепить из холодного ризотто маленькие биточки и обжарить их в оливковом масле до появления золотистой корочки.

Всегда готовьте больше риса, чем вам нужно для одной трапезы. В Юго-Восточной Азии готовят жареный рис — блюдо, для которого рис должен быть сварен накануне. Блюдо удастся, только если каждое зернышко получит шанс отдельно прожариться в горячем масле. Я попыталась как-то сварить рис специально для этого блюда, и он получился липким и просто ужасным! (Благодарю небо за те редчайшие случаи, когда превосходство оказывается на стороне старых продуктов!)

Мой любимый жареный рис — тайский.

Тайский жареный рис



*1 столовая ложка арахисового масла
2 головки лука-шалота, нарезанные тонкими колечками
1 тайский острый перчик «птичий глаз», нарезанный
тонкими колечками
2 зубчика чеснока, раздавленные один-два раза
1 стакан вчерашнего вареного риса
соль
½ стакана мелко нарезанного огурца, редиса или
зеленого помидора*

*2 стакана нарезанной кинзы или сочетания базилика,
кинзы и мяты
сок большого лайма, дольки лайма для подачи на стол
½ чайной ложки сахара
2 чайные ложки тайского рыбного соуса
По желанию: по 1 вареному яйцу на порцию*

Разогрейте масло в самой широкой сковороде или в воке. Вам нужна довольно большая горячая поверхность, чтобы каждое зернышко прожарилось. Когда масло начинает дымиться, добавьте лук-шалот, чили и чеснок и сразу же добавьте рис. Равномерно распределите его по всей поверхности сковороды. Слегка подсолите.

Когда у вас сложится впечатление, что каждое зернышко смогло побыть наедине с горячей сковородой, сгребите рис в центр сковороды, добавьте остальные ингредиенты и как следует перемешайте. Подавайте на стол с долькой лайма в каждой чашке. Самый вкусный вариант — с вареным яйцом поверх каждой порции риса.

Жареный рис — редкое блюдо, которое имеет смысл приготовить ровно столько, сколько вы сможете съесть за один присест. Основной ингредиент уже готов, а на остальное уйдет четыре минуты. Одна-единственная порция холодного оставшегося риса может обеспечить вас свежим жареным рисом на неделю.

Все, что не было пожарено, должно превратиться в рисовый пудинг. Мы нечасто готовим рисовый пудинг, вероятно, потому что нечасто готовим достаточно риса впрок.

Рисовый пудинг



*2 стакана вчерашнего вареного риса
2 стакана кокосового молока*

1 стакан жирных сливок (можно использовать только кокосовое молоко, но я люблю это сочетание)

¼ стакана плюс ⅛ стакана нерафинированного сахара или ¼ стакана рафинированного сахара

½ стакана изюма (мне нравится самый мелкий, но подойдет любой)

1 чайная ложка ванили

½ чайной ложки корицы

щепотка мускатного ореха

Смешайте все ингредиенты в маленькой кастрюле. Нагрейте их почти до кипения. Как только вы увидите первые пузыри, снизьте огонь до спокойного кипения на медленном огне. Готовьте так, чтобы рис впитал всю жидкость. Примерно через 50 минут масса уже очень похожа на пудинг, но на поверхности должно оставаться еще чуть-чуть жидкости. Пудинг хорош горячим, теплым и холодным. Из постоянной тяги к экономии и ради любопытства я готовила его с перцем горошком, и с кардамоном, и с куркумой. И все получалось хорошо, хорошо, хорошо.

В 1952 году в чарльстонской газете Post and Courier вышла статья, согласно которой истинным миротворцем был назван гритс^[37]. В статье заявлялось, что, «если каждому жителю планеты Земля дать достаточно гритса, исчезнет необходимость воевать. Сытый человек — мирный человек».

Хотя южане никогда не были самыми мирными гражданами Соединенных Штатов, это правда: чем лучше мы питаемся, тем меньше воюем. И каша нам в помощь!

Авторы газетной статьи также были правы, потому что гритс и полента, братья-близнецы, живущие через океан друг от друга, являются также «переносчиками» сливочного масла, сливок и сыра и могут утихомирить даже самых темпераментных.

Я поочередно готовлю гритс и поленту. Это может сказаться на степени доверия ко мне, но и то и другое — молотая кукуруза, и оба продукта имеют отличный вкус, когда примеряют чужие наряды: тарелка гритса так же хороша с соусом болоньезе, как полента — с креветками или пряным рагу из свинины.

К тому же такой подход вполне в духе традиций. Гритс и полента, подобно ризотто, не выступают как дополнение к важному событию. Они и есть важное событие. Полента болоньезе, как и ризотто болоньезе, содержит много крахмала и мало мяса. То же самое можно сказать о креветках с гритсом. Готовлю ли я гритс или поленту, это не гарнир, это блюдо.

Приготовьте гритс или поленту, поставив кипятиться кастрюлю с пятью стаканами воды. Используйте ту же кастрюлю, что и для пасты. Когда вода закипит, посолите ее меньше, чем пасту, и засыпьте стакан гритса или поленты, постоянно помешивая. Как только смесь станет однородной, убавьте огонь, чтобы она не бурлила; варите на самом медленном огне, помешивая каждые десять минут; пусть варится от сорока пяти минут до часа, пока вкус перестанет напоминать мыло — а так будет, пока крупа не приготовится полностью. Добавьте хороший кусок сливочного масла и тщательно перемешайте.

Пока вы едите, оставьте кашу в кастрюле на очень медленном огне. Это сохранит ее мягкой, и, когда каждый съест свою порцию, будет просто переложить кашу на противень, чтобы потом ее запечь.

Не обязательно нарезанная или накрытая крышкой либо пленкой каша может храниться в холодильнике много дней. Когда полента затвердела, нарежьте ее сегментами или квадратами, сбрызните маслом и запеките в духовке или на гриле или обжарьте. Подайте большой квадратный кусок поджаренной на сковороде поленты с чесночными зелеными овощами, с яйцом-пашот, щедро посыпав тертым пармезаном.

Если вы решили, что на следующий день хотите съесть мягкую кашу, разбейте ее на куски, верните в кастрюлю и разогрейте, добавив немного воды и энергично помешивая до получения кремовой консистенции. Вы можете сколько хотите превращать жидкую кашу в густую, а густую — снова в жидкую.

Если ваша душа просит чего-то еще более спокойного, приготовьте полентину. Это блюдо не похоже на суп, который мы готовили из риса для ризотто и латука. У меня нет меткого слова, чтоб описать это блюдо. Но сама мысль, что вы знаете, как его приготовить, очень успокаивает.

Полентина



6 зубчиков чеснока, тонко нарезанных

2 столовые ложки оливкового масла

соль

8 чашек куриного бульона

*1 маленький пучок стеблей петрушки, тимьяна, чабера
и шалфея, связанных бечевкой*

½ стакана поленты

Разогрейте оливковое масло в большой кастрюле, добавьте чеснок и сразу же посолите. Влейте куриный бульон, положите травы и доведите до кипения. Убавьте огонь и готовьте на медленном огне. Постепенно, постоянно помешивая, добавьте поленту. Готовьте час, пока не исчезнет мыльный привкус. Достаньте травы. Подавайте на стол с яйцом-пашот поверх блюда.

Глава 11

Как почувствовать силу

Плита, мусорные ведра, шкафы для посуды, которые я запомнила навсегда, создают нерушимый тронный зал. В нем я царствовала, иногда управляла. Я чувствовала свою силу, и мне нравилось это чувство.

М. Фишер «Гастрономка»^[38]

Независимо от того, что еще есть в моих кухонных шкафах, я стараюсь хранить про запас хотя бы по одной баночке анчоусов, оливок, каперсов и корнишонов. Нельзя сказать, что это повсеместно любимые продукты, но в них заложена сила. И чтобы использовать эту силу в полной мере, нужно понимать, в чем она заключается. В крошечных законсервированных оболочках каждого из этих продуктов содержится мощь, которой достаточно, чтобы изменить блюдо до неузнаваемости.

ГОТОВИМ АНЧОУСЫ

Анчоусы делят нас на любителей и ненавистников. Равнодушных нет. Маленькие рыбки притягивают вожаденные взгляды своих обожателей: если вы их любите, то хотите знать, когда же получите следующую порцию; противники — их, кстати, намного больше — вздрагивают и сетуют на несправедливость судьбы от одной мысли о новой встрече с этими мерзкими рыбешками.

Если вы хотя бы раз пробовали хорошие анчоусы, то знаете, что определение «омерзительный» относится не к рыбкам. Свежепойманные, почищенные и быстро засоленные прямо с крошечными хвостиками, они превращаются в маленький, но мясистый и полный вкуса деликатес.

Когда же вы открываете баночку с анчоусами, сначала в нос бьет густой запах соленой рыбы. Сами анчоусы появляются после того, как проведут в теплой воде минут десять: они выглядят так, словно их

только что вытащили из моря. Вкус этих анчоусов, избавленных от костей и хвоста, чистый, свежий и той глубины, которая может прийти только из темных морских пучин.

В большинстве случаев анчоусы, которые подают в ресторане, плохи: их разделали на филе еще до консервирования, да и законсервировали небрежно. У них выраженный, часто резкий рыбный вкус. И даже если изначально анчоусы были нормальными, от неправильного хранения они становятся сухими вместо того, чтобы мило блестеть от оливкового масла.

Лучшие анчоусы будут храниться в соли. Один из способов объединить враждующие лагеря — купить именно их. Затем, за десять минут до того, как начнете с ними готовить, выкопайте из соли нужное вам число рыбок и замочите их в миске с водой, пока они не станут мягкими.

Поднеся рыбку под тонкую струю воды, проводите большим пальцем вдоль хребта с каждой стороны, пока не отделите филе. Удалите спинной плавник и хвост и выложите филе на бумажное полотенце, чтобы просушить. Пока филе подсыхают, досыпьте в банку с оставшимися анчоусами немного кошерной соли. Убедитесь, что она полностью покрыла рыбки, и поставьте банку в холодильник. Храните все неиспользованные филе, погрузив в оливковое масло. Немногие поступают именно так, и в результате в наших салатах оказывается бледное, матовое филе.

Или же купите лучшее из доступных филе в оливковом масле. Вы также можете купить анчоусную пасту в тубиках. Это избавит вас от горки мусора из скелетов или брызг масла, но в то же время вы не сможете понять, понравится ли вам целый анчоус на яйце, в бутерброде или в салате. Кроме того, масло, в котором хранятся анчоусы, тоже ингредиент. Я добавляю его во все блюда, где есть анчоусы, использую как основу для соуса к пасте, в состав которого будет входить рыба, или добавляю в сковороду с жареными овощами.

Хороший способ дать возможность плотным маленьким розовым тушкам анчоусов показать, на что они способны, — приготовить банью кауду^[39]. Банья кауда — это маслянистый соус, прекрасное

блюдо для начала трапезы, к тому же очень недорогое. Содержимого одной банки анчоусов хватит на довольно большую компанию.

Банья кауда



½ стакана филе анчоусов хорошего качества

150 мл оливкового масла

2 столовые ложки сливочного масла

4 зубчика чеснока, растертых с солью в пасту в ступке пестиком или на разделочной доске

соль

Нагрейте немного оливкового масла и все сливочное в маленькой кастрюле на слабом огне. Когда сливочное масло растает, добавьте чеснок и убавьте огонь до минимального; следите, чтобы чеснок не зарумянился. Добавьте анчоусы и готовьте все вместе в течение 5 минут, периодически помешивая. Готовьте на минимально возможном огне и периодически выключайте его, если смесь начинает шипеть. Как только банья кауда начнет темнеть, добавьте оставшееся оливковое масло и небольшую щепотку соли. Пусть смесь покипит на медленном огне 15–20 минут.

Подавайте соус теплым. В продаже есть специальные горшочки, предназначенные именно для него. Я подаю соус в той же кастрюле, в которой его готовила, иногда на минутку возвращая ее на плиту, чтобы подогреть, если соус начинает остывать, а затем снова ставлю на стол.

ОЛИВКИ

Многие не имеют ничего против оливок, многие любят их, и лишь некоторые считают их вкус отталкивающим. И в этом удача, потому что оливки универсальны: могут быть якорем блюда или его парусом, и понадобится совсем немного времени, чтобы предложить их в любом варианте.

Когда кто-то говорит, что не любит оливки, как и в ситуации с анчоусами, это не значит, что человек не приемлет оливки сами по себе. Сырые оливки с дерева несъедобны. Они должны быть приготовлены. Некоторые хорошо обрабатываются, выдерживаются в обычной соли, соленой воде или в щелочном растворе. Другие — бедные крашенные крошки: их замачивают в крепком рассоле и отнимают все, ради чего их стоило консервировать.

Вокруг полно хороших оливок. Они могут быть маслянистыми или терпкими, возможно, вы любите именно такие; но они никогда не должны быть безвкусными или противными.

Крошечные оливки нисуаз баклажанно-лилового оттенка имеют тонкий вкус и подходят для любого блюда. Черные, сморщенные, засоленные греческие оливки также вкусны. Еще мне нравятся маленькие, чуть бархатные французские оливки сорта люк (lucques) или пишоллин (picholine). Греческие оливки каламата^[40] могут быть единственными доступными оливками в банке, и обычно они неплохие. Если вы не можете найти перечисленные сорта оливок, покупайте любые, но в стеклянной, а не в жестяной банке. Если есть только зеленые коктейльные оливки, покупайте их.

Вкус оливок сохраняется лучше, если они были куплены с косточками. Именно в таком виде я их покупаю и вот что рекомендую делать. Чтобы удалить косточки, положите горсть оливок на чистую плоскую поверхность и сильно придавите их дном керамической формочки для запекания или тяжелой кружки. Приподнимите формочку или кружку и снова прижмите оливки, повторите это несколько раз. Оливки раздавятся, и косточки будет легко удалить.

Если для вас это звучит отпугивающе настолько, что помешает использовать оливки для приготовления блюд, последуйте примеру кулинаров из стран, где оливки — часть культуры. В Италии, Франции

и Греции принято добавлять маленькие оливки в блюда, например в пиццу или в открытые пироги, прямо с косточками. И ответственность по извлечению косточки переходит на едоков, которые должны проявить предусмотрительность, чтобы не сломать зубы во время еды.

Вы можете не удалять из оливок косточки, решив приготовить не пиццу или пирог, а, например, овощное рагу или блюдо из цыпленка, рецепт которого приведен ниже; но если у вас есть любые остатки еды, которые вы хотите превратить в гратен^[41], удалите из оливок косточки перед их использованием.

У оливок редко спрашивают, какое окружение им больше по душе. Обычно их просто кидают в блюдо к остальным ингредиентам, или сваливают прямо на салат, от чего он становится темным и влажным, или в последнюю минуту добавляют в соус, что моментально приводит к противостоянию соуса и оливок, а времени на разрешение конфликта уже нет.

Использовать оливки нужно вдумчиво, иначе их сила превращается в помеху. Не ищите особый рецепт, просто готовьте любые обычные продукты, например цыпленка.

Купите хорошего цыпленка. Посолите его, как бы вы сделали для варки, и нарежьте на кусочки, не удаляя кости. В глубокой жаровне с крышкой, пригодной для использования в духовке, подрумяньте все кусочки со стороны кожи. Пока цыпленок обжаривается, тонко нарежьте любые овощи, которые у вас есть: осенью и зимой это может быть капуста или картофель; весной возьмите небольшую морковку и зеленый лук, а летом — нарезанный небрежными кубиками цукини и помидор.

После того как кусочки курицы обжарились, выньте их из кастрюли и добавьте два стакана нарезанных овощей, горсть цельных обсушенных оливок, с косточками или без, и несколько длинных полосок лимонной цедры.

Слегка посолите овощи и готовьте их до тех пор, пока они не станут чуть мягче. Уложите между ними кусочки цыпленка кожей вверх и проследите, чтобы оливки и цедра

были распределены равномерно. Закройте крышкой и поставьте в духовку готовиться при температуре 190 градусов, пока цыпленок не станет мягким, а овощи не приготовятся. В конце приготовления на несколько минут снимите крышку, чтобы на мясе появилась аппетитная корочка. Подавайте цыпленка с овощами, положив на каждый кусочек лимонные оливки.

Со знанием дела используйте оливки для приготовления соуса к пасте. Слегка обжарьте тонко нарезанный чеснок в сотейнике с большим количеством растительного масла и щепоткой хлопьев чили. Добавьте большую горсть обсушенных оливок, с косточками или без, целые или нарезанные. Готовьте полминуты, затем добавьте банку очищенных помидоров и жидкость из нее и варите на минимальном огне в течение часа, пока соус не станет сладким и густым. Чтобы превратить его в пряный, с легким ароматом океана соус путтанеска, добавьте одновременно с оливками четыре небрежно изрубленных анчоуса, а за пятнадцать минут до окончания приготовления — небольшую горсть хорошо обсушенных каперсов.

Оливковая паста — один из самых удобных соусов, который нужно иметь под рукой. Я не могу представить блюдо, которое не выиграло бы от добавления ложки этой пасты. Сделайте базовую оливковую пасту, мелко изрубив оливки, добавив в них немного растертого с солью чеснока и тщательно перемешав с приличным количеством оливкового масла.

Есть миллион вариаций пасты, большинство из них очень удачные, и у каждой есть свое имя. В Греции в оливковую пасту могут добавить несколько капель уксуса. В Италии — немного измельченного свежего розмарина, и, если вы едите бобы или фасолевым суп, я советую именно этот вариант. Когда оливки, чеснок и ароматный розмарин попадают на горячие бобы, происходит нечто невероятное.

Я выросла, поедая чесночную тапенаду, прованскую версию оливковой пасты, в состав которой входят мелко нарезанные каперсы и анчоусы. В один день мама могла добавить в нее лимонную цедру, в другой раз — подмешивала несколько теплых горошин нута, в

следующий раз — хороший пучок петрушки. Она негусто намазывала тапенаду на небольшие кусочки поджаренного сухого багета и называла их «оливковыми тостами».

Чтобы приготовить оливковые тосты, тонко нарежьте любой хлеб, который у вас есть, подсушите его, натрите одну сторону свежим чесноком, слегка сбрызните тосты оливковым маслом, затем выложите сверху полную ложку тапенады, которую приготовьте, добавив немного каперсов и анчоусов в вашу обычную оливковую пасту. Для разнообразия вы можете положить сверху кусочек моцареллы и поджарить хлеб, пока сыр не расплавится. Еще один вариант — положите на каждый тост полоску запеченного перца, замаринованного в уксусе.

Завершением рассказа об оливковой пасте должна стать заправка «винегрет»^[42]. Взбейте немного горчицы с несколькими каплями красного винного уксуса, свежим лимонным соком и оливковым маслом и заправьте этой смесью салат ромэн.

КАПЕРСЫ

Каперсы такие же странные и дикие, как птицы. На самом деле это нераспустившиеся бутоны, собранные с лохматых кустов рано утром, до того, как они успеют стать крошечными цветами с лепестками, получают солнечное тепло и начнут расцветать. Я уверена, что могу ощутить вкус той силы, которой не дали войти в жаркий день, всякий раз, когда я ем их.

Как и анчоусы, каперсы ни на что не похожи, со своим собственным вкусом — перечные и немного шероховатые. Как и анчоусы, лучшие хранятся в соли, а не в рассоле. Если встретите банку пухлых, хороших каперсов в соли, купите ее. Если нет — каперсы в рассоле тоже подойдут.

Достаньте каперсы из соли, замочите в теплой воде и подержите там, пока они не перестанут быть солеными на вкус. Возможно, придется раз или два промыть их, затем заменить воду в миске и замочить снова. Если вы покупаете каперсы в рассоле, сохраните его после того, как используете каперсы. Он пригодится для маринования

перца чили и лука, а несколько капель рассола улучшат вкус мартини или «Кровавой Мэри».

Используйте каперсы, чтобы приготовить вкусный соус для курицы или рыбы. Нагрейте немного сливочного масла в сковороде и, когда оно начнет золотиться, добавьте неполную ложку хорошо обсушенных и нарезанных каперсов, лимонный сок и горсть мелко нарезанной петрушки. Выключите огонь. Это так же вкусно с яйцами или тостом, как и с мясом.

Каперсы можно добавить в холодные остатки вареного картофеля, или жареной цветной капусты, или во что угодно, чему нужно придать яркости. Бросьте несколько штук в хлебный салат или на сэндвич с тунцом и кусочками сваренного вкрутую яйца.

Каперсы хорошо сочетаются со всеми видами жиров и благодаря им становятся в какой-то степени выразительнее: каперсы в сливочном масле, каперсы в оливковом масле, крошечные хрустящие жареные каперсы, каперсы, деликатно разбросанные на мягком сыре с насыщенным вкусом, — все варианты хороши. Так что, если когда-либо что-то покажется слишком насыщенным, или жирным, или сливочным, каперсы безболезненно справятся с этой проблемой.

КОРНИШОНЫ

Огурчики, называемые по-французски корнишонами, — острые и яркие. Их не надо дополнительно готовить или вымачивать. Они тверды, лишены сантиментов и ощетиняются, если их просят измениться.

Если вы хотите взбодрить себя, ешьте их как есть. Если хотите взбодрить еду, предлагаю сделать релиш^[43]. Релиши — это приправы, приносящие безграничную радость. Релиши, которыми приправляются хот-доги, — это не радость, а сахарин, поэтому лучше приготовить приправу самостоятельно.

Для простейшего релиша понадобятся только другие сильные ингредиенты из вашего буфета: смешайте равное количество обсушенных и нарезанных оливок без косточек и каперсов, одно-два (или пять, как вам больше нравится) измельченных филе анчоуса и добавьте в два раза больше мелко нарезанных корнишонов, чем

каперсов и оливок. Вмешайте оливковое масло, чтобы просто заправить их. Попробуйте эту смесь с холодным картофелем, или холодным жареным цыпленком, или в омлете с отварной говядиной.

Комбинация «яйца и корнишоны» считается одной из лучших в истории приправ. Агрессивность огурцов и самообладание яиц составляют идеальную пару. В рецепте заправки из первой известной кулинарной книги «О кулинарии»^[44] Апиция^[45] предлагается смешать желтки двух яиц с сельдерейной солью, выжатым соком из любистока — растения, похожего на сельдерей, — и измельченным черным перцем. Сельдерей и любисток не маринуются, но, смешанные с черным перцем и усиленные им, приобретают пикантный вкус. Не важно, используете ли вы корнишоны из банки или сок любистока, сочетание резкого зеленого аромата и яиц — это очень вкусно.

Нет ничего лучше для холодной спаржи, холодного картофеля или любого вида холодного вареного мяса, чем релиш, приготовленный из маринованных огурцов с яйцом. Он также очень похож на яичный салат, который можно использовать в качестве начинки для сэндвичей, добавив в него лишь россыпь свежих трав.

Соус грибиш



*1 яйцо, сваренное вкрутую; после варки отделить
желток от белка*

соль

1 чайная ложка дижонской горчицы

75 мл оливкового масла

1 чайная ложка белого винного уксуса

1 чайная ложка мелко нарубленных корнишонов

1 чайная ложка целых обсушенных каперсов

*¼ стакана смеси нарезанных трав: петрушка, кервель,
и/или эстрагон*

свежемолотый черный перец

Смешайте измельченный желток с небольшой щепоткой соли и горчицей. Добавьте оливковое масло и перемешайте ложкой. Когда смесь станет однородной, добавьте уксус и снова перемешайте. Добавьте остальные ингредиенты, включая нарезанный яичный белок.

Соусу тартар выпала судьба одновременно похожая и противоположная судьбе анчоусов. Скептиков нужно соблазнить попробовать хороших анчоусов. Энтузиастов нужно уберечь от сладкого месива, которое называют соусом тартар.

Хороший соус тартар должен быть пикантным и сильным. Соус, приготовленный дома — когда вы можете поручиться за его силу, — намного вкуснее, чем покупной.

Вот один из рецептов.

Соус тартар



*250 мл домашнего майонеза
1/3 стакана измельченных корнишонов
3 чайные ложки измельченных каперсов
3 столовые ложки небрежно нарубленных листьев
петрушки
1 столовая ложка лимонного сока
1 столовая ложка уксуса из белого вина
При необходимости: 1 столовая ложка оливкового
масла, немного острого соуса, соль*

Аккуратно перемешайте все ингредиенты с майонезом; если соус станет жидким, добавьте немного оливкового масла и взбейте. Посолите по вкусу.

Глава 12

Как построить корабль

*Если хотите построить корабль, не отдавайте
приказы и не отправляйте людей пилить деревья —
лучше научите их тосковать по огромному и
бесконечному морю.*

Антуан де Сент-Экзюпери

Бывает, что сама мысль о приготовлении пищи мне невыносима. Хотя это то, что я люблю, что помогает мне выразить свою любовь и обрести душевное равновесие. Но время от времени, сама не знаю почему, я перестаю все это чувствовать. И тогда приготовление еды становится лишь еще одним мучительным проявлением чувства голода. Поэтому мне пришлось искать пути спасения этой страсти из клыков ненависти, чтобы сохранить ей место в своей душе.

Первое: следует помнить, что если человек обладает таким ужасным характером, как я, то он может возненавидеть все что угодно. Меня бесит погода, и опоздание на поезд, и оторванная пуговица. Думаю, что и ненависть к приготовлению пищи душить не стоит, пусть раздувается до безобразия, если уж этого не миновать, а затем опадает с течением времени.

Тогда возникает вопрос: а как полюбить это занятие снова или, если раньше оно никогда не делало тебя по-настоящему счастливым человеком, как полюбить его в первый раз?

Мой ответ — нужно привязать приготовление пищи к чему-то, что лежит очень глубоко внутри вас — или в вашем прошлом, или в том, что вы любите.

Все мы любим разные вещи. Я — готовить и писать. Кто-то — смотреть, как дома разбегаются вдоль улицы, или решать уравнения. Говорю вам: позвольте себе любить то, что любите, и посмотрите, не приведет ли это к воспоминаниям о том, что вы ели, когда любили.

Это помогает мне думать о тех блюдах, которые я готовила или ела когда-то, и если не о них самих, то о свете, которым в тот момент была наполнена комната или небо. На что был похож этот свет, какая музыка звучала. И мне достаточно лишь открыть окно, поднять голову к небу, услышать звяканье бокала о мраморный столик или шорох листвы, чтобы вспомнить те моменты, когда я сидела за столиком на свежем воздухе, пила вино из бокалов, слышала, как легонько они звякают о мрамор, как шелестят листья на ветру.

Я могу не вспомнить, что ела тогда и был ли это тот самый обед, когда я поняла, что не люблю использовать заранее смолотый черный перец, или когда облилась водой, но вспомню, как чувствовала солнце на лице, и в этот момент снова проснется мое маленькое творческое я. Поэтому я очень внимательно прислушиваюсь. Прислушиваюсь, чтобы вспоминать. И благодаря этому погружению в звуки и в дни, когда я их слышала, будущие трапезы обретают корни в незыблемой правде прошлых.

А еще принимаюсь. И пусть запах горячего гудрона летом напоминает о том, что вы ели, когда впервые приземлились в очень жарком месте, где асфальт словно плавился под ногами. А запах соли — о корзинке с жареными моллюсками, которых вы поливали соком лимона и уплетали прямо на променаде. Пусть он затронет самые глубокие струны вашей души. Пусть запах моря, и воспоминание о бумажной корзинке с горячими жареными моллюсками, и звуки аттракционов помогут полюбить то, на что способна еда, то есть связать этот момент с тем. И в вашем воображении вдруг подует ветер с моря и принесет с собой жареные моллюски и первые брызги лимона на них.

Но лучше всего, пожалуй, запах камина или обычной дровяной печки. Решите сами, что вы приготовите из того, что вам напоминает этот запах, — неважно, будет ли это хот-дог с печеной фасолью, или кукуруза, или тосты с корицей, которые подают на бумажных тарелках. Привяжите себя воспоминаниями к кухне, и идея приготовить что-нибудь не покажется вам такой невыносимой.

Мне нравится читать рецепты. Но если мне ненавистна мысль о приготовлении по ним еды, ничего полезного в поваренных книгах я

не нахожу. Тогда просто читаю их, и все — если, конечно, они из тех, на страницах которых оживает поэзия еды.

На книжной полке в кухне у меня стоит потрепанный экземпляр «Вкуса деревенской еды» Эдны Льюис^[46]. Эдна была поваром из Вирджинии, и она так прекрасно пишет о южной кухне, что с ее страниц на вас веет ароматом времени года и полей, с которых собирали овощи, и вы чувствуете, какая была температура воздуха, когда делали джем, и какой дул ветер, когда подстрелили перепелку. Вот что она пишет о летних днях в Вирджинии в пору ее детства: «У большинства фермеров были свои ледники, но мы брали лед в лахорском льдохранилище. Его использовали для приготовления мороженого, лимонада, охлаждения молока, а иногда и питьевой воды. Какое удовольствие было в жаркий день нести лед домой в холщовой сумке, отламывать кусочки и есть их на ходу».

И становится жарко, и я хочу сделать лимонад и почувствовать холод льда в своей ладони.

А еще я читаю отрывки из детских книг, которые часто содержат наиболее яркие описания еды. Например, рассказы писательницы Эдит Несбит^[47], кажется, всегда сводятся к тому, что дети вначале ссорятся, теряются, страдают от укусов пчел, но в конечном итоге оказываются в тепле и уюте сеного сарая и наслаждаются холодной курятиной, беконом, вареными яйцами, спелыми помидорами, посыпанными солью, и газировкой из сифонов. После ее рассказов мне хочется убежать из дома, и оцарапаться, и поссориться, и съесть холодного цыпленка и спелых помидоров — все это так приятно! И я снова восхищаюсь тем, что еда способна привести день к идеальному шипучему завершению.

Как-то весной я перечитывала «Ветер в ивах»^[48] и вспоминала, как очаровывало меня в детстве то, что ели ее персонажи-животные. Вот описание пикника дядюшки Рэта:

— Жареный цыпленок, — сказал дядюшка Рэт коротко, — отварной язык-бекон-ростбиф-корнишоны-салат-французские булочки-заливное-содовая...

— Стоп, стоп! — завопил Крот возбужденно. — Этого слишком много!

— Ты в самом деле так думаешь? — спросил его дядюшка Рэт с серьезной миной. — Но я всегда все это беру с собой на непродолжительные прогулки, и мои друзья каждый раз мне говорят, что я скупердй и делаю слишком ничтожные запасы.

Но Крот уже давно не слушал. Его внимание поглотила та новая жизнь, в которую он вступал. Его опьяняли сверкание и рябь на воде, запахи, звуки, золотой солнечный свет. Он опустил лапу в воду и видел бесконечные сны наяву^[49].

Целую неделю после этого у меня было полное ощущение, что мои дни проходят на прохладной реке. На обед я делала сэндвичи с холодной говядиной и маринованным луком, ела салат из водяного кресса, правда, пила пиво, а не лимонад.

Пожалуй, лучше всего мне помогают книги, написанные людьми, которыми двигает то, что они едят, и которые не могут ни одной истории рассказать без описания съеденного. Эрнест Хемингуэй, никогда не говоривший явно того, что можно было сказать обиняком, терпеть не мог описывать пищу. Он пишет о вещах грубых и холодных: устрицы, форель, вино.

И когда я его читаю — а делаю я это всякий раз, когда меня по-настоящему тошнит и от приготовления, и от еды, и от чувства голода, — то думаю: «О да». И иногда успокаиваюсь. Вот, например, «Праздник, который всегда с тобой»:

Я ел устрицы, сильно отдававшие морем, холодное белое вино смывало легкий металлический привкус, и тогда оставался только вкус моря и ощущение сочной массы во рту; и глотал холодный сок из каждой раковины, запивая его терпким вином, и у меня исчезло это ощущение опустошенности, и я почувствовал себя счастливым и начал строить планы^[50].

Глава 13

Как отыскать счастье

А ведь счастья много, так много, парень, что его на всю бы округу хватило, да не видит его ни одна душа!

Антон Чехов «Счастье»

Некоторые овощи традиционно недооценивают. Если вы когда-нибудь захотите приготовить что-нибудь вкусное из овощей, но под рукой ничего особенного не окажется, возьмите глубокую кастрюлю и отыщите в своей кладовке восемь-десять обычных крупных луковиц и карамелизуйте их. Срежьте верхушку, разрежьте пополам, а потом нарежьте вдоль на кусочки примерно в полсантиметра толщиной. В большой кастрюле разогрейте по три столовые ложки сливочного и оливкового масла. Когда масло растопится, высыпайте лук в кастрюлю, добавьте щепотку сахара, две щепотки соли, веточку тимьяна и хорошо перемешайте. Готовьте лук на небольшом огне, периодически помешивая. Если он начнет прилипать к кастрюле, добавьте немного воды. Если же нагреется слишком сильно и начнет шипеть, убавьте пламя, чтобы не подгорел, накройте кастрюлю крышкой на некоторое время.

Готовится блюдо от сорока пяти минут до часа, и все это время масса будет выглядеть довольно невзрачно, пока лук окончательно не приготовится, превратившись в сладкий золотистый джем.

Теперь у вас есть идеальная основа для целого ряда блюд. Если на улице холодно — приготовьте суп.

Луковый суп



2 стакана карамелизованного лука

1 столовая ложка оливкового масла плюс еще для хлеба

1 столовая ложка сливочного масла

¼ стакана воды

1 чайная ложка муки

1 столовая ложка хереса, сухого вина или коньяка

4 стакана куриного или говяжьего бульона

черствый хлеб

1 зубчик чеснока среднего размера

черный перец свежего помола

По желанию: мелко порубленная петрушка

Приготовьте карамелизованный лук в соответствии с приведенной выше инструкцией. Разогрейте его с маслом и водой. Добавьте муки и хорошо размешайте. Добавьте херес, вино или коньяк и готовьте 20 секунд. Добавьте бульон. Доведите до кипения и готовьте на слабом огне 15 минут.

Поджарьте на гриле или на сковороде толстые ломти черствого хлеба. Натрите их чесноком, сбрызните оливковым маслом. Залейте очень горячим супом. Посыпьте рубленой петрушкой, если хотите, и черным перцем свежего помола.

Еще есть вкуснейшее венецианское блюдо под названием «биголи в соусе»^[51] — в его состав входит лишь лук, несколько размятых анчоусов и толстые спагетти — биголи.

Чтобы приготовить биголи в соусе, разогрейте немного оливкового масла в глубоком сотейнике. Бросьте в него стакан карамелизованного лука, и, когда он начнет скворчать, добавьте в него размятые филе шести анчоусов. Отварите полкило любых спагетти в соленой воде. Слейте воду, когда макароны будут еще довольно твердыми, отлив часть в стакан, четверть этого стакана вылейте в кастрюлю с соусом и поместите туда же макароны. Готовьте, помешивая, на слабом огне, добавляйте воду по мере необходимости. Когда макароны полностью перемешаются с соусом и вы поймете, что они готовы, снимите

кастрюлю с огня. Посыпьте блюдо большой горстью крупно порубленной петрушки и обжаренной хлебной крошкой. Не совсем традиционным, но приятным дополнением станут несколько соленых оливок без косточки.

В ближайшем ко мне продовольственном магазине можно найти лук-шалот, выложенный унылой горкой и сиротливо ютящийся между бананами и стендом с газетами. А ведь шалот — один из лучших сортов лука для запекания. Его нужно лишь очистить, добавить добрую порцию винного уксуса и поставить в горячую духовку. Впрочем, запекать хорошо любой лук.

Еще мы забываем о том, что можно готовить зеленый лук. Мне нравится делать это в очень горячей чугунной сковороде с большим количеством масла, а когда его луковицы станут сладкими и нежными, а зеленые ростки приятно поджарятся, выложить на него яйца-пашот. А иногда я режу его на две-три части и посыпаю им очень просто приготовленную рыбу или тонко режу и добавляю в горячие спагетти вместе с маленьким сухим перчиком чили и обжаренными хлебными крошками, обильно поливая все соком лимона.

Лук-шалот, запеченный в винном уксусе



1 кг лука-шалота

соль

2 столовые ложки оливкового масла

2 столовые ложки красного винного уксуса

1 столовая ложка белого хереса

¼ стакана воды

По желанию: несколько веточек тимьяна

Разогрейте духовку до 200 градусов. Отрежьте корневую часть луковиц шалота, стараясь, чтобы сами луковицы не развалились на слои. Разрежьте луковицы на две или четыре части, если они крупнее мяча для гольфа. Маленькие можно оставить целыми. Очистите лук. Плотно уложите в один

слой на дно глубокого противня. Обильно посолите, полейте маслом, уксусом, хересом и водой. Посыпьте тимьяном, плотно закройте алюминиевой фольгой и поставьте в духовку. Через тридцать минут проверьте готовность, осторожно подняв фольгу и проткнув луковицу ножом. Постарайтесь не повредить фольгу, поскольку отверстия в ней замедлят приготовление блюда. Периодически проверяйте его готовность. Если заметите, что в противне становится сухо, добавьте немного воды. Когда весь лук станет мягким и нежным, снимите фольгу и снова поставьте противень в духовку, чтобы вся оставшаяся жидкость выпарилась, а лук стал коричневым. Это блюдо одинаково хорошо как в горячем виде, так и при комнатной температуре и даже охлажденное.

Чтобы приготовить так зеленый лук, вымойте его и отрежьте корневую часть. Сильно нагрейте чугунную сковороду. В миске смешайте лук с оливковым маслом и солью. Выложите лук очень плотно в один слой на дно горячей сковороды. Дайте хорошо поджариться с одной стороны, переверните и накройте крышкой или тарелкой, чтобы под ними оставался горячий воздух, и готовьте еще примерно три минуты.

Лук-порей принадлежит к тому же семейству, и о нем важно помнить, если вы чувствуете, что в вашем рационе не хватает овощей. Этот лук известен на протяжении многих веков, из него получают чудесные гарниры и салаты, он невероятно упругий.

Чтобы приготовить лук-порей, для начала отрежьте его темные листья и лохматые корни. Разрежьте вдоль и промойте в холодной воде, чтобы избавиться от земли, оставшейся между слоями. Вскипятите большую кастрюлю воды, посолите, добавьте половинки лука-порея и варите до тех пор, пока он не станет достаточно мягким и не будет легко протыкаться ножом. Откиньте лук на дуршлаг.

Если собираетесь готовить салат, охладите сваренный лук-порей. Положите на каждую тарелку по одной-две половины срезом вверх, сбрызните горчицей салатной заправкой и посыпьте рубленой

петрушкой. Возьмите вареное яйцо, нарежьте дольками — и обед готов. Оставшийся лук-порей крупно нарежьте и добавьте в картофельное пюре: настолько же улучшить его может только сливочное масло.

Если вам нужен горячий гарнир, плотно уложите обсушенный лук-порей на дно небольшого противня срезом вверх. Сбрызните его маслом, хорошо посолите и запекайте в духовке при 200 градусах, как цветную капусту или корнеплоды, бросив сверху зелень.

Еще одним неоцененным сокровищем мира овощей является сельдерей. Я советую покупать сельдерей с листьями, выбирая по возможности самые кустистые пучки. В дело идут все части сельдерея. Жесткие внешние черешки идеально подходят для бульона, и нет лучшего ингредиента и для зеленого соуса сальса верде, который хорош к яйцам, и для фриттаты, чем листья сельдерея.

Или же оставьте сельдерей свежим и получите от него удовольствие, не тратя много сил. Тонко нарежьте его, сбрызните уксусом, посолите, заправьте оливковым маслом и ешьте как салат.

Сельдерей с лимоном



*1 крупный или 2 мелких пучка сельдерея
2 столовые ложки несоленого сливочного масла
вода
соль
от 2/3 до 1 лимона, нарезанного очень тонкими
кружочками
1/2 стакана обжаренных хлебных крошек
свежая мелко нарезанная петрушка или листья мяты*

Отрежьте листья сельдерея и отложите в сторону. Местный сельдерей обычно обладает более сильным вкусом и более жесткий. Его нужно очистить.

Для этого блюда используются все стебли сельдерея, за исключением самого низа пучка, где стебли срастаются

вместе. Если какие-то из стеблей кажутся особенно темно-зелеными, отложите их для бульона. Оставшиеся нарежьте кусочками длиной 7–8 см. Положите сельдерей и сливочное масло в кастрюлю, достаточно большую для того, чтобы сельдерей можно было уложить на ее дно в один-два слоя и при этом сверху еще осталось 5 см, и залейте сельдерей до половины водой. Посолите немного, а сверху положите слой кружков лимона.

Нагрейте кастрюлю на сильном огне так, чтобы вода закипела. Уменьшите огонь и накройте кастрюлю крышкой. Готовьте 20–30 минут. Если вы заметите, что вода выкипела до того, как сельдерей успел приготовиться, подлейте еще: в кастрюле должно быть достаточно жидкости, чтобы овощи варились, но не подгорали.

Проверьте готовность, отломив кусочек и попробовав его. Сельдерей должен легко отделяться ножом и иметь заметный лимонный вкус. Снимите крышку и готовьте на среднем огне, чтобы жидкость выпарилась, а масса овощей уплотнилась. На это нужно всего несколько минут. Время от времени помешивайте, чтобы не пригорело. Ничего, если кусочки будут иметь разную текстуру.

После того как разложите сельдерей по тарелкам, добавьте в каждую горсть обжаренных хлебных крошек и зелень.

Мы особенно уважаем обычный картофель, блюда из него считаются почти даром божьим. Автор «Немецкой кухни»^[52] Ника Стэнден Хэзелтон рассказывает о том, как она приехала в какой-то город слишком поздно для ужина и спросила владельца отеля, где она могла бы поесть. Он ответил, что в это время еду не найти, разве что она пожелает разделить с его семьей их «небеса и землю» — так называется местное блюдо из картофеля, тушенного с яблоками.

Я предпочитаю более простые названия и блюда. Поздней весной или в начале лета найдите действительно молодой картофель, лучше

мелкий, счистите кожуру, хорошенько посолите и положите в противень, добавьте лавровый лист, немного воды, сбрызните оливковым маслом и плотно закройте алюминиевой фольгой. Запекайте блюдо в духовке от сорока пяти минут до часа. Когда картофель можно будет легко проткнуть ножом, разрежьте клубни пополам и сбрызните белым винным уксусом. Добавьте крупно нарезанный шнитт-лук или мяту и хорошенько полейте оливковым маслом. По яркости и сиянию с этим блюдом редко какое яблоко сравнится.

Если же все, что вы сможете найти, — это обычный крупный картофель, нарежьте его кубиками и сварите в соленой воде, положив в холодную воду и постепенно доведя ее до кипения. Смешайте с уксусом, зеленью и оливковым маслом, и картофель станет по-настоящему свежим и вкусным.

Капуста растет не под землей, но ее почти не замечают. Лучше всего оценить все достоинства капусты можно, просто сварив ее. Разрежьте кочан на крупные части так, чтобы листья оставались на кочерыжке. Положите их в хорошо посоленную воду и готовьте до тех пор, пока твердая кочерыжка не начнет легко отделяться ножом. Быстро выньте капусту из воды и выложите на блюдо, обильно полейте оливковым маслом и плесните немного уксуса. Получится божественно.

Еще можно запекать капусту, нарезав более тонкими ломтиками, в глубоком накрытом противне с толикой белого винного уксуса, воды и большого количества оливкового масла до тех пор, пока она не станет нежной внутри и золотистой снаружи. Или нарежьте ее совсем мелко и тушите в большой сковороде с оливковым маслом и солью.

Глава 14

Как быть нежным

Нежность — передышка в страсти.

Жозеф Жубер

Хорошее мясо дорого, но оно кажется нам таковым лишь потому, что мы едим его, как дети едят сэндвичи: откусывая от середины, а остальное выбрасывая. Еще не вывели корову, которая состояла бы исключительно из вырезки, свиньи — из одного филе, и цыпленка — из белого мяса без костей. Большая часть мяса коров, свиней и кур — это мышцы, которых мы, как правило, избегаем, потому что такое мясо трудно сделать нежным.

К счастью, эти натруженные части тела животных вкуснее, чем остальные. Для барбекю берут лопатку, грудинку и ребра. И для колбасы и бекона тоже. Ветчину делают из свиной ноги, оссобуко — из говяжьей голени.

А еще их проще всего готовить. Запасы жира распределены по всей толще мяса, а не скапливаются на его поверхности. Благодаря этому мясо не высыхает, даже если вы про него забудете или будете сознательно готовить слишком долго. Поскольку такого мяса больше всего, оно дешевле. Все это я считаю божественным подтверждением правильности разумной всеядности.

Не обязательно проходить армейскую службу или изучать инструкции для мясников, чтобы научиться разделывать мясо и превращать каждый кусок в отдельное блюдо. Нужно делать лишь то, что в любом случае имеет смысл: выбирать такие части туши, из которых можно приготовить наибольшее количество блюд, и готовить их так, чтобы мясо получилось вкусным.

КАК ПРИГОТОВИТЬ МЯСО?

Проще всего приготовить жесткое мясо — сварить его. Это также самый практичный способ. Ведь когда мясо медленно варится в кастрюле с небольшим количеством воды и овощей, возникает второй ингредиент — мясной бульон. Это так же неизбежно, как фасолевый бульон при варке фасоли. Помимо самого мяса вас щедро одаривают супом или соусом.

Есть множество терминов, описывающих приготовление мяса в кастрюле. «Тушение» — это когда мясо, нарезанное кусочками, готовится, полностью покрытое жидкостью. «Варка» — это приготовление мяса в кипящей воде. «Брезирование» — когда мясо лишь частично покрыто жидкостью, причем обычно не водой^[53].

Кажется, есть сотни блюд, для которых мясо готовится медленно, причем каждое требует выполнения определенных шагов и использования определенных ингредиентов. Например, курица по-охотничьи, петух в вине, ирландское рагу из баранины, жаркое, оссобуко и беф бургиньен.

А еще все эти названия частей туши: ребра и короткий реберный отруб, тонкий край, лопаточная часть, лопатка на кости, шейный отруб, голяшка, грудная часть, подлопаточная часть, полусухожильная мышца, мякоть пашины и так далее, и тому подобное.

Все это неважно.

Почему, хорошо понятно из притчи. Раввина спросили, может ли он научить ученика Писанию, пока тот стоит на одной ноге. Раввин ответил утвердительно и сказал ученику: «Относись к людям так, как хочешь, чтобы относились к тебе. Остальное — комментарии».

Мясо готовится или быстро, или медленно. Остальное — комментарии.

Стейки, отбивные и бескостное куриное филе можно очень быстро приготовить на гриле или сковороде. Почти все остальное требует соли, жидкости, нагрева и времени. И хотя в рецептах курицы по-охотничьи говорится о куриных бедрах, оссобуко — о голени, а беф бургиньена — о говядине и бургундском вине, процесс приготовления

всех этих блюд одинаков. А размеры кусков мяса, части туши, количество и тип жидкости в кастрюле — всего лишь изящные комментарии, помогающие различать рецепты.

Когда будете выбирать мясо в ближайшем магазине, имейте в виду, что подлопаточная часть в приготовлении ведет себя подобно короткому реберному отрубам, а лопаточная часть — так же, как голяшка. Если это экономически оправданно, соберите набор из различных частей туши одного вида мяса: я готовила вкуснейшую томленую баранину из ребер, голяшки и лопаточной части.

Вернувшись домой, посолите свое мясо в пять раз сильнее, чем вам кажется нормальным. Трудно хорошо просолить плотные куски, предназначенные для медленного приготовления. Соль должна как можно дольше оставаться на их поверхности, чтобы впитаться.

Если вы планируете готовить мясо сегодня, оставьте его полежать при комнатной температуре три часа. Если завтра, то уберите на ночь в холодильник, а прежде чем начать готовить, дайте согреться до комнатной температуры. Имеет смысл приготовить купленное мясо, даже если вы не собираетесь его есть в ближайшие дни. Медленно приготовленное мясо с течением времени становится только лучше. Самый вкусный ужин — это мясо, которое готовили как минимум накануне.

Вот хороший рецепт мяса медленного приготовления. Я называю его брезированным, поскольку этот термин подразумевает гибкость, и в процессе приготовления вы будете чувствовать одновременно свободу и ответственность, что, скорее всего, вам и так присуще.

Брезированное мясо



1,5 кг жесткого мяса

2 столовые ложки оливкового масла

соль

до 1 стакана чистых обрезков овощей и зелени: лука, сельдерея, моркови, фенхеля. Если нет обрезков, можно нарезать целые овощи

пучок стеблей петрушки, веточки тимьяна и лавровый лист

8 стаканов бульона, желательно подогретого, если у вас есть время

2 стакана белого или красного вина или пива или комбинация любого из этих напитков с соком от консервированных помидоров

За 3–24 часа до начала приготовления сильно посолите мясо

Желательно: ½ чайной ложки специй, таких как семена фенхеля, кумин и/или кориандр

Если мясо лежало в холодильнике, достаньте его оттуда за два часа до начала приготовления.

Нагрейте духовку до 150 градусов. В кастрюле, достаточно большой для того, чтобы вместилось мясо и вся жидкость, разогрейте масло, обжарьте мясо на среднем огне. Оно должно стать довольно темным, а не просто золотистым. Переложите мясо на тарелку.

Положите в кастрюлю овощи и зелень и обжарьте, помешивая. Если используете специи, добавьте их тоже. Когда овощи станут мягкими, добавьте обжаренное мясо, бульон и смесь вина и пива и доведите содержимое кастрюли до кипения. Уменьшите огонь, чтобы блюдо едва кипело, плотно накройте крышкой и готовьте в духовке 3–4 часа до тех пор, пока мясо не станет настолько нежным, что будет разваливаться на части при нажатии на него деревянной ложкой. Если готовите разные части туши, проверяйте мясо чаще. Мелкие кусочки приготовятся быстрее, чем более крупные и плотные. Если какие-то уже стали нежными, их можно вынимать.

Процедите ароматную жидкость через сито. Овощи выбросьте, а получившийся соус попробуйте. Если он покажется вам слишком соленым, добавьте немного говяжьего бульона, воды или томатной пасты. Если собираетесь сразу подавать мясо к столу, дождитесь, когда

оно остынет достаточно, чтобы до него можно было дотронуться, и нарежьте ломтиками или разберите на куски. По возможности удалите жир с соуса. Подавайте мясо, полив соусом, с гарниром из поленты (каши из кукурузной муки), отварными овощами или фасолью.

Если есть время, поставьте мясо в холодильник прямо в соусе на ночь или на несколько дней. На поверхности затвердеет жир, который нужно снять: на нем можно будет позже приготовить овощи. Нарежьте мясо ломтиками или кусочками, разогрейте в небольшом количестве соуса и подавайте, как описано выше.

Обычно в теплое время года мясом, которое нужно долго готовить, пренебрегают. Когда погода ополчилась на вас, сохранить мясо в рационе можно, если медленно готовить его в таких легких жидкостях, как апельсиновый сок, пиво или белое вино, и есть охлажденным — или варить и резать ломтиками, чтобы делать сэндвичи.

Если у меня остается немного такого мяса, я люблю делать так: отвариваю самые мелкие, самые свежие клубни молодого картофеля, какие могу найти, нарезаю укроп, нежный шнитт-лук, кервель, эстрагон, чабер, листья сельдерея и петрушку, затем мелко режу зеленый лук и замачиваю его в белом винном уксусе, добавляя чайную ложку дижонской горчицы, если вкус кажется сладковатым, а затем щедро поливаю оливковым маслом.

Пока картофель не остыл, я режу клубни пополам и смешиваю их с луком и соусом из зелени и горчицы, немного разминая при этом. Потом нарезаю кубиками мясо, какое есть под рукой, прямо из холодильника, распределяю его на тарелке, раскладываю на нем запавший картофель, а сверху еще посыпаю крупно порубленной зеленью. Хорошо также добавить холодной запеченной свеклы в уксусе. Еще один вкуснейший ингредиент — некоторое количество жидкости, образовавшейся при тушении мяса, которая в холодильнике превращается в желе и вполне может быть нарезана кубиками.

Или я делаю тако (taco). Для этого нужно немного: всего лишь разогреть остатки тушеной говядины, свинины, баранины или курицы

в небольшой кастрюле и мелко порубить их. Подавайте нарубленное мясо с теплыми мягкими тортильями, нарезанным перцем халапеньо, кинзой, капустой, редиской, луком-шалотом и лимоном.

Вот еще хороший рецепт. Он основан на прованском мясном блюде под названием миротон^[54], который делают из остатков томленной говядины, муки, лука, помидоров, сливочного масла и панировочных сухарей. Моя версия ярче и более овощная.

Летние овощи и томленное мясо



оливковое масло

2 стакана цукини, нарезанного кусочками размером 2–2,5 см

½ маленькой луковицы, нарезанной очень мелко

1 пучок сельдерея, нарезанного очень мелко

2 дольки чеснока, нарезанного очень мелко

соль

1 столовая ложка томатной пасты

1 столовая ложка нарезанного обжаренного перца

½ стакана белого вина

1½ стакана говяжьего бульона или жидкости, оставшейся от тушения

2 стакана вареного, тушеного или томленного мяса, нарезанного кусочками произвольной формы размером 2–2,5 см

1 стакан картофеля, нарезанного кубиками и отваренного

½ стакана свежей нарезанной петрушки

1 столовая ложка свежего нарезанного тимьяна и розмарина

¼–½ стакана обжаренных хлебных крошек

Разогрейте духовку до 220 градусов. В большом сотейнике разогрейте оливковое масло, добавьте цукини и готовьте, не

давая поджариваться. Когда цукини начнет становиться мягким, добавьте лук, сельдерей и чеснок, хорошо посолите. Пусть овощи готовятся, пока не станут мягкими. Добавьте томатную пасту и обжаренный перец, готовьте на слабом огне 8–10 минут, пока овощи не начнут смешиваться в однородную массу. Добавьте вина и стакан говяжьего бульона. Когда большая часть жидкости выкипит, добавьте мясо, картофель и остальной бульон. Смешайте с травами.

Смажьте маслом глубокую тяжелую форму для запекания. Распределите в ней смесь и 30–40 минут готовьте, не закрывая, в середине духовки, пока по всей поверхности не начнут образовываться пузыри; к этому моменту в форме почти не останется жидкости, а поверхность мяса и овощей начнет подрумяниваться. Обильно посыпьте блюдо хлебными крошками и верните в духовку. Пусть готовится еще 10–15 минут, пока крошки не станут хрустящими.

Если все уже съели первое и второе и вы подали к столу все мясо, которое приготовили, у вас еще может оставаться жидкость от его тушения. Разогрейте ее в кастрюле, добавьте добрую пригоршню петрушки или базилика и смешайте с горячими макаронами, как любой другой соус.

Или же приготовьте из нее восхитительный суп. Поджарьте немного чеснока и лука, пока они не станут нежными, добавьте нарезанный кубиками картофель, морковь и прочие корнеплоды, чайную ложку томатной пасты, жидкости, оставшейся от тушения, и воды. Готовьте до тех пор, пока овощи не станут мягкими, сбрызните уксусом, посыпьте большим количеством петрушки и подавайте горячим. Добавьте стакан вареной фасоли, если хотите еще сильнее привязаться к этому блюду.

Жесткое мясо можно не тушить и не брезировать, а поступить по примеру хозяек, живущих в швейцарских, австрийских и итальянских Альпах. Возьмите мясо с лопаточной части или ноги и тонко нарежьте

его. Сильно отбейте куски так, чтобы они стали почти прозрачными, примерно в полсантиметра толщиной. Я это делаю при помощи банального молотка для мяса, если он оказывается под рукой. Если же нет, то подойдет и пустая бутылка из-под вина.

Посолите отбивные. Быстро обваляйте их в муке, обмакните в яйцо, посыпьте панировочными сухарями. Затем положите на воощеную бумагу. Налейте в сотейник или чугунную сковороду оливкового масла так, чтобы его глубина составила пять сантиметров, и разогрейте его. Обжаривайте отбивные по очереди. Готовые отбивные держите в теплой духовке: при температуре 100 градусов они останутся хрустящими в течение получаса. Подавайте с соусом тартар (см. рецепт [«Соус тартар»](#)) или просто с дольками лимона.

Мясной фарш так же хорош, как и все остальное мясо животного, и, вероятно, наиболее доступен по цене. Из мясного фарша можно приготовить отличный соус болоньезе. Он обеспечивает сытость и позволяет добавить сливочное масло, или роскошные сушеные грибы, или сливки — да все что угодно, чтобы сделать его еще вкуснее. Это лучшее, что мне приходит в голову, когда речь идет о блюдах из мясного фарша. С ним получаются очень вкусные макароны или полента.

Итак, вот рецепт соуса болоньезе из римского ресторана Heidi da Emploi, адаптированный Аmandой Хессер^[55].

Белый соус болоньезе



*1/4 стакана мелко нарезанного лука
1/8 стакана мелко нарезанной моркови
1 мелко нарезанный стебель сельдерея
оливковое масло
соль
0,5 кг итальянских свиных колбасок, очищенных от
оболочки, или свиного фарша плюс 1 чайная ложка*

хлопьев перца чили и 3 листа свежего шалфея, мелко нарезанного

0,5 кг говяжьего фарша

1½ стакана белого вина

2 стакана говяжьего или куриного бульона

40 г сухих белых грибов, вымоченных в трех стаканах теплой воды

0,5 кг ригатони или другой короткой лапши либо 1 стакан поленты

¾ стакана свеженатертого сыра пармезан

Выложите на сковороду лук, морковь и сельдерей, посолите и готовьте в оливковом масле, пока они не станут нежными. Добавьте колбаски и говяжий фарш, размешайте и дайте хорошо поджариться. Добавьте вина и готовьте, пока из сковороды не испарится почти вся жидкость. Добавьте бульон и готовьте при постоянном помешивании, не накрывая крышкой, пока бульон не выкипит почти весь. Нарежьте грибы, набравшие влагу, мелкими кусочками и процедите жидкость через кофейный фильтр. Добавьте в сковороду грибы и налейте процеженный грибной бульон так, чтобы он доходил до середины высоты мяса. Готовьте 10–15 минут, чтобы соус оставался жидким, но не напоминал суп. Попробуйте и добавьте соль при необходимости. Соус должен быть пряным. Добавьте сливок. Снимите сковороду с огня.

Поставьте на огонь кастрюлю с водой и сварите макароны или поленту. Перед тем как смешивать соус с макаронами или выкладывать в миски с горячей полентой, подогрейте его. В каждую тарелку добавьте пармезан.

Или воспользуйтесь рецептом мясного рулета, но думайте, что готовите террин. Любой мясной рулет, террин или паштет, который вы готовите, будет нежнее, если сковорода стоит в воде, а не непосредственно в духовке. Добавьте больше зелени, чем предписано

рецептом, или жареных в масле грибов. Подавайте на стол изящно, с каплей горчицы и салатом.

Как-то весной я вела семинар по разделке мяса: учила студентов разделять кур на части и удалять кости из бараньей ноги. В конце занятия я несла кости домой, поскольку практически никто не откликнулся на мое предложение взять их себе.

Они побывали в руках начинающих мясников, поэтому были особенно хорошо обработаны, и все же той весной мне не приходилось покупать мясо. Я бросала кости в воду с луком, верхушками фенхеля и зеленью, счищала мясо, когда оно становилось нежным, и получала свежий суп из курятины или ягненка.

Если вы решили использовать кости сразу же, положите их все в кастрюлю подходящего размера. Но лучше копите кости в морозилке до тех пор, пока их не наберется достаточно для того, чтобы наполнить самую большую кастрюлю. Мясные кости отлично замораживаются, так почему бы не приготовить сразу целую партию?

Положите в большую кастрюлю два стакана смеси ароматных овощных обрезков. Я обычно использую для этого кончики или верхушки моркови, половинку луковицы, луковую шелуху, жесткие верхушки фенхеля, внешние слои стеблей сельдерея и стебли петрушки. Добавьте немного черного перца-горошка, положите кости и налейте воды, которая должна покрыть их на пять сантиметров. Соль я не кладу. Если пересолишь какое-то из блюд, хорошо знать, что у тебя есть бульон, который сможет их спасти.

Дайте воде закипеть, затем убавьте огонь. Снимите серую пену, которая будет собираться на поверхности. Нужно повторять эту процедуру периодически. Через три часа попробуйте овощи и бульон, зачерпнув немного в ложку и бросив туда щепотку соли. Овощи должны быть безвкусными, так как отдали все бульону, а сам бульон — довольно насыщенным. Продолжайте готовить, пока содержимое кастрюли не станет соответствовать этим критериям.

Выньте кости щипцами или ложкой, а бульон процедите через мелкое сито в контейнер для хранения и охладите. Оставшееся на костях мясо стало почти безвкусным, но при необходимости и его можно снять, смешать с майонезом, луком и мелко нарезанными маринованными огурцами и намазать получившуюся массу на тост.

Дайте бульону постоять в холодильнике до утра, чтобы у жира было время подняться на поверхность. На следующий день снимите его ложкой. Его можно использовать как замену сливочному или оливковому маслу.

Если вы можете позволить себе покупать мясо, берите его на кости. Такое мясо дешевле, чем мякоть. Глупо отказываться от костей, особенно если вы готовите бульоны. Раз можно получить два ингредиента вместо одного, не позволяйте продавцу вырезать кость из предназначенного для вас мяса.

Жарить хорошо то мясо, в котором недостаточно распределенного среди волокон жира для долгого приготовления. Жарка предполагает высокую температуру и короткое время. Отлично жарятся цыплята. Обычно в процессе приготовления я сбрызгиваю их маслом, и они получаются просто изумительными.

Но если говорить о более крупных животных, меня меньше интересуют предсказуемые корейка и ребра, чем другие, реже используемые для жарки части туши. Больше всего мне нравится жаркое из свиного подчерева. А лучший рецепт этого блюда я нашла в «Мясной книге домика у реки»^[56]. Там говорится, что нужно взять большой кусок, полтора — два с половиной килограмма, с кожей. Затем надрезать его в нескольких местах острым ножом, сделать темно-зеленую пасту из мелко нарезанного тимьяна, шалфея и чеснока, сильно втереть ее в надрезы, распределить по коже и по мясу и жарить кожей кверху в глубокой сковороде. Во время приготовления к мясу добавляют чеснок и зелень. Блюдо получается фантастическим. Его не только хорошо готовить, но и сидеть во время его приготовления — с большой вилкой и ножом в руках, классическая салфетка повязана вокруг шеи, лоб в испарине, слюнки текут от предвкушения — рядом с ним приятнее, чем с любым другим мясом, птицей, рыбой, другом и недругом, которые приходят в голову.

Еще один хороший, но непопулярный вариант для жарки — это часть свиного бедра (окорока). Оказывается, окорок не растет на многоуважаемом свинском теле уже приправленный специями и подкопченный. Но поскольку его редко покупают сырым, цена у него обычно невысока. Если сможете найти окорок на кости, купите и

приготовьте, как я предлагаю. Если увидели кусок мякоти, спросите насчет кости — а она достаточно велика — и сварите отличный бульон.

Поскольку свиной окорок плотный из-за мышц, а не жира, его следует положить на ночь в соленый раствор. Вследствие осмоса [\[57\]](#) вода из мяса выйдет, насытится солью и снова пропитает его, в результате мясо хорошо просолится и увлажнится.

Мне доставляет огромное удовольствие сидеть у открытого огня и вдыхать запах жарящегося мяса. Да и во время обеда я с таким же удовольствием могу оставить тарелку и, мурлыча от тепла очага, неторопливо собирать обжигающий сок, который капает со следующей порции жаркого. Всегда и везде старайтесь собирать капающий с мяса сок и использовать его при приготовлении.

Такой сок может служить подливкой для любого мяса, из которого он вытопился. Поэтому собирайте его, он вам еще послужит. Очень вкусно получается, например, если побрызгать разогретым мясным соком на салат-латук. Или добавить мясной сок в рис с зеленью и жареными орехами. Или полить им кукурузный хлеб или лепешку. Или использовать вместо бульонных кубиков.

Рассол для мяса



¼ стакана соли

½ столовой ложки сахара

вода

2 лавровых листа

2 целых сушеных перца чили

1 чайная ложка можжевельных ягод

4 веточки тимьяна

1 чайная ложка черного перца горошком

Смешайте на слабом огне в ¼ стакана воды соль и сахар. Когда они растворятся, снимите жидкость с огня. Перелейте в контейнер, в котором вы собираетесь

вымачивать мясо, добавьте несколько кубиков льда и все приправы. Когда жидкость остынет, погрузите в нее мясо и долейте воды так, чтобы оно было целиком покрыто жидкостью.

Рассол может храниться сколь угодно долго, пока вы не положите в него мясо.

Жареная свинина



Замочите на ночь в холодильнике 1,5 кг свинины для жарки. Накройте мясо тарелкой, которая поместится в контейнер и прижмет кусок так, чтобы он не плавал.

Разогрейте духовку до 190 градусов. Извлеките свинину из рассола и обсушите салфеткой. Разогрейте на среднем огне чугунную сковороду и добавьте 1 столовую ложку оливкового масла. Обжарьте мясо с двух сторон на среднем огне, чтобы оно подрумянилось. Мясо должно стать цвета карамели. На это потребуется 10–15 минут.

Когда свинина подрумянится, поместите сковороду или жаровню в духовку. Готовьте мясо, не трогая его, до состояния средней прожарки. В духовке на это требуется 20 минут на каждые полкило веса. Когда вы достанете мясо, температура внутри его должна равняться 75 градусам, и оно будет продолжать готовиться даже вне духовки. Поэтому лучше вынуть свинину раньше, чем позже. Проверяйте температуру при помощи специального термометра в самой толстой части куска, пока не научитесь определять степень готовности мяса по нажатию на него.

Достаньте мясо из сковороды и дайте ему полежать на разделочной доске. Для «отдыха» мясу требуется не меньше 20 минут. Если разрезать его раньше, поверхность свинины

покажется соленой, а если в мясе есть кость, возле нее может остаться кровь.

Острым ножом тонко нарежьте мясо. Если есть такая возможность, пользуйтесь не зазубренным хлебным ножом, а самым острым из тех, что у вас есть, с гладким лезвием.

Подавайте с копной зеленого салата.

КАК ДЕЛАТЬ МЯСНЫЕ КОНСЕРВЫ

Мясо можно консервировать в собственном жире. Это очень простой способ его сохранения, такие консервы можно хранить в холодильнике несколько месяцев.

На один из первых рецептов мясных консервов я наткнулась в поваренной книге Джуди Роджерс^[58], начавшей делать их после того, как прожила некоторое время во французском регионе, который она называет «консервной страной». Мне нравится идея консервной страны, где непрочная жизнь всего скоропортящегося может быть продлена за счет доброго с любовью использованного жира. Какое прекрасное место, должно быть, эта консервная страна!

Обычно я делаю мясные консервы из куриных бедер. На восемь бедер нужно взять два сухих лавровых листа и половину чайной ложки черного перца-горошка, которые растираются в ступке с добавлением большого количества соли. Этой смесью натрите мясо. После этого оставьте на ночь в холодильнике, прикрыв воценой бумагой.

Разогрейте духовку до 120 градусов. Возьмите кастрюлю с крышкой, которую можно использовать в духовке, и разогрейте в ней оливковое масло, чтобы до него было горячо дотрагиваться. Возьмите столько масла, чтобы хватило покрыть все куриные бедра. Положите в кастрюлю мясо. Можно положить его в два слоя, лишь бы оно было полностью скрыто маслом.

Осторожно поставьте кастрюлю в духовку и готовьте под крышкой в течение 3–4 часов. Готовность проверяйте, протыкая мясо ножом у кости. Готовое мясо должно легко отделяться от нее.

Достаньте кастрюлю из духовки и аккуратно выньте каждый кусок мяса шумовкой. Дайте остыть оливковому маслу. Когда мясо можно

будет трогать без риска обжечься, плотно заполните им стеклянные банки. Залейте остывшим оливковым маслом так, чтобы оно покрыло мясо полностью, накройте банки крышкой и закрутите их. Излишек масла можно процедить и оставить до следующего раза.

Перед подачей консервов на стол доведите их до комнатной температуры. Достаньте из банки столько, сколько собираетесь съесть, и положите в холодную сковороду. У всего, что хранится в жире, есть приятная особенность — при жарке на нем легко образуется хрустящая коричневая корочка. Когда мясо подрумянится, поставьте сковороду в духовку, чтобы оно прогрелось полностью. Мне больше всего нравится есть его с салатом.

Точно так же можно приготовить консервы из свиной лопатки, нарезанной небольшими кусочками.

БЛЮДА ИЗ СУБПРОДУКТОВ

Очень простые и вкусные блюда получаются из куриных сердец и печенки, а также из бараньих почек и сердец.

Все эти внутренние органы носят ужасное название «потроха», которое предполагает их второсортность и вызывает подозрение, что и на вкус они не очень. Еще их называют «пятая четверть». Остальные четыре четверти — это две передние части туши и две задние. А пятая заключена внутри тела животного.

Если покупать цыпленка целиком, то его печень и сердце часто вложены внутрь, хотя и отделены от тела. Их можно посолить, слегка обжарить, а затем нарезать ломтиками и съесть на подсушенном хлебе, смазанном сливочным маслом, буднично или торжественно — как захотите.

Я покупаю куриную печенку там же, где и кур, и делаю из нее паштет. Это совсем недорогой способ добавить в жизнь немного роскоши, а поскольку я ем его вместо мяса, то не так уж и потворствую своим капризам, как можно подумать.

Паштет из куриной печени



0,5 кг куриной печени
соль и свежемолотый черный перец
12 столовых ложек сливочного масла
2 столовые ложки белого вина, хереса, бурбона, виски,
коньяка или бренди
1 мелко нарезанная луковица шалота
1 мелко нарезанный лук-порей
½ дольки чеснока, мелко нарезанная
2 столовые ложки воды
маленькая щепотка молотой гвоздики
половина от этого количества молотой корицы
⅛ лаврового листа, растертого в порошок
¼ стакана тщательно отобранных свежих листьев
тимьяна, мелко порезанных

Удалите с печени все соединительные пленки и приправьте ее солью и перцем. Растопите столовую ложку масла в сковороде с антипригарным покрытием. Когда сковорода нагреется настолько, что масло начнет шипеть, выложите на нее немного печени, чтобы кусочки лежали свободно, подрумяньте со всех сторон. Переверните и поджарьте с другой.

Переложите печень из сковороды на тарелку. Добавьте в сковороду столовую ложку вина и поскребите дно деревянной ложкой. Полейте получившейся жидкостью приготовленную вами печень. Вытрите сковороду бумажным полотенцем. Повторите то же самое с оставшейся печенью, только не добавляйте больше вина.

Когда вся печень приготовлена и переложена на тарелку, выложите на сковороду лук-шалот, порей и чеснок, добавьте оставшееся вино и две столовые ложки воды. Готовьте на среднем огне, пока овощи не станут нежными.

Когда это произойдет, положите их в блендер, добавив сушеные специи, свежий тимьян, печенку и жидкость от нее. Добавьте кусочки масла. Измельчите все блендером. Попробуйте на вкус. Если что-то не нравится, если масса кажется несвязанной или напоминает молочный коктейль, добавьте ложкой еще масла — или оставьте как есть. Посолите, если нужно. Выложите в миску и поставьте охлаждаться на полчаса или больше.

Все это нужно сделать минимум за полчаса до подачи на стол. Сразу после приготовления паштейт будет почти жидким, но, немного постояв в холодильнике, остынет, приобретет мягкую консистенцию, так что его можно будет намазывать. Подавайте паштейт на небольших тостах, посыпав свежими листиками тимьяна. Оставшийся паштейт можно залить растопленным сливочным маслом и хранить до двух недель.

Глава 15

Как пожарить самую маленькую рыбку

Да, рыба кажется большой, пока в воде она.

И удочка — как гибкий лук,

И леска — как тетива.

Юджин Филд^[59] «Наша самая крупная рыба»

В морях много живности, которая действует на наш мозг и укрепляет кости так же благотворно, как тунец и лосось. Живность эта вовсе не крупная, скорее наоборот, и не всегда рыба — например, ракообразные или моллюски с неприступными раковинами, защищающими нежную плоть, — а если даже и рыба, то незнакомых нам очертаний, но очень вкусная. В морях полно веснушчатой макрели, мясистых сардинок, изящных кальмаров и каменно-панцирных моллюсков и устриц. Нам следует относиться к этому широкому диапазону мелкой рыбы так же, как это принято в культурах, где рыба является основным продуктом питания. Их диета не состоит из какого-то одного вида рыбы, приготовленного каким-то определенным способом, — нет, все, что дарят им морские глубины, готовится по-разному.

Там, где рыбой никого не удивишь, к ней относятся как к обычной дичи и применяют те же крестьянские хитрости, что и к ломтям хлеба. Ее покупают целиком. В дело идет даже не очень свежая рыба, несмотря на ее изобилие в окрестных водах. Такую рыбу засаливают, чтобы потом вымачивать в молоке, или добавляют в рагу с сильными приправами вроде перца чили и лайма, в результате чего рыба, которая, будучи свежей, могла бы накормить двух человек, накормит четырех, причем хорошо. И если нет свежей макрели, всегда окажется несколько банок консервированной в оливковом масле — в таком виде она может храниться месяцами. Филе крупной рыбы можно закоптить или законсервировать, тогда тяжелый труд поймавших ее рыбаков не

будет растрочен всего на один ужин, да и в следующий раз придется ловить на одну рыбу меньше.

Правильно покупать рыбу целиком, с головой и хвостом. Это означает, что будет рыбный бульон с минимальными добавками, элегантнее и изысканнее которого, пожалуй, блюда нет. О свежести рыбы можно судить по нажатию на ее кожу, которая должна восстановить свою форму, и по глазам, которые должны быть блестящими.

Покупая целую рыбу, попросите почистить и выпотрошить ее. Тогда в вашей корзинке она окажется с кожей, но без жесткой серебристой чешуи. Если такую рыбу купить не удастся, возьмите самый обычный нож и скребите вдоль всей длины в направлении, противоположном росту чешуек. Это грязное, но недолгое испытание. Потрошить рыбу на удивление просто. Ее внутренности редко бывают мелкими, и самое трудное обычно — сделать первый надрез по животу. Резко воткните в него нож, сделайте длинный разрез и удалите все, что обнаружите внутри. Вымойте и обсушите рыбу.

Чтобы запечь рыбу целиком, нагрейте духовку до 200 градусов. Убедитесь в том, что кожа рыбы совершенно сухая, после чего хорошо посолите. Насыпьте немного соли внутрь и заполните полость нарезанным лимоном, тимьяном и розмарином. Если ничего этого нет, положитесь на «сотрудничество» рыбы и соли, до сих пор оно всегда было успешным. Положите рыбу на противень подходящего размера. Сбрызните ее оливковым маслом.

Лучше всего проверять степень готовности рыбы пальцем. Рыба с костями готовится дольше, чем филе, но в этом случае ее приготовление — гораздо более великодушное дело. Выберите в качестве жертвы место в самой толстой части рыбы и проверяйте его так часто, как вам требуется для того, чтобы держать процесс приготовления под контролем. Рыба готова, если мякоть стала матовой и слоистой. Если случилось так, что следы проверок готовности покрывают всю рыбу, замаскируйте их петрушкой.

Подавайте рыбу целиком так же, как подаете жареную курицу: блестящую, прожаренную, на блюде, демонстрируя во всей красе ее серебристую кожу, хрустящий хвост, единственный, внимательный,

словно стеклянный глаз. Проявите к рыбе такое же уважение, какое она проявляет к вам, — не отрезайте ей голову.

Когда подаешь на стол рыбу целиком, получаешь редкую возможность увидеть едва заметную черту, разделяющую тех людей, которые при виде рыбьих костей испытывают душевный трепет, и тех, которых при их виде бросает в дрожь. Редко когда увидишь такую радость в глазах человека за столом, как у моей мамы, когда ей разрешают отщипывать кусочки мякоти, оставшейся на нежных, желатиновых рыбьих костях. Для меня скелет рыбы — это всего лишь необходимый ингредиент ухи, но и то, что он так радует маму, доставляет мне огромное удовольствие.

Переходим к филе. Первое иногда разваливается на несколько частей, когда его снимаешь с костей, но зато потом вы сможете удалить позвоночник от хвоста до головы, и второе филе останется целым. Удалите остатки трав, которыми вы фаршировали рыбу, выжмите на филе лимон и сбрызните оливковым маслом.

Или купите мелкую рыбешку, которую можно полить маслом и, мерцающую, жарить целиком на горячем гриле. Такую рыбу, как небольшие сардинки и макрель — их вообще покупать лучше всего, — просто необходимо готовить целиком и очень быстро. Обычно их подают по несколько штук на человека. Готовить их так же просто, как хот-доги: подождать, пока не начнут обугливаться, перевернуть один раз, а потом выложить на ожидающее их блюдо.

ГОТОВИМ РЫБНЫЙ БУЛЬОН

К рыбному бульону относятся с большим трепетом, чем следует. Его легко готовить: складывайте рыбьи кости в морозилку, пока не накопите их столько, чтобы хватило на блюдо для четырех человек. Для этого не нужно взвешивать кости: прикиньте на глазок — их должно быть столько, чтобы заполнилась кастрюля.

Лучше всего делать бульон из костлявой белой рыбы. На дне большой кастрюли растопите две столовые ложки сливочного масла, добавьте нарезанный лук или лук-порей и полстакана нарезанного фенхеля или его обрезков. Разломайте скелеты рыб так, чтобы они поместились в кастрюлю. Головы тоже положите, только вначале

удалите жабры. Из лосося, макрели, лufари и сардин получается слишком жирный бульон. Их скелеты лучше выбросить.

Положите кости в кастрюлю и добавьте четверть стакана сухого белого вина. Готовьте пять минут, затем добавьте воды, чтобы она покрывала содержимое кастрюли на семь-восемь сантиметров. Добавьте стебли петрушки, лавровый лист, разумное количество черного перца-горошка, еще более разумное количество семян фенхеля и кориандра, а также два целых консервированных помидора. Доведите содержимое кастрюли до кипения, затем уменьшите огонь до минимума. Снимите темную пену, если она образуется на поверхности. Пусть блюдо готовится полчаса или дольше, если его вкус не покажется вам достаточно насыщенным.

Процедите бульон через мелкое сито. При процеживании я разминаю все ингредиенты, чтобы извлечь как можно больше вкуса, если только не планирую сделать рыбный бульон особенно прозрачным.

Бульон из креветок, крабов и лобстеров готовится так же, только разминать их нужно дважды: в первый раз — перед тем, как положить в кастрюлю, во второй — на этапе процеживания.

Рыбный бульон — основа для лучших рыбных супов. А рыбные супы чудесны: рыба хорошо чувствует себя в жидкости, даже перестав плавать. И отличных рецептов рыбного супа в мире, пожалуй, не меньше, чем рыбы в океане. И если вы станете готовить ризотто по рецепту [«Ризотто»](#), [«Суп из риса с латуком»](#) или хлебный суп по рецепту [«Хлебный суп»](#), но возьмете рыбный бульон вместо мясного или какой-то другой жидкости, то получите прекрасное рыбное ризотто или прекрасный рыбный хлебный суп. Как и любой другой бульон, рыбный можно замораживать.

КАК ЖАРИТЬ РЫБУ

Свежее рыбное филе — чудесная еда. Пожарьте филе на гриле или в сковороде и подавайте с маслом, с петрушкой и чесноком или блестящим желтым майонезом. Никогда не портите филе хрустящими панировочными сухарями, хреном или горчицей, которые забивают тонкий вкус рыбы, никогда не проверяйте ее готовность нажатием: в

этих местах филе уплотняется. Вместо этого учитеесь правильно приправлять рыбу и внимательно слушайте шипение масла на сковороде, так постепенно и набьете руку в ее приготовлении.

Когда-то выловленную рыбу сохраняли при помощи соли, да и сейчас этот способ еще встречается. Если вы купили филе, но не приготовили его в тот день, когда собирались, обильно посыпьте его солью и положите на дуршлаг, поставленный на сковороду, накройте пленкой и поместите в холодильник.

Этот прием не предназначен для долгого хранения рыбы, но помогает отводить из нее влагу, что одновременно сохраняет рыбу свежей и делает достаточно твердой для того, чтобы из нее можно было приготовить одно из моих самых любимых и, возможно, самых экономных рыбных блюд — брандад.

Я готовлю традиционный французский брандад — пюре из трески в соли, картофеля и чеснока — многие годы, потому что это недорого, звучит красиво и может быть приготовлено заранее.

Брандад из белой рыбы



0,5 кг белой рыбы в соли, например аляскинского или калифорнийского палтуса, горбыля, морского ерша или форели
соль
1 л молока
1 лавровый лист

2 большие картофелины для запекания, например сорта айдахо, очищенные и нарезанные крупными кубиками, или соответствующее количество картофеля другого размера: 5 молодых, 3–4 — сорта юкон-голд
2 дольки чеснока, растертые в кашицу с солью
1¼ стакана оливкового масла
черный перец свежего помола

Очистите рыбу от соли, смахните ее остатки и поместите в небольшую кастрюлю, добавив молоко и лавровый лист. Готовьте 5–10 минут на слабом огне, пока рыба не начнет расслаиваться, затем выньте из кастрюли и разомните руками или в кухонном комбайне, предварительно убрав лавровый лист, кости и кожу. Молоко пока не выливайте.

Сварите картофель и измельчите в кухонном комбайне или растолките вручную. Добавьте в рыбное пюре чеснок и оливковое масло (так, чтобы его казалось там слишком много) и смешайте его с картофельным пюре. Попробуйте, достаточно ли соли, и добавьте перец. Долейте немного молока, если хочется сделать пюре пожирше. Переложите в неглубокий контейнер, пригодный для разогревания в духовке, вроде небольшой формы для запекания.

Перед подачей на стол подрумяньте брандад в духовке. Оставшееся молоко сохраните, если собираетесь в ближайшую неделю готовить еще одну порцию блюда.

ДЕЛАЕМ РЫБНЫЕ КОНСЕРВЫ

Если вы оставляли рыбу в соли на ночь, из нее можно сделать рыбные консервы. Они хранятся месяцами, кроме того, благодаря им вы не только не потеряете продукты, предназначенные для вчерашней трапезы, но и частично приготовитесь к завтрашней.

Смахните с рыбы лишнюю соль. Нарежьте толстые куски кубиками со стороной примерно пять сантиметров, а тонкие части филе — пополам. В небольшой, но глубокой кастрюле разогрейте столько оливкового масла, сколько нужно для того, чтобы полностью покрыть

рыбу. Добавьте два сушеных чили, лавровый лист, щепотку черного перца горошком, целый зубок чеснока, небольшой кусочек лимонной или апельсиновой кожуры, маленькую щепотку семян фенхеля, несколько стеблей петрушки и веточку тимьяна.

Когда масло станет теплым, положите в кастрюлю рыбу. Через несколько минут проверьте ее готовность, достав кусочек шумовкой. Рыба готова, когда ее мякоть начинает расслаиваться.

Снимите рыбу с огня, остудите, не вынимая из кастрюли, разложите по стеклянным банкам, залейте маслом, в котором она готовилась, и храните в холодильнике. Рыбные консервы очень вкусны с макаронами, еще их можно есть, как часто едят копченую рыбу, — с вареным картофелем и несколькими свежими каперсами, или с бубликом, или в сэндвиче вместо консервированного тунца.

Или превратите давно хранящуюся рыбу в карри. Я придумала это как-то после рыбалки, когда дома оказалось пятнадцать килограммов луфари, чтобы смягчить ее сильный запах, который со временем не только не уменьшается, но, наоборот, становится еще сильнее. Каким бы большим ни был морозильник и какой бы маленькой и тщательно упакованной — рыба в нем, он не справляется с уловом. Луфарь со временем начинает невыносимо пахнуть. И если эта техника работает с луфарью, то сработает и в случае любой другой рыбы (см. рецепт [«Очень острый карри из луфари»](#)).

Если хотите приготовить большой кусок большой рыбы, сделайте это так, как поступают шведы, большие любители лосося. Посолите и поперчите большой кусок лосося, накройте целыми веточками укропа, залейте скандинавской тминной водкой «Аквавит», придавите чем-нибудь тяжелым и держите в холодильнике четыре дня, пока рыба не просолится и не приобретет вкус укропа. В холодильнике она отлично сохраняется в течение двух недель, и каждый день в течение этого времени можно отрезать от нее тонкие ломтики и класть на намазанные маслом твердые крекеры из ржаной муки, добавляя сверху сладкий лук.

Лично мне такие вещи доставляют огромное удовольствие, но если вы перед приготовлением срезали с филе лосося кожу, то сможете удвоить количество блюд. Аккуратно поджарьте ее на сковороде с антипригарным покрытием в небольшом количестве оливкового масла,

пока кожа не станет хрустящей и не подрумянится, затем дайте маслу стечь и ешьте теплой, ломая на небольшие кусочки.

Очень острый карри из луфари



0,75 кг рыбы, сильно пахнущей по определению или недосмотру

сок 1 лимона или лайма

соль

2 столовые ложки арахисового или оливкового масла

6 луковиц шалота или 2 стебля лука порея, нарезанные тонкими кольцами

кусок имбиря размером 2,5 см, мелко нарезанный

1 пучок лимонного сорго, мелко нарезанный

2 столовые ложки смеси нарезанного сухого и очень острого свежего перца чили

½ чайной ложки тайского или вьетнамского рыбного соуса

2 столовые ложки тертой цедры лайма

2 целых консервированных помидора, или 1 большой свежий помидор с кожурой, или соответствующее количество средних свежих помидоров, нарезанных кусочками

1 стакан рыбного бульона, если он у вас есть, или смесь пива и воды, или овощной бульон (хорошо также подойдет жидкость из банки с консервированными помидорами)

½ банки кокосового молока

1 стакан нарезанной кинзы, мяты или базилика, или смесь этих видов зелени, или верхушки лука шалота, нарезанные по диагонали как можно тоньше

Удалите с рыбы кожу. Разрежьте рыбу на кусочки размером 2,5–5 см. Выжмите на них лимон или лайм, посолите,

хорошо перемешайте и оставьте лежать, пока не будут готовы остальные ингредиенты блюда.

Разогрейте глубокий сотейник или широкую кастрюлю и положите туда масло. Добавьте шалот, имбирь и лимонное сорго. Когда они начнут размягчаться, добавьте перец, перец чили, соль и рыбный соус. Когда все это станет мягким, но не совсем нежным, добавьте лимонной цедры и нарезанные помидоры. Готовьте на слабом огне, пока помидоры не потеряют форму. Добавьте рыбный бульон или то, чем вы его заменили, и кокосовое молоко. Проварите на слабом огне пять минут, затем добавьте рыбу. Варите 4–5 минут на среднем огне до готовности рыбы. Выключите огонь, добавьте травы и подавайте на стол с горячим белым рисом.

МОРСКИЕ МОЛЛЮСКИ И МИДИИ

Морские моллюски и мидии с их прочными раковинами и небольшими телами — самые бескорыстные морские создания. Куда бы они ни направлялись, они несут в себе небольшое количество морской воды. Возможно, так добры они потому, что, как замечает Кёртис Бэджер в своей книге «Съедобные моллюски: как их найти, поймать и приготовить»^[60], у моллюсков всего две цели в жизни: есть и заниматься сексом. И они так поглощены этими занятиями, что их жизнь, очевидно, можно считать счастливой.

Когда раковина открывается, и моллюски, и мидии выпускают соленую воду, которая находится у них внутри. И если вы хорошенько отскребли их перед приготовлением, то для получения супа нужно всего лишь положить на дно кастрюли, достаточно большой для того, чтобы вместить моллюсков, немного сливочного масла и плеснуть вина или пива. Накройте кастрюлю крышкой и зажгите под ней огонь; моллюски начнут задыхаться, откроют свои раковины, и вы получите две составляющие трапезы: насыщенный бульон и самих моллюсков, тихо ожидающих, когда их выковырнут из раковин.

Моллюсков можно подавать к столу прямо в этих изящных круглых раковинах с небольшим количеством растопленного сливочного масла или масла с петрушкой и чесноком, куда моллюсков можно будет макать. Как всегда с едой, требующей от едока ручной работы, вас ждет маленькое развлечение: придется брать моллюсков с тарелки руками и запастись временем, чтобы насытиться ими.

Если вы хотите два раза пообедать содержимым одной кастрюли с моллюсками, процедите оставшийся после их приготовления бульон и сохраните до завтра, чтобы превратить его в суп.

Для самого простого супа достаточно лишь знания о том, что в бульоне варились моллюски. Потомите в сливочном масле небольшую луковицу обычного лука или стебель порея, чтобы лук стал нежным, и разогрейте бульон от моллюсков, добавив куриный бульон или воду до нужного количества. Добавьте заранее приготовленную фасоль, выжмите лимон и подавайте, положив на дно тарелки горячие жареные гренки, посыпав петрушкой, с чесночным майонезом.

Или сварите моллюски на пару, отложите в сторону и приготовьте большую порцию любых длинных макарон, разогрейте немного бульона от моллюсков с толикой белого вина и сливочного масла, плесните в него воды из-под макарон, полейте на пасту и размешайте ее. Подавайте пасту с несколькими моллюсками в каждой тарелке, пусть они остаются в раковинах, так будет веселее. Это означает, что едокам достанется меньше моллюсков, но они точно получат огромное удовольствие от еды.

Моллюски, оставленные на завтра, можно превратить в густую похлебку: поджарьте на дне кастрюли немного бекона и лука-порея и добавьте к ним бульон от моллюсков, воду и жирные сливки. Отдельно сварите несколько кубиков картофеля и бросьте в бульон вместе с оставшимися моллюсками. Подавайте суп с устричными крекерами, жареными в масле гренками или нарезанной петрушкой, плавающей в лужице из масла.

Если вы чувствуете себя так же благодушно, как удовлетворенный моллюск, подавайте моллюсков и бульон одновременно, наливая бульон на дно тарелки с моллюсками. Или налейте бульон в кружку, чтобы пить его, как консоме.



«Рыба-мала» — таков слоган канадской компании, специализирующейся на консервировании сардин. Вообще сардины — одна из самых распространенных в мировом океане пород рыб. Но самый странный и грустный факт, связанный с ними, заключается в том, что большая часть выловленных сардин идет на корм крупным рыбам, выращиваемым на фермах, а не на грили и сковородки.

К счастью, многие все же попадают в крошечные консервные банки. Консервируют обычно очень свежую рыбу, и сохраняется она хорошо. Вы можете держать такие консервы где угодно и не думать о необходимости засыпать рыбу солью, замачивать ее или готовить из нее карри. Консервированные сардины так же вкусны и полезны, как и рыба, недавно выловленная из глубин океана.

Это блюдо получается лучше из консервированных сардин, чем из свежих (см. рецепт [«Паста с сардинами»](#)).

В своем стихотворении о сладких муках неразделенной любви поэт Юджин Филд^[61] говорит о рыбе метафорично. А я понимаю его строки буквально:

*Я все равно б не преуспел, не стоит горевать:
Крупнее рыба уплыла, чем удалось поймать.*

Паста с сардинами



*2 столовые ложки оливкового масла
½ луковицы, нарезанной тонкими кольцами
1 зубчик чеснока, нарезанный тонкими пластинками
1 банка хороших сардин в оливковом масле
0,5 кг спагетти
1 пучок петрушки, листья отделены от стеблей и
небрежно нарублены
1 стакан поджаренных хлебных крошек
По желанию: хлопья сушеного перца чили*

Разогрейте оливковое масло в глубокой сковороде, достаточно большой для того, чтобы в нее поместились сваренные макароны. Добавьте лук и чеснок и готовьте 5–10 минут до тех пор, пока они не станут мягкими. Добавьте сардины и масло из банки, и пусть они обжарятся на сковороде, а затем разомните их ложкой. Выключите плиту.

В хорошо посоленной воде сварите макароны. Пока они готовятся, нарежьте листья петрушки. Прежде чем слить воду с макарон, отлейте стакан воды.

Когда макароны почти приготовятся, зажгите огонь под сковородой с сардинами. Кухонными щипцами переложите макароны из кастрюли в сковороду. Добавьте туда же $\frac{1}{4}$ стакана воды, в которой они варились, и размешайте сардины, лук и макароны. Плесните еще воды, если блюдо покажется вам суховатым и слишком плотным. Когда макароны и соус перемешаются, добавьте в них половину хлебных крошек, петрушку и хорошо размешайте.

Подавайте пасту в большой миске, посыпав оставшимися крошками и петрушкой. Не помешают также несколько сушеных перцев чили.

Глава 16

Как обратить поражение в победу

*Провальная вещь может оказаться удачной, если
изменить свой угол зрения.*

Робер Брессон^[62] «Заметки о кинематографе»

Правильнее всего смотреть на кулинарные неудачи с позиции французского режиссера Робера Брессона. Впрочем, как и на большинство ситуаций в жизни, но к приготовлению еды его правило подходит особенно хорошо: если изменить свою точку зрения, то, что казалось поражением, может обернуться победой. Я не первая, кто применяет к кулинарии мысль Брессона о кинематографе. Писатель Чип Брэнтли считает режиссера своим гастрономическим гуру.

Вам следует отрабатывать технику превращения неудачи в успех. В деле приготовления еды это важно не меньше, чем овладеть маленькими секретами разогревания сковороды или варки яиц. В какой-то момент что-то пойдет не так — это неизбежно, но, когда это случается, всегда можно исправить ситуацию.

Во-первых, следует признать саму возможность того, что, если что-то происходит не так, как вы хотели, это не обязательно плохо. Взять, к примеру, подгоревшие овощи. В греческой, турецкой, ближневосточной и китайской кухне есть блюда из совершенно обугленных, пропитанных маслом овощей, для которых перец, баклажаны и стручковая фасоль жарятся, пока не сморщатся и не почернеют.

Мне нравится жарить спаржу на гриле и смотреть, как она начинает морщиться: овощи чудесны на вкус, когда становятся хрустящими и даже местами обгорают. То же можно сказать о рыбе и тостах — я считаю, что они вкуснее всего с хрустящими черными отметинами на боках. Я люблю итальянское блюдо из мягкой, кое-где почерневшей римской фасоли, которую жарят в горячем масле под

крышкой, позволяя ей слегка подгореть, — это называется «долго готовить». И нет такого продукта, как подгоревший лук.

Я встречала рекомендацию выносить любую подгоревшую пищу на улицу, чтобы попробовать ее на свежем воздухе — так получается объективнее, поскольку на ваше мнение не влияет запах дыма. Впрочем, если комната не наполнена клубящимися черными облаками, можно и не выходить. Но полезно дать рассеяться метафорическому дыму, прежде чем принимать серьезные решения о том, что делать дальше.

Например, можно обратить свой взор на категорию бенгальских блюд под названием чарчари (charchari), то есть «со вкусом гари». К ним относятся овощи, приготовленные на горячих железных противнях, которые в конце держат над очень сильным огнем, дают им погореть и приобрести вкус пламени.

Если у вас есть время сварить рис, превратите в чарчари любые подгоревшие овощи. В небольшой сковороде обжарьте в сливочном масле немного очень тонко нарезанного лука с чайной ложкой индийских специй — кумина, кориандра и перца чили. Когда лук станет мягким и впитает специи, добавьте его к овощам. Подавайте с рисом.

Или быстро срежьте с овощей сильнее всего обуглившиеся места и превратите их в ближневосточный салат баба гануш, который обычно делают из сильно зажаренных баклажанов, но подгоревший цукини или помидор тоже подойдут.

В рецептах, приведенных в этой главе и в конце книги, в [приложении об исправлении ошибок](#), говорится об определенном количестве ингредиентов вроде «подгоревшие овощи» или «пересоленный рис». Но вы можете приготовить любое блюдо, исходя из своего объема неудавшихся продуктов, соответственно скорректировав количество всех остальных ингредиентов.

Баба гануш



2 стакана подгоревших баклажанов, цукини или помидоров

½ зубчика чеснока, измельченного в кашицу

несколько капель лимонного сока

1 столовая ложка оливкового масла

1½ столовой ложки майонеза

По желанию: мелко нарезанная свежая петрушка или листья мяты

Срежьте или сотрите бумажным полотенцем как можно больше сожженных частей овощей, избавившись от всего, что имеет пригоревший вкус. Положите в кухонный комбайн или блендер все ингредиенты, кроме зелени, и взбивайте, пока масса не приобретет консистенцию сметаны. Это блюдо очень вкусно, когда подается комнатной температуры на горячей пите или подсушенном хлебе. Особенно хорошо посыпать его сверху мелко порезанной петрушкой или мятой.

А еще любые подгоревшие, слишком острые, кислые или жирные овощи можно использовать в качестве приправы. Просто считайте их вкус нестандартно насыщенным и ешьте их в небольшом количестве с рисом. Или замените ими горчицу или сальсу в тако и сэндвичах. Так же можно поступить с салатом, в который по ошибке добавили слишком много заправки.

Единственный овощ, который категорически невкусен, если подгорит, — это чеснок. Если это случилось, его придется выбросить. Тонко нарежьте новую партию чеснока, налейте свежего масла и лишь немного подогрейте. Добавьте чеснок, сразу же слегка посолите и готовьте, сложив кучкой в одном месте сковороды. Благодаря соли и тому, что чеснок нарезан, из него выделится микроскопическое

количество воды, поэтому во время приготовления от чеснока будет идти легкий пар.

Огромное преимущество варки овощей заключается в том, что когда они слишком долго готовятся, то просто становятся слишком мягкими, но не подгорают. Если вы забыли овощи в кастрюле с водой, стоящей на плите, выловите их оттуда и откиньте на дуршлаг или сито. Это поможет избавиться от части избыточной влаги. Затем встряхните овощи и разложите на противне. Попробуйте их на вкус. Прежде чем что-то готовить, стоит выяснить, нравятся ли они вам такие, как есть.

Если овощи разварились в кашу, направление вашего движения понятно. Что бы это ни было — сделать из него пюре. Изменение структуры продукта может оказать вам огромную службу. Овощи лучше превратить в пюре, пока они достаточно горячие: пюре лучше вберет уксус, горчицу и зелень.

Или растолките переваренные овощи с небольшим количеством сливочного масла и зелени, а затем подогрейте на слабом огне в небольшой кастрюле и назовите это «пюре из репы», «картофельное пюре» или из чего там вы его делали. Или после того, как растолкли с маслом и зеленью, выложите пюре в противень, смазанный маслом, и запекайте до тех пор, пока не появятся пузыри, посыпьте обжаренными хлебными крошками, поставьте обратно в духовку, готовьте, пока не подрумянится, и подавайте на стол как запеканку.

Если исправлять нужно не картофель, приготовьте английские маринованные овощи пикалили, в южных штатах их еще называют «чоу-чоу». Эти сладко-острые овощи очень вкусны в сэндвичах с вареным яйцом, холодным жареным цыпленком или ветчиной. Поскольку у меня было немало возможностей потренироваться в исправлении своих ошибок, я выделила полезные советы в приложение. Там приведен и рецепт пикалили (см. рецепт [«Пикалили, или чоу-чоу, из моркови, стручковой фасоли либо брокколи»](#)).

Немецкий овощной салат



1 стакан переваренного картофеля, репы или цветной капусты

½ чайной ложки острой горчицы

½ чайной ложки белого винного уксуса

2 столовые ложки оливкового масла

пучок петрушки

Пока переваренные овощи еще горячие, смешайте их с остальными ингредиентами. Мешайте энергично до их превращения в однообразную массу — теплую, пикантную, напоминающую и салат, и вареные овощи, и пюре. Все, кроме картофеля, можно мешать не вручную, а в блендере. Попробуйте в качестве варианта добавить половину зубчика чеснока, растолченного с солью.

На случай всех прочих неприятностей — когда на маринованную свеклу напали муравьи; когда большая часть кабачка по дороге к столу оказалась на полу; когда собака вцепилась в капусту — помните о хлебе. Спасите все, что можно спасти, не подвергая опасности здоровье, нарежьте, добавьте все, что посчитаете нужным, и положите на хлеб.

Мягкий цукини так и просится быть взбитым с небольшим количеством оливкового масла и посыпанным обжаренными ядрами грецкого ореха. Подгоревшие перцы стремятся к тому, чтобы их сбрызнули уксусом и подали с четвертинкой вареного яйца или несколькими анчоусами. Подгоревшая зелень жаждет сыра — рикотты или только что натертого пармезана.

Если же, наоборот, овощи оказались полусырыми, советую приготовить салат. Впервые я сделала его не для того, чтобы решить проблему полусырых овощей, а потому, что кончились каштаны и я пыталась как-то воспроизвести их приятную мучнистость. С этим

справился недоваренный сладкий картофель, одновременно создав весьма забавную новую проблему: если потребуется приготовить полусырые овощи, они неминуемо сварятся идеально.

Салат из яблока и полусырых овощей



*2 столовые ложки оливкового масла
1 зеленое яблоко, нарезанное дольками толщиной 1,5 см
2 луковицы лука-шалота, тонко нарезанные
½ стакана фенхеля, нарезанного дольками толщиной 1,5 см
1 стакан полусырого цукини, сладкого картофеля, тыквы или свеклы, нарезанных ломтиками толщиной 1,5 см
1½ столовые ложки красного винного уксуса
соль
½ чайной ложки масла грецкого ореха или оливкового масла
4 стакана эскариоля или тонко нарезанной листовой капусты*

Разогрейте на среднем огне оливковое масло. Добавьте яблоко, лук-шалот и фенхель и готовьте их, пока они не начнут становиться мягкими. Добавьте полусырые овощи. Готовьте все вместе одну минуту, затем прибавьте под сковородой огонь и добавьте уксус и щепотку соли. Готовьте еще полминуты-минуту. Снимите сковороду с огня. Добавьте в теплые овощи масло грецкого ореха или оливковое масло, размешайте. Разложите на блюде зелень и в центр выложите горкой салат.

Если у вас подгорел рис, есть шанс приготовить деликатес, известный во множестве кухонь мира. Корочка, которая образовалась

на дне кастрюли, в персидской кухне называется «та диг», в японской — «коге», в пуэрто-риканской — «пегао», в корейской — «нулёнг-чи», и во всех этих странах является признаком правильно приготовленного риса. В Южной Корее даже продается мороженое со вкусом этой пригоревшей рисовой корочки.

Если у вас на дне кастрюли с рисом образовалась такая корочка, начните с того, что выложите нормально сваренный рис на блюдо. В маленькой кастрюле растопите столовую ложку сливочного масла, сбрызните им и несколькими каплями воды пригоревшую корочку, включите огонь и готовьте, пока не услышите шипение и не увидите, что вся вода испарилась. Соскребите корочку металлической ложкой и, наломав на кусочки, выложите сверху риса. Дайте блюду самое подходящее, на ваш взгляд, название.

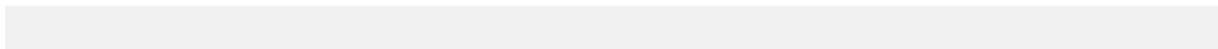
Из риса, который оказался или слишком твердым, или чересчур мягким, можно сделать множество вкусных вещей. Они описаны в главе [«Как добиться мира»](#) и в [приложении к книге](#).



Когда я спрашиваю людей о том, что чаще всего идет не так у них на кухне, многие говорят, что приготовленная ими еда на вкус кажется пресной.

Если продукты, которые вы готовите, хорошо подходят друг к другу, если блюдо получилось густым и ароматным, но не имеет яркого вкуса, добавьте больше соли. Соль — адвокат блюд. Кислое тоже помогает блюдам обрести свой голос. Добавьте сок выжатого лимона, сбрызните белым винным уксусом. Добавьте ложку оливкового масла или кусочек сливочного независимо от того, предусмотрено ли это рецептом.

Самое важное — не испортить мясо. Если вы заметили, что мясо в жаровне начало подгорать, снимите жаровню с огня и аккуратно выньте из нее все ингредиенты блюда. Воспользуйтесь деревянной ложкой или кухонными щипцами, старайтесь не скрести по дну посуды. Перелейте бульон в миску. Вычерпайте все остальное ложкой, а то, что присохло, оставьте как есть.



Уксусный соус для барбекю



*¼ стакана яблочного уксуса
½ чайной ложки молотой корицы
½ чайной ложки молотого тмина
1 столовая ложка молотого кориандра
2 столовые ложки горчицы с зернами или дижонской
горчицы
2 столовые ложки соуса из острого перца, например
табаско или тапатио
2 столовые ложки меда
2 стакана куриного или говяжьего бульона*

Подогрейте уксус и сушеные специи в кастрюле. Когда они станут горячими, добавьте остальные ингредиенты. Доведите до кипения, затем уменьшите нагрев и отлейте половину соуса. Разберите мясо на волокна и дайте ему полежать в теплом соусе минимум полчаса перед подачей на стол.

Попробуйте жидкость, мясо и овощи. Будьте максимально внимательными. Возможно, вкус у них окажется хорошим. Если это так, переместите ингредиенты в другую кастрюлю, добавьте столовую ложку белого вина и продолжайте готовить. Если мясо на вкус хорошее, а у бульона привкус гари, налейте в кастрюлю свежий мясной или овощной бульон, добавьте мясо и продолжайте готовить.

Может так получиться, что продукт приобрел привкус дыма. Когда я была начинающим поваром, то сожгла ребрышки в печи, хотя знала, что она слишком горяча. Я торопилась и почему-то решила, что ребрышки тоже должны поторопиться, и это было ошибкой. Я чуть было не испортила ценный продукт. Что делать — спев про себя реквием блюду, я срезала не затронутые огнем кусочки мяса, сделала уксусный соус для барбекю и доготовила мясо в нем. Получились вкуснейшие сэндвичи с дымком.

Это отлично работает.

Если мясо слишком долго готовилось или пересушилась часть, которая обычно готовится очень быстро: стейк, куриная грудка, свиная отбивная или рыбное филе, — сделайте хрустящий тайский салат под названием лаарб: он острый, соленый и кислый, и структура мяса в нем практически незаметна. Как и в большинство блюд азиатской кухни, в него входит столько же зелени и овощей, сколько и мяса.

Лаарб может быть совершенно удивительным основным блюдом, его можно подавать с рисом или без него, а для приготовления требуется несколько минут, несколько лаймов и много зелени (см. рецепт [«Тайский салат с жареным рисом \(лаарб\)»](#)).

Еще Робер Брессон исключительно верно подходил к проблеме избытка специй. В его записях есть совет «вывести из равновесия, чтобы уравновесить». Излишку соли нужно противопоставить или что-то кислое, или сливки, или сливочное масло. Выведите вкус блюда из равновесия, чтобы сбалансировать его, бесстрашно выдавив лимон, добавив красного или белого винного уксуса, положив сливочное масло или подлив жира.

Приправы должны вести себя тихо. Но если приходится нарушить это правило ради более кислого или более насыщенного вкуса блюда, прибавьте к его названию прилагательные «лимонный» или «сливочный», и это тоже поможет утихомирить критиков.

Тайский салат с жареным рисом (лаарб)



1 стакан пересушенного мяса или рыбы

1 столовая ложка риса

3 столовые ложки любого лука любого цвета, мелко нарезанного и вымоченного в течение 10 минут в соке лайма

1 столовая ложка мелко нарезанного перца халапеньо или другого острого перца

соль

1 чайная ложка сахара

*по желанию: рыбный соус
1 стакан крупно нарезанной кинзы и мяты
сок как минимум одного лайма*

Нарежьте мясо тонкими полосками. Поджарьте рис в небольшой сковороде на среднем огне, без масла, чтобы он стал прозрачным и приобрел ореховый запах. Измельчите его в ступке или мельнице для специй.

Смешайте мясо с луком и чили. Добавьте немного соли, сахар и несколько капель рыбного соуса, если он у вас есть. Добавьте жареный рис, зелень, а затем еще сок лайма и рыбный соус, поскольку нужно, чтобы у салата был очень насыщенный и свежий вкус.

Положите на тарелки листья капусты или салата латука, чтобы завернуть в них лаарб. С салатом хорошо сочетаются холодная свежая редиска, огурцы и морковь.

Еще вкус специй приглушает жир. При помощи небольшого количества сливок можно смягчить вкус любого итальянского или французского блюда, если он кажется слишком ярким. Индийское блюдо, оказавшееся чрезмерно соленным или острым, следует снять с огня, а затем добавить в него столовую ложку холодного йогурта. Или оставьте блюдо как есть, а стакан холодного йогурта подайте отдельно.

Чтобы удалить излишнюю соль из бульона или соуса, положите в кастрюлю с ними картофель. Он действует словно губка. Каждый раз, когда мне нужно сделать блюдо менее соленным, я представляю себе бабушек всего мира, склонившихся над своими предательски пересоленными кастрюлями, бросающих туда кубики картофеля и возвращающихся к своему вязанию.

Почистите картофель и нарежьте крупными кусками. Выключите огонь под пересоленным блюдом, добавьте картофель и, если вам его не жалко, через полчаса выньте обратно. А если жалко и если вы готовите рагу и чувствуете, что картофель его не испортит, нарежьте его красивыми маленькими кусочками, добавьте к блюду и доведите до готовности.

Если вы пересолили то, что не сочетается с картофелем, доведите до кипения кастрюлю с несоленой водой, положите в нее одну-две картофелины, сварите их, а затем растолките несоленый картофель, смешайте его с измельченным пересоленным мясом или рыбой и запеките смесь, добавив в нее немного сливочного масла.

Если у вас в руках оказалась пересоленная фасоль, превратите ее сразу в два блюда. Процедите фасоль, но отвар не выливайте. Положите фасоль в новую воду или бульон, чтобы вымылась соль, и варите на слабом огне, пока она не станет менее соленой. В этот вечер съешьте фасоль с бульоном, добавив сливочного масла, или сделайте из нее суп-пюре. На следующий день обжарьте в сливочном масле мелко нарезанный лук или лук-порей и чеснок, затем добавьте чечевицу или ячмень, вашу соленую жидкость, подлейте немного воды, добавьте зелень — и получите чечевичную или ячменную похлебку.

Можно делать хорошую мину при плохой игре, но, к сожалению, неудача со сладким неискоренима. Я искала способы исправить ошибки в приготовлении десертов и обнаружила, что лучше всего их подавать как есть. Если вы попытались сделать домашнее мороженое, но оно не получилось, подайте его в стаканчиках и назовите молочным коктейлем. Непропеченный пирог следует выдать за пудинг...

Если пирог слишком сухой, сделайте сахарный сироп, сварив стакан сахара в стакане воды и плеснув туда рома. Вылейте его на пирог, дайте постоять и пропитаться и считайте его ромовой бабой или алкогольной пахлавой.

Когда я спросила кондитеров, что делать с развалившимся пирогом, мне прямо ответили, что нужно печь новый. Но легче сделать новую сахарную глазурь и с ее помощью соединить части пирога вместе или же разломать его на более мелкие кусочки, положить в высокие стаканы, залить взбитыми сливками, добавить фруктов и назвать «бисквит со взбитыми сливками».

Кроме того, признать поражение — это тоже искусство. Капитулировать нужно достойно. Радуйтесь, что эта неудача уже позади. Знайте, что в следующий раз у вас получится лучше или из-за того, что вы научились на своих ошибках, или просто из-за изменившейся точки зрения.

Вот вам хороший рецепт сэндвичей с жареным сыром. Может, если вы будете знать, что сможете сегодня вкусно поесть, несмотря на все эти чертовы планы по спасению подгоревших, пересоленных, слишком острых, жирных, развалившихся, непропеченных блюд, то почувствуете себя победителем.

Сэндвичи с жареным сыром



ломти хлеба с толстой коркой или багет, разрезанный на куски длиной 10 см, мякиш извлечь и оставить на панировочные сухари

оливковое масло

горсть свежей петрушки, базилика, мяты, рукколы или немного тушеных овощей

маринованный перец чили или корнишоны, нарезанные кружочками

толсто нарезанная моцарелла, столовая ложка такого сыра, как рикотта, таледжио или робиола

оливковая тапенада или сальса верде

Чтобы сделать сэндвич, возьмите кусок хлеба, обильно полейте оливковым маслом, добавьте зелень или овощи, а затем маринованные чили или корнишоны. Положите сыр, затем еще чили или корнишоны. На второй кусочек хлеба положите толстый слой тапенады или сальса верде. Соедините их вместе.

Нагрейте сковороду для гриля или с антипригарным покрытием. Смажьте маслом. Положите сэндвичи, а сверху поставьте вторую тяжелую сковороду с грузом. Прижмите ее так, чтобы сэндвичи получились тонкими и хрустящими.

Глава 17

Как пережить бурю

*Ветер поет,
Холод несет.
Нам все равно,
Что суждено:
Погоде назло
Кров нам дало Красное Дерево.*

Уильям Теккерей «Красное Дерево»

Если под рукой нет картофеля, лука, капусты, сельдерея и даже черствого хлеба и достать их негде, шансы поесть становятся призрачными. Тогда идите в ближайший магазин и направляйтесь прямоком к полкам с консервированными продуктами или заберитесь на свой стол, загляните в дальний угол самой верхней полки и достаньте оттуда любые консервные банки — металлические или стеклянные.

Потом хватайте бутылку с оливковым маслом, сливочное масло, уксус и соль. Отыщите забытые в шкафу полпачки макарон или риса, одну картофелину и горсть орехов на дне пакета. Достаньте кастрюлю или сковороду и примите твердое решение, что, как бы страшно ни выл ветер за окнами, буря не оставит вас голодными.

Одно из самых приятных блюд, которые можно приготовить из консервированных продуктов, — это запеченные помидоры. Если в вашей кладовке помидоров в банках еще нет, их можно легко отыскать в большинстве магазинов. Лучше всего для приготовления помидоров из большой банки подойдет форма для пирога диаметром около 20 см; впрочем, главное — чтобы посуда была жаропрочной.

Разогрейте духовку до 200 градусов и откиньте помидоры на дуршлаг, чтобы слить сок. Его можно оставить для минестроне — то есть один ингредиент этого божественного супа у вас уже есть. Если

найдется чеснок, положите несколько нарезанных тонкими пластинками зубчиков на дно противня. Уложите помидоры плотно друг к другу на чеснок или на голый противень, залейте их оливковым маслом, слегка посолите и запекайте, не накрывая, в течение сорока минут, пока они не начнут лосниться, не станут желеподобными и не развалятся совсем. Есть их можно как гарнир, на тосте или с рисом, а еще — смешать с макаронами.

Не выбрасывайте то, что не доели, а когда небо прояснится, купите розмарин или тимьян и добавьте несколько веточек в помидоры. Когда съедите их все, то у вас останется ароматное, с запахом трав, насыщенное вкусом помидоров оливковое масло, которое можно использовать для салатной заправки, мариновать в нем козий сыр или просто поливать что-нибудь.

Я заметила, что консервированные бобовые становятся по-настоящему вкусными лишь после долгого тушения в оливковом масле, а получив бульон, превращаются в чудесные супы.

Если у вас есть лук, тонко нарежьте половину луковицы, а если найдется и чеснок, так же нарежьте три зубчика. Готовьте их в большой кастрюле для супа в изрядном количестве оливкового масла с большой щепотью корицы, маленькой — сахара и солидной — соли. Выложите на дуршлаг из банки турецкий горох, дождитесь, пока жидкость стечет, перемешайте и добавьте в кастрюлю, если лук и чеснок уже стали нежными. Залейте горох куриным бульоном или водой так, чтобы он был полностью скрыт ими, и готовьте примерно тридцать минут, пока он не станет совсем мягким.

Взбейте содержимое кастрюли в блендере, чтобы получился суп-пюре, перед этим добавив еще оливкового масла. Если вы готовили суп из сухого гороха, он уже будет жирным и пахнуть оливковым маслом. Не взбивайте весь суп, чтобы он не был слишком однородным, отлейте несколько ложек. Выжмите в готовое блюдо лимон. Такой суп-пюре очень вкусен с гренками или сам по себе, сбрызнутый оливковым маслом.

Если у вас есть только турецкий горох в банке, но нет ни лука, ни чеснока, варите его на слабом огне в крепко посоленной воде или бульоне, в который можно добавить лавровый лист, если найдете его в своих запасах, пока горох не станет мягким, после чего взбейте его в

пюре с большим, очень большим количеством оливкового масла. Это может показаться дешевым трюком, но срабатывает!

Если у вас есть макароны и банка турецкого гороха, вы можете сделать пасту с турецким горохом, это просто объединение. Несколько раз я сталкивалась с очень плохими версиями такой пасты. И дело не в низком качестве макарон или гороха, которые часто не приходится выбирать: как-то у меня получилось отличное блюдо, хотя я воспользовалась макаронами из пачки полуфабриката «Макароны с сыром», — а в том, что, бесцеремонно слив жидкость из банки, горох выкладывают на готовую пасту вместо того, чтобы дать им время привыкнуть друг к другу при посредничестве жара, жира и времени. О турецком горохе нужно нежно заботиться. Он хорош и как блюдо, и как соус (см. рецепт [«Паста с турецким горохом»](#)).

Если у вас есть банка готового фасолевого супа, его можно улучшить. Разогрейте суп, добавьте несколько капель уксуса или хереса либо положите сыр пармезан, чтобы повысить жирность супа. Если пармезана нет ни крошки, поищите остатки любого другого сыра, их можно потереть или покрошить и положить на дно тарелки с супом, чтобы во время еды в рот время от времени попадали теплые расплавленные кусочки. Или положите в кастрюлю немного сухого кумина, обжарьте его в столовой ложке оливкового масла, а затем, когда согреете суп и готовы будете подавать его к столу, плесните в него масла с кумином.

Если в вашей кладовке еще нет пыльной банки с квашеной капустой, ее наверняка можно купить в ближайшем магазине, где она невозмутимо стоит неподалеку от какого-нибудь моторного масла.

Паста с турецким горохом



1 банка турецкого гороха (100 г)

5 столовых ложек оливкового масла

по желанию: 2 зубчика чеснока, нарезанного

пластинками или мелко порубленного. Мне кажется,

что с чесноком вкус лучше, но не могу не оговориться,

что свято верю в союз одних лишь макарон, воды,
масла и консервированных бобов.

соль

свежесмолотый черный перец

0,5 кг мелких макарон вроде орекьетте, пенне,
фарфалле, рожков

Выложите турецкий горох на дуршлаг, чтобы удалить лишнюю жидкость, и промывайте в течение минуты. Нагрейте небольшую глубокую кастрюлю и добавьте в нее оливкового масла. Когда масло закипит, положите чеснок, если используете его. Готовьте на очень слабом огне, пока чеснок не станет мягким. Добавьте турецкий горох, щепотку соли и воду, чтобы ее уровень был выше гороха на 2,5 см.

Готовьте 30–45 минут прежде, чем начать пробовать. Периодически подливайте в кастрюлю воду, чтобы горох выглядел влажным. Так вы получите сливочный соус, который отлично подойдет к макаронам. Когда вам покажется, что блюдо готово, попробуйте на вкус пять бобов. Если какие-то из них твердоваты, продолжайте готовить. Когда все пять будут таять во рту, как масло, уменьшите пламя почти до нуля и добавьте свежесмолотый черный перец.

Сварите макароны в кипящей воде с большим количеством соли. Прежде чем слить воду, отлейте стакан, и четверть его вылейте в кастрюлю с турецким горохом. Если она все еще стоит на слабом огне, жидкость должна впитаться в них очень быстро. Соедините макароны и турецкий горох в большой миске и хорошо перемешайте. Если блюдо кажется суховатым или «разваливается», подлейте воды, в которой варились макароны, и тщательно перемешайте.

Во Франции, Германии и Австрии, где сосиски едят не в виде хот-дога, а без булочки, поджарив до хрустящей румяной корочки, и подают на большой тарелке, в качестве гарнира часто выступает квашеная капуста. Ее тушат в горячем гусином жире с добавлением цельных семян обжаренного тмина, фенхеля, гвоздики или других ароматных специй. Еще можно обжарить в этом же жире лук, чтобы он стал золотистым, или обойтись без лука, но добавить горсть белого изюма, вымоченного в вине. Или немного красного картофеля, нарезанного кружочками и сваренного отдельно.

Сделайте похожее блюдо. Возьмите две банки квашеной капусты, слейте из нее сок и промойте. В маленькую кастрюлю положите жир или хороший кусок несоленого сливочного масла. Если есть лук, тонко нарежьте его и жарьте в масле, пока не начнет подрумяниваться. Добавьте квашеную капусту, щедро плесните белого вина, положите несколько бутонов гвоздики и готовьте на слабом огне полчаса, пока капуста не приобретет богатый и менее пикантный, чем обычно, вкус. Еще неплохо добавить чайную ложку жареного кумина или тмина. Такую капусту едят как обычный гарнир.

Если у вас есть черствый хлеб, миски, ложки, много черного перца и хороший аппетит, превратите весь этот вздор в суп. Чтобы больше походило на суп, добавьте сюда еще куриный или говяжий бульон. Поджарьте черствый хлеб, положите в каждую тарелку по куску и налейте в них суп.

Период расцвета консервированных продуктов пришелся на 1950-е годы. Тогда в домах очень много закатывали, и я представляю себе хрупкий комфорт, который давала вера в то, что если и подвал, и кладовка забиты одинаково, земная жизнь довольно сильно напоминает жизнь в раю.

Многие популярные в те времена консервированные продукты имели такой вкус, словно их забальзамировали. Если ваш выбор ограничивается консервированной спаржей, фасолью, шпинатом, кукурузой или морковью, их нужно вернуть к жизни. Слейте жидкость, положите овощи в кастрюлю, добавьте сливочного масла — до четверти веса овощей — варите на слабом огне 15 минут, затем взбейте в кухонном комбайне и положите на тост или ешьте с крекерами.

Однако консервированную стручковую фасоль можно превратить в очень убедительный, чудесный теплый и острый салат.

Получится вроде той стручковой фасоли, которую вы иногда берете в китайском ресторане: мягкая, морщинистая, местами приятно обуглившаяся. Я считаю, что это очень вкусно.

Острая стручковая фасоль



1 банка консервированной стручковой фасоли (450 г)

1 зубчик чеснока

½ стакана обжаренного миндаля

1 столовая ложка оливкового масла

2 чайные ложки хлопьев перца чили

2 чайные ложки красного винного уксуса

½ чайной ложки соли

Слейте жидкость и промойте стручковую фасоль. При помощи кухонного комбайна или ступки измельчите чеснок в кашицу, затем измельчите миндаль, добавьте к чесноку. Масса не обязательно должна быть однородной, вполне допустимы кусочки орехов и чеснока разного размера.

Разогрейте в воке или в глубокой сковороде масло. Когда оно задымится, выложите фасоль одним слоем. Готовьте 30–60 секунд на сильном огне, не переворачивая, пока не увидите, что фасоль начинает подгорать. Переверните фасоль лопаточкой. Добавьте хлопья чили. Фасоль по-прежнему должна лежать в один слой, старайтесь тревожить ее как можно меньше.

Когда вторая сторона подрумянится и начнет пузыриться, выключите огонь и добавьте орехи и чеснок. Перемешайте, осторожно, как и прежде, затем добавьте уксус, разбрызгав его по всей поверхности. Еще раз перемешайте и попробуйте, достаточно ли соли.

Подавайте с горячим белым рисом.

Лучше, чем любые другие ингредиенты, выручали меня во время различных бурь консервы из сардин, скумбрии и лосося. В дни, когда кладовая в подвале использовалась в качестве бомбоубежища, котлеты из консервированной рыбы на столе оказывались чаще, чем свежая рыба. Сейчас рыбные котлеты так же вышли из моды, как и бомбоубежища, однако остаются вкусным и полезным блюдом.

Этот рецепт немного лукавит: в нем предполагается, что, не имея лука и сельдерея, вы каким-то образом найдете лимонное сорго, чили и имбирь. Но можно прекрасно обойтись и без них.

Рыбные котлеты



1 стакан консервированного лосося или скумбрии в собственном соку, без жидкости

½ стакана стручковой фасоли, нарезанной на кусочки

¼ стакана вареного турецкого гороха или картофеля, растолченного

1 столовая ложка мелко порубленной свежей кинзы или мяты

½ чайной ложки мелко порубленного свежего имбиря или ¼ чайной ложки имбиря сушеного

½ чайной ложки мелко нарезанного лимонного сорго

¼ чайной ложки мелко нарезанного свежего чили или ⅛ чайной ложки хлопьев чили

1 яйцо

¼ стакана мелких панировочных сухарей, свежих или обжаренных

½ чайной ложки красного винного уксуса

оливковое или арахисовое масло для жарки

Сложите все ингредиенты, кроме масла, в миску. Вкус котлет проявится только после приготовления, поэтому не пробуйте смесь на вкус с точки зрения количества соли или

уксуса, пока не будет готова первая котлетка. Разогрейте столовую ложку оливкового или арахисового масла в сковороде с антипригарным покрытием, пока оно не начнет шипеть в момент, когда вы дотронетесь до него краем котлеты или комочком смеси. Слепите первую котлету и попробуйте пожарить, чтобы увидеть, не развалится ли она. Когда она поджарится, попробуйте, достаточно ли приправ и соли. Если нужно, добавьте больше панировочных сухарей, соли или уксуса.

Слепите круглые котлеты и сложите их на тарелку. Укладывайте на сковороду так, чтобы они не слипались друг с другом. Готовьте, пока первая сторона не станет золотисто-коричневой. Как можно увереннее переверните их и поджарьте вторую сторону. Пока жарятся остальные котлеты, готовые держите на тарелке, застеленной бумажным полотенцем.

Сделайте соус, в который будете обмакивать котлетки, из $\frac{1}{2}$ чайной ложки сахара, $\frac{1}{4}$ стакана белого винного уксуса, 1 чайной ложки рыбного соуса и мелко нарезанного чили.

Консервированные продукты кажутся антитезой идеи салата. Однако как-то я приготовила такой салат из ингредиентов, обнаруженных в наборе повара на случай землетрясения, и оказалось, что он очень хорошо восстанавливает силы.

Случаются дни с такой плохой погодой, когда здоровое блюдо из турецкого гороха может не сработать. Тогда я обращаюсь к стратегическому запасу консервов, хранящихся у меня на случай крайне сурового поведения природы, хотя его состав и может показаться вам несерьезным.

Салат на случай стихийного бедствия



1 банка побегов бамбука, без жидкости, нарезанных кружочками

1 банка артишоков, без жидкости, разрезанных на четыре части

1 чайная ложка дижонской горчицы

1½ чайной ложки красного винного уксуса

1 чайная ложка хрена

1 чайная ложка молотого черного перца

2 чайные ложки оливкового масла

соль по вкусу

Хорошо перемешайте и надейтесь на лучшее.

Моя слабость — жестянки и стеклянные банки с экзотическими продуктами. Я могу устоять перед искушением купить дорогое масло или соль, но сдаюсь при виде баночек с каракатицами, консервированными в их собственных чернилах; итальянскими фигами в меде и вине; террина из печени морского удильщика; крошечных детенышей морских угрей. У меня есть красная овальная банка итальянских сардин, практически антикварная. У меня есть соблазнительно неприметная банка в форме эллипса из Франции, на которой указан состав продукта: гусиная шея, черные трюфели и паштет. Я покупаю больше черной икры, чем могу себе позволить.

Быть подготовленным к непрактичному обеду так же мудро, как и к практичному. Если что-то пошло так хорошо или так плохо, что приемлемым кажется лишь тост со сливочным маслом и каракатицей, если у вас в кладовке, конечно, имеется в запасе несколько приятных и необычных банок — откройте одну из них и будьте одинаково готовы и праздновать, и выживать.

Глава 18

Как продлить лето

Наш страх смерти подобен боязни того, что лето будет коротким. Но если мы познаем удовольствие, вкусим фруктов и перенесем зной, то сможем сказать, что жили.

Ральф Уолдо Эмерсон, «Дневники», том 8

Люди, выросшие в семьях, где мариновали овощи, вспоминают — и взгляд их светлеет — тот стук крышек о керамические кувшины всю ночь напролет, когда огурцы и зеленые помидоры начинали свое превращение из свежих овощей в маринованные. Те же старожилы говорят, что никогда не забудут, как прабабушка мешала в тазу пузырящееся варенье и как пахли карамелизованные фрукты.

Когда-то консервирование было неотъемлемой частью жизни. Выбирали день, собирали овощи и фрукты, мыли банки. В маленьком обветшалом домике запускалась машина по нарезке, чистке, маринованию, засолке, кипячению — это, как тогда говорили, заготавливали продукты на зиму.

С тех пор как мы перестали регулярно заниматься домашним консервированием, этот процесс — засолки или замачивания чего-то в уксусе, варки фруктов до того, как они начнут портиться, наполнения банок спелыми овощами и хранения их на полках — стал ассоциироваться у нас с обязательством, которое можно не выполнять.

Но знание даже самых простых способов консервирования позволяет получить достойные результаты, но без былой спешки и размаха.

Хотя теперь свежие овощи есть круглый год, те, что выращены вами, вашим соседом или просто в вашей местности, доступны лишь летом — если только не знать, как легко сделать кастрюлю рассола с уксусом, нарезать овощи и кинуть их туда. Это не так романтично, как

бабушкины кувшины, зато маринованные огурцы получаются легко и быстро. Самое простое — просто залить овощи уксусом, посолить и поставить в холодильник.

Без маринованного перца чили жизнь моя была бы не столь ярка. Я покупаю свежий чили всякий раз, когда он попадается мне на глаза. И если тороплюсь и не в настроении по-настоящему готовить его, то быстро режу на кружочки, укладываю в стеклянную банку, нагреваю в кастрюле простой уксус и заливаю им перец.

Это может быть как обычный халапеньо, так и смесь перца чили разных цветов, размеров и форм. Помойте и нарежьте его кружочками, кроме самых острых видов — шотландского боннета или тайского «птичьего глаза», неприкрытую жгучесть которых будет ужасно трудно смыть с рук. Плотно уложите нарезанный перец в прозрачную банку, и, когда она будет попадаться вам на глаза, яркая и манящая, вы станете думать о том, как бы приготовить рис, или сварить яйцо, или разогреть фасоль, чтобы положить туда этот перец.

Это самые настоящие маринованные овощи, они несут в себе истинный дух маринованных овощей, то есть не просто выращенных в этом сезоне, но заряженных уксусом, ярких и бодрящих, острых и кислых, способных вдохнуть в вас энергию. Уксус из банки с маринованным перцем чили творит чудеса при добавлении в тушеные овощи и зелень; это тот самый «перечный уксус» кухни Юга, который встречается там на столах, а еще его можно тайно добавлять в миску с капустой или с макаронами, приготовленными с луком.

Если у вас есть еще несколько минут или других овощей, помимо чили, сделайте быстрый перечный рассол.

Налейте в кастрюлю воды и уксуса в пропорции 1:1,5 и доведите до кипения. На каждые четыре стакана жидкости добавьте четверть стакана соли и столько же сахара и кипятите на слабом огне, пока соль и сахар не растворятся. Или вообще не пользуйтесь мерками и добавьте столько соли и сахара, сколько нужно для того, чтобы рассол имел вкус, которого вы хотите добиться от овощей: сильный, соленый или лишь слегка сладковатый.

Такой рассол — лучшее место наряду с коктейлями, куда можно добавлять жидкость из банок из-под каперсов и других маринованных овощей. Если у вас есть такие банки, или перелейте из них жидкость в

свой рассол, или слейте жидкость из всех банок, нагрейте и добавьте соль, сахар, воду либо уксус, чтобы ее вкус вас устраивал.

Приготовив рассол, замаринуйте лук в одной банке с чили. Тонко нарежьте одну луковицу на две банки с чили и распределите кольца между колечками перца. Залейте банки рассолом. Через несколько дней лук приобретет вкус чили и станет очень острым, его можно будет использовать вместо перца. В вашем холодильнике круглый год может стоять одна бездонная банка с маринованным чили. Когда в ней уменьшится количество рассола или перца, просто добавьте или того, или другого. Так можно делать до тех пор, пока рассол не помутнеет или не станет невозможно острым.

Мне кажется, что есть овощи, которые вкуснее в замаринованном, чем в свежем виде. Если бы мироздание стремилось к совершенству, окра и стручковая фасоль, вырастая из семени, превращались бы в плод, полный уксуса и соли. Когда летом появляется молодая окра и крепкая стручковая фасоль, я покупаю их в огромных количествах, несу домой и там делаю то, чем следовало бы заняться природе, если бы ее меню уже не было таким разнообразным.

Иногда я мариную редиску, зеленые помидоры, маленькие симпатичные кочаны капусты, пучки сельдерея и стебли зелени. Редиску и зеленые помидоры режете дольками, все остальное — так, чтобы плотно входило в банки. Если есть, добавьте чайную ложку семян фенхеля, половину чайной ложки семян кориандра, лавровый лист и несколько свежих или сушеных чили. А еще я добавляю целый зубчик чеснока, потому что бросить в «Кровавую Мэри» маринованный чеснок несказанно приятно.

Положите овощи в стеклянные банки, залейте горячим рассолом и плотно закройте крышками. В холодильнике они могут храниться несколько месяцев. Если хотите хранить маринованные овощи вне холодильника, следуйте [инструкции для помидоров](#).

Я никогда не пыталась приготовить желе, потому что процесс его приготовления кажется мне слишком сложным. Зато из всего, что встречается на моем пути, я варю компот.

Мой самый любимый получается очень похожим на мармелад. Он одновременно горьковатый и сладкий, а поскольку в него идут не

столько ягоды и мякоть, сколько кожура, вы можете использовать то, что в противном случае выкинули бы.

Горько-сладкий компот



*1,5–2 кг красных апельсинов (королек), обычных
апельсинов (навель) и грейпфрутов в любой пропорции
2 стакана воды
1 стакан сахара*

Вымойте цитрусовые и очистите половину из них при помощи специального ножа. Нарежьте кожуру очень тонкими узкими полосками и положите в небольшую кастрюлю, налив воды и добавив сахар. Доведите до кипения, затем уменьшите огонь. Варите на слабом огне полчаса, пока жидкость не станет походить на сироп, если капнуть ее на тарелку. Выключите огонь. Очистите оставшиеся цитрусовые, удалив также горькую белую рыхлую мякоть. Нарежьте их острым ножом, удалив мембраны. Это грязная работа. Когда разделите на части все фрукты, смешайте их с цитрусовым сиропом.

Единственный вид консервирования, к которому я подхожу серьезно, — это консервирование помидоров.

Я закрываю их в банки, как бабушка, возлагавшая большие надежды на ферментированные овощи и кастрюли с кипящими фруктами. Причем закрываю достаточно много для того, чтобы есть выращенные в наших краях помидоры всю холодную зиму, типичную для северо-востока США, и могу подарить баночку всякому, кто проявит к ним интерес. Я делаю это, словно пытаюсь остановить лето, и в каком-то смысле мне это удается.

Чтобы законсервировать помидоры, их нужно покупать у фермеров на местном рынке очень зрелыми, то есть ближе к концу сезона.

Берите их ящиками. Так будет дешевле. Из двух ящиков свежих помидоров получается двенадцать-пятнадцать литровых банок консервированных. Подойдут любые помидоры, в которых много мякоти и мало семян. Мне нравятся помидоры сорта «Римские» и «Ранняя девочка», идеально круглые.

Потом зовите побольше гостей, только скажите, чтобы принесли пиво, хлеб, сыр и стеклянные банки.

Вскипятите две большие кастрюли с водой — одну для банок, другую для помидоров. Простерилизуйте банки в посудомоечной машине без моющего средства или в одной из кастрюль, вода в которой почти закипела, опуская туда по несколько штук сразу примерно на десять секунд. Вынимайте банки из кастрюли кухонными щипцами и ставьте на чистое сухое полотенце. То же самое нужно проделать с крышками и резиновыми кольцами-уплотнителями. Сложите все стерилизованные банки и крышки в одном месте и оставьте кипеть воду в кастрюле.

Рядом со второй кастрюлей поставьте большой контейнер с ледяной водой и большую миску. Кладите в кипящую воду по три-пять помидоров одновременно. Пусть они полежат там тридцать секунд, пока их кожа не начнет лопаться. Вообще цель — не сварить помидоры, а облегчить их чистку. Выловите помидоры и опустите их в ледяную воду.

Поставьте кого-нибудь у контейнера с ледяной водой, чтобы он снимал с помидоров кожицу, а очищенные плоды складывал в отдельную миску. Если вы планируете в следующие несколько дней готовить мясо или овощной бульон, не выбрасывайте кожицу от помидоров. Добавьте ее в блюдо вместе с остальными овощами.

Плотно уложите помидоры в банки. Я часто добавляю в каждую банку веточку базилика и зубчик чеснока. Но это несет определенный риск заражения бактериями. Могу советовать только с точки зрения вкуса — он великолепный — и везения (пока везло). Уплотните помидоры при помощи лопатки, но не сдавливайте их. Между помидорами и крышкой должен остаться зазор в 2–3 см. Вытрите крышку полотенцем и закройте банку.

Осторожно опустите банки в кипящую воду. Температура содержимого и воды в кастрюле должна быть примерно одинаковой.

Чем горячее помидоры, тем должна быть горячее вода. Если банки не горячие, а теплые, вода должна лишь слегка побулькивать; постепенно доведите ее до полноценного кипения только после того, как банки окажутся в ней.

Если банка лопается в момент опускания в кастрюлю, значит, вода в кастрюле горячее ее содержимого. Выньте из кастрюли остальные банки. Выньте осколки стекла. Вымойте кастрюлю, вновь наполните водой и вскипятите ее. У меня лопается в среднем одна банка в сезон. Это бывает с каждым. Если случится и с вами, не сдавайтесь.

Есть специальная подставка в кастрюлю, предназначенная для банок и не позволяющая им стукаться друг о друга. Если у вас нет такой подставки, можно положить в кастрюлю несколько кухонных полотенец.

Когда банки оказались в кастрюле, доведите воду в ней до кипения и оставьте на слабом огне на сорок минут. Затем аккуратно вытащите банки кухонными щипцами и оставьте остывать на полотенце.

Чтобы крышка закрылась герметично, требуется несколько часов. Точное время знают только сами крышки. Когда это произойдет, вы услышите тихий хлопок. Если вы закрывали банки вечером, ложитесь спать с открытой дверью в кухню. Всю ночь вы будете слышать, как из банок выходит последний воздух и как тихонько хлопают крышки на них.

Если к утру какие-то банки не закрылись, вы поймете это, нажав на крышки, которые у закрытых банок окажутся твердыми и слегка вогнутыми внутрь, — поставьте их в холодильник и съешьте помидоры в течение следующей недели.

Если хотите замариновать огурцы для хранения без холодильника, поступайте точно так же: закладывайте в стерилизованные банки, заливайте рассолом, ставьте в кастрюлю с водой такой же температуры, как и содержимое банок, и кипятите на слабом огне в течение 20–30 минут.

Замаринованные таким образом огурцы и помидоры не портятся годами, но лучше хранить их в недоступном для света месте.

У маринованных собственноручно огурцов очень знакомый, с детства привычный вкус. Помидоры в стеклянных банках — это просто божественно. На самом деле вы консервируете память о

радостном моменте. Это повод сказать себе: из всего преходящего я сохраню именно его. Это ясное напоминание, пусть и при помощи вкусовых ощущений, о том, где, когда и как вы жили.

Глава 19

Как выпивать за СВЯТЫХ

*Мы не пропускали ни одного церковного праздника:
выпивали за каждого святого, правда, никогда не ходили
к обедне.*

Билл Нил «Книга Билла Нила о кухне Юга»

Мы переживаем о том, как лучше накормить гостей, но есть один простой успокаивающий факт: никто не приходит на ужин ради того, что вы приготовили. Да, все мы испытываем голод и жажду и поэтому радуемся, что об этом подумали и подготовились к нашему приходу. Но приходим мы ради возможности поднять глаза от тарелки и сказать «спасибо». Ради признания этих общих для нас потребностей приходим мы, когда нас зовут.

Мой отец не мог даже воды для чая вскипятить и хлеб для тоста поджарить, но слыл гостеприимным хозяином, потому что угощал каждого, кто задерживался у него дольше, чем почтальон. (И даже почтальон, выходя от него, мог дожевывать египетскую оливку.)

Предлагайте какую-нибудь закуску всякому, кто переступает порог вашего дома. Не нужно ничего сложного. Поставьте тарелку с разрезанными пополам и охлажденными редисками, блюдечко с солью и еще одно — с растопленным сливочным маслом. Пусть гости мажут редиску маслом, посыпают солью и едят. Или предложите им тарелку с нарезанным дольками фенхелем. Или нарежьте небольшими кусочками морковь и сельдерей, замаринуйте их и подайте со сливочным маслом и крекерами.

Если у вас есть оливки, подойдите к ним творчески. Слейте жидкость, положите оливки в небольшую кастрюлю с апельсиновой или лимонной кожурой, чайной ложкой хлопьев чили, щепоткой семян фенхеля и толикой хорошего оливкового масла. Подавайте теплыми.

Вы проявите величайшее гостеприимство, признав то, что мы никогда не говорим: у всех у нас постоянно сосет под ложечкой, хотя предполагается, что голодными мы бываем всего три раза в день. Если человек, переступивший ваш порог, съест предложенную оливку, это не помешает ему вне вашего дома поест трижды в день, как и положено.

Мудрая поговорка гласит, что съеденная спокойно корка хлеба лучше, чем банкет, проведенный в тревоге. Если за стол вы сядете с кем-то вдвоем, довольно легко приготовить даже ваши фирменные отбивные из нежной розовой баранины с жареным картофелем — они должны подаваться горячими, с небольшой горкой припущенного шпината. Но если вы готовите на восемь человек и восемь бараньих отбивных не входят на сковороду одновременно, вы начнете нервничать у плиты, жарить их партиями, надеяться, что мясо из первой партии останется нежным и розовым, и торопиться с последней партией, чтобы успеть закончить вовремя, и в итоге вы будете чувствовать себя припущенным шпинатом, в то время как все остальные наслаждаются хрустящими овощами и оливками.

Один из самых расслабленных и приятных ужинов, на которых я была, состоялся в доме одной превосходной поварахи. Она сервировала стол и поставила на него тушеные ребра, зеленую фасоль и картофельное пюре, и все это ждало нас в столовой целый час, пока мы в гостиной пили вино, закусывая его пармской ветчиной.

Поскольку все, включая сервировку стола, было сделано заранее, хозяйка выглядела абсолютно безмятежной. Она спокойно сидела с нами, пока мы медленно потягивали вино и разогревали свой аппетит. Один из гостей вылил целый стакан красного вина на красивое покрывало, но хозяйка лишь рассмеялась и унесла его в другую комнату.

Не обязательно давать еде стынуть на столе, но приготовить ее заранее стоит. Она может спокойно подождать начала ужина, позволив и вам спокойно ждать его начала, вместо того чтобы в тревоге метаться по кухне.

Лучше всего в этом смысле подходит мясо медленного приготовления. Оно может стоять в духовке до последнего, причем будет выглядеть очень аппетитно, нарезанное ломтями и небрежно

выложенное на поленту, или на пюре из сладкого картофеля, репы или обычного картофеля. Все эти гарниры тоже могут быть приготовлены заранее и ждать своего часа в кастрюле, их останется лишь разогреть в нужный момент.

Это блюдо, наверное, самое вкусное, что можно сделать из этих ингредиентов. Молоко в процессе приготовления превращается в золотистый творог, странный на вид и божественный на вкус.

Свиная лопатка, тушенная в молоке с чесноком, шалфеем и лимоном



*1 свиная лопатка без кости от гуманно выращенной
свиньи (примерно 2,5 кг)*

много соли

2 столовые ложки оливкового масла холодного отжима

3 столовые ложки сливочного масла

6 очищенных зубчиков чеснока

2 веточки чабера

2 веточки шалфея

1 лавровый лист

нарезанная полосками кожура 4 лимонов

3 стакана цельного молока

*Свиная лопатка, возможно, будет продаваться в обвязке.
Готовьте ее как есть.*

Накануне посолите мясо в пять раз сильнее, чем обычно.

Нагрейте духовку до 160 градусов.

*Нагрейте глубокую сковороду, пригодную для
использования в духовке, налейте в нее оливковое масло и
положите половину сливочного. Когда масло перестанет
пениться, положите свинину и поджарьте ее с двух сторон.
На каждую сторону нужно до 5 минут.*

*Выньте свинину из сковороды. Положите туда
оставшееся сливочное масло, чеснок, чабер, шалфей,*

лавровый лист, лимонную кожуру и подогревайте в течение нескольких минут. Верните в сковороду свинину, добавьте 1½ стакана молока и доведите его до кипения. Уменьшите огонь, неплотно прикройте крышкой и поставьте в духовку. Проверяйте готовность мяса каждые полчаса, время от времени его переворачивая.

Когда молоко испарится, подлейте половником еще. Когда свинина приготовится, а объем молока уменьшится, оно начнет карамелизоваться в золотистое подобие творога. Мясо должно готовиться 4–5 часов, пока не станет нежным, а жидкость — густой и золотисто-коричневой.

На поверхности блюда образуется невероятное количество жира — это жир из свинины и из молока. Если собираетесь подавать мясо к столу сразу, снимите этот жир. Если готовите заранее, то поставьте свинину в холодильник, покрытую слоем этого жира, и удалите его перед тем, как разогревать мясо.

Разогревайте свинину при 150 градусах, пока она не станет горячей. Если свернувшееся молоко еще не приобрело густой коричневый цвет, выньте свинину из сковороды, а молоко продолжайте уваривать на слабом огне на плите, чтобы оно карамелизовалось. Выключите огонь и верните свинину в кастрюлю.

Перед подачей на стол снимите с мяса бечевку и нарежьте его поперек волокон толстыми ломтями. Подавайте с золотистым соусом и полентой или овощами — толчеными или в виде пюре.

Или поджарьте или сварите курицу, это тоже можно сделать заранее. Жареная курица может лежать как есть, довольная и румяная, а вареная — подождать в кастрюле, в бульоне, до тех пор пока гости не увидят их и не поймут, что проголодались.

И то и другое мне нравится комнатной температуры. Если же хотите подать курицу горячей, разрежьте на несколько частей, после

чего, если курица жареная, положите их в сковороду кожей вверх и добавьте жира и немного бульона, а если вареная, то верните в кастрюлю, в бульон. Подогрейте на плите или в духовке и подавайте к столу.

Даже если все блюда готовы и ждут своего часа и у вас есть время присесть и пригладить волосы, оставьте незаконченными небольшие простые дела. Например, оборвать листья петрушки и мяты со стеблей. Или, если ваш гость любит повозиться на кухне, поручите ему добавить оливкового масла в винегрет, который вы начали готовить. Я открываю разве что первую бутылку вина, но обычно передаю штопор и вино кому-то еще. То же самое касается хлеба — поручаю нарезать его одному из гостей. Людям нравится, когда есть чем заняться. А если ваши гости готовят нечасто, от возни с петрушкой они получают не меньшее удовольствие, чем от вашей стряпни.

Очень хорошо, если вы можете ответить «да» на вопрос гостей, могут ли они вам чем-нибудь помочь. Позволив им измельчать зелень и резать хлеб, а не просто отнести салат, вы превращаете свою кухню во вселенную, где можете сами отдавать и других просить о помощи. А чем больше мест с такой атмосферой мы найдем или создадим, тем лучше.

Что касается внешнего вида блюд, меня заботит то, как они выглядят, но не сильно. Я человек практичный. Если край миски измажется, я его вытру. И не буду носить по много посуды за раз, рискуя споткнуться. Я редко раскладываю еду по тарелкам еще в кухне, потому что сервировка и еда — это единое действие, и когда я в самый последний момент разделяю его на два, торопливо пытаюсь придать содержимому тарелок идеальный вид, то выпадаю из трапезы в самый неподходящий момент.

Я убеждена: то, что я подаю на стол, должно выглядеть прекрасно, но лишь в соответствии с моими вкусами и приоритетами.

Все мои блюда обычно посыпаны зеленью (особенно если мне приходится три раза надрезать курицу, проверяя, готова ли она). Я не стремлюсь к тому, чтобы куски мяса или овощей лежали на блюдах идеальными веерами, потому что в моем доме нет ничего идеального. Какого-то определенного порядка нет: там я могу положить свернутый капустный лист, здесь на рисе будут лежать несколько обжаренных

орешков. Больше всего мне нравится, когда ингредиенты на тарелке выглядят так, словно только что встали с постели и вдруг оказались в самом центре событий.

Мне нравится подавать еду по-семейному. Приятно положить помидор на тарелку соседа. Это привязывает вас к нему как минимум на время ужина, облегчает общение и улучшает атмосферу.

Но, естественно, вы — это не я, и то, как вы накрываете на стол, определяется вашим настроением, а не этой книгой. Если вам нравится симметрия, выравнивайте все, что находится на столе. Если вы предпочитаете раскладывать еду по тарелкам вне стола, пожалуйста, делайте это, повинаясь порыву своей души и наполняя их тем, что вы хотите предложить гостям. Помните лишь одну вечную истину: важно то, что вы ухаживаете за ними. А чем именно их угощаете, значения не имеет.

Глава 20

Как заканчивать

*То, к чему стремишься ты, кончается в начале и
начинается в конце.*

Райнер Мария Рильке, «Сонеты к Орфею», часть 2, XII

Трапеза запоминается по ее последнему аккорду. Если мы насытились, наши сердца и желудки полны, мы чувствуем умиротворение и легкую тревогу. Беседа замедляется, за окном сгущается ночь. То, что казалось бесконечным, похоже, определенно близится к концу.

Я всегда признательна за возможность посидеть за столом чуть дольше, чем принято; и пусть трапеза должна рано или поздно закончиться, мне легче отметить это еще одним вкусовым ощущением, чем гораздо менее приятным звуком гонга.

Но если ужин действительно удался, то, слушая, как венчик взбивает в миске сливки, я думаю, что с радостью отказалась бы от золотого кусочка кекса, маленьких фигов и холодных взбитых сливок, если бы можно было просто сидеть там, где, когда и с кем я сейчас. Если бы только этот ужин мог продолжаться вечно и мне не нужно было бы ставить эту маленькую, но явную точку в его конце, как бы говорящую «вот и все, дорогой».

Но раз трапеза не может продолжаться вечно, я прошу только об одном — чтобы ее последний аккорд не был слишком резким.

Мне нравятся десерты, оставляющие место вкусам и запахам блюд, которые были до них, позволяющие им слабо звучать, а не стихать, в новых границах. Я предпочитаю не очищать свою ментальную тарелку. Десерт должен по-доброму отнестись к моему текущему состоянию: к тому, какие вкусы были у меня на языке, сколько я съела и чего.

Хороший десерт не требует от своего создателя огромных усилий. Известный повар восемнадцатого столетия Мари-Антуан Карем называл искусство делать десерты «основным направлением архитектуры».

Десерты, которые получаются у меня, так же похожи на архитектурно совершенные торты и выпечку, о которых говорил он, как мой сделанный из винных ящиков книжный стеллаж — на великолепную Нью-Йоркскую публичную библиотеку. Книги есть и там, и там, обеспечивают меня чтением и нравятся мне одинаково сильно, разве что мой шаткий стеллаж всегда у меня под рукой.

Если хотите испечь десерт, выберите что-то простое. Это возможно, и если только вы не пытаетесь забить вкус блюд сахаром и кремом, а всего лишь изящно закончить трапезу, лучше всего подойдут именно непритязательные кексы и печенье.

Вот рецепт кекса, который мне нравится за то, что он не очень сладкий, и мне не приходится жалеть о том, что уже унесли салат. В нем нет слоев, его не нужно замораживать, нечему ломаться и протекать. Входящее в состав теста оливковое масло прощает неточности измерения и не требует определенной температуры во время замешивания.

А разогретый наутро кусочек такого кекса, намазанный джемом, станет отличным завтраком.

Розмариновый кекс

(по мотивам рецепта из книги «Готовим руками» Пола Бертолли^[63])



8 яиц

1½ стакана нерафинированного сахара

1 ⅔ стакана оливкового масла

4 столовые ложки мелко нарезанного свежего

розмарина

3 стакана муки

2 столовые ложки разрыхлителя

1 чайная ложка кошерной соли

Разогрейте духовку до 160 градусов.

Смажьте ее сливочным маслом и посыпьте мукой форму для кекса в виде кольца, лишнюю муку стряхните.

Взбивайте яйца ручным миксером на протяжении 30 секунд. Медленно добавьте сахар и продолжайте взбивать, пока смесь не станет воздушной и очень бледной. Продолжая взбивать, влейте оливковое масло. Лопаточкой вмешайте розмарин.

В отдельной миске размешайте муку, разрыхлитель и соль. Переведя миксер на низкую скорость, постепенно высыпьте эту смесь в миску со взбитыми яйцами. Выложите тесто в форму.

Выпекайте 45–50 минут, периодически поворачивая форму на пол-оборота. Кекс будет готов, когда станет золотисто-коричневым и будет пружинить при нажатии на него, или когда спичка, вставленная в его центр, окажется чистой. Дайте кексу немного остыть в форме, а затем переложите его на дощечку, где он остынет.

Этот кекс вкусен сам по себе или в сочетании со взбитыми несладкими сливками или восхитительно богатым на вкус мягким итальянским сливочным сыром маскарпоне.

Еще стоит иметь в своем арсенале итальянское печенье «брутти ма буони»^[64] (название переводится как «страшные, но хорошие»), во-первых, потому что разочарование или удовлетворение по большей части основаны на ожиданиях, и в данном случае ваши намерения должны быть предельно ясны; во-вторых, потому что на самом деле они не страшные, а всего лишь крайне простые, но при этом очень легкие и вкусные.

Печенье «Брутти ма буони»



Белок 6 яиц

*3½ стакана смеси из обжаренного фундука и миндаля,
измельченных в кухонном комбайне до состояния пудры*

1 ⅔ стакана сахарной пудры

2 капли ванильного экстракта

по маленькой щепотке молотой корицы и кориандра

Разогрейте духовку до 160 градусов. Взбейте яичные белки до белой пены и осторожно всыпьте все остальные ингредиенты. Положите пергаментную бумагу на противень. Разложите на него кусочки теста размером с грецкий орех, оставив между ними достаточно свободного места. Выпекайте 30 минут, если хотите упругое печенье, и 40 — чтобы получилось хрустящее. Дайте полностью остыть на противне. Печенье очень хорошо сочетается с десертным вином.

Если хотите чего-то шоколадного, сделайте сочный кекс, который мама пекла, когда я была маленькой, причем часто уже во время ужина, пока мы убрали посуду со стола.

Брауни Эми



120 г горького шоколада

110 г сливочного масла

3 яйца

2 стакана сахара

2 чайные ложки ванили

1 стакан муки

кусочки шоколада или грецкие орехи

Разогрейте духовку до 180 градусов. Смажьте маслом форму размером 30 на 20 см. Растопите шоколад и сливочное масло в миске, установленной над небольшой кастрюлей с кипящей водой. Извлеките миску из воды и дайте остыть в течение 5 минут. Разбейте в миску яйца по одному за раз, взбивая миксером. Добавьте сахар и ваниль, взбивайте, пока смесь не станет однородной, затем добавьте муку. Распределите тесто в форме и посыпьте шоколадными чипсами, грецкими орехами или чем-то еще из того, что под рукой. Проверьте готовность через 20 минут. Через 25–30 минут кекс точно должен быть готов.

Один из лучших видов десерта — фрукты. Это шанс для повара и едоков прийти к согласию и закончить трапезу вместе. Подавайте фрукты целиком. Пусть гости сами решают, есть их так или резать на части. Пусть почувствуют вибрацию их энергии, вкус и запах свежести, пусть пробуют их сами и угощают друг друга.

Если на улице весна, положите в большую миску горку спелых абрикосов или яркой красной черешни — черешню я люблю комнатной температуры. Летом подайте персики или сливы или фиги, фиги, фиги. Или нарежьте толстыми ломтями арбуз.

Фруктов в миске должно быть с избытком. Все, что не съедено сегодня, можно съесть завтра. Да и потом, когда фруктов так много, что каждый может взять, сколько захочет, никто не усомнится в вашей щедрости.

Если же стоит зима, медленно подогрейте сушеные фиги или чернослив с небольшим количеством сахара и палочкой корицы в сладком вине вроде портвейна или в бренди. Когда вино нагреется, оставьте в нем сухофрукты примерно на час, пока они не расправятся, огонь сделайте слабым или вовсе выключите. Достаньте фрукты, а вино дайте постоять десять минут, чтобы превратиться в сладкий густой сироп. Подавайте фрукты в маленьких мисках или чайных

чашках с маскарпоне, или уже остывшие в виде пьянящего компота с ванильным мороженым.

Или подайте маленькие кусочки того же хлеба, который был на ужин, сплюснутые на горячем противне при помощи второго противня или сильно разогретые на сковороде, положив на них ложку рикотты, крупно нарезанный обжаренный миндаль или фундук и полив медом.

Или разогрейте куски багета, сделав из них маленькие сэндвичи с квадратиками горького темного шоколада, такого же крепкого и бодрящего, как кофе. Намажьте один кусочек багета холодным маслом, бросьте на него несколько крупинок соли, затем положите шоколад и закройте вторым кусочком, после чего прижмите сковородой.

Или обойдитесь без разогрева и намазывания: купите несколько плиток темного шоколада, наломайте их на большие квадраты, сложите горкой на блюде и подайте гостям, предложив каждому стаканчик виски, что позволит всем выбрать что-то по душе и несколько смягчит боль расставания.

Существует старая британская традиция — в конце трапезы подавать что-нибудь пикантное. Это своего рода щит против насмешки десерта. Возможно, пикантный кусочек сможет смахнуть налет печали, которым окрашено окончание ужина? Мне нравится эта традиция. Предложите гостям выдержанный чеддер, расплавленный с пивом, и тосты из черного хлеба, или икру и хлеб с маслом. После чего можно открыть еще вина, и вечер продолжится...



Лучший десерт в своей жизни я попробовала почти десять лет назад в городке под названием Праиано, расположенного в семи милях от горы Позитано, если ехать вниз по извилистой дороге, ведущей к морю.

В конце дороги есть маленькая бухта, где содержит ресторан человек по имени Армандино, помогает ему его дочь. Мы обедали там за столиком, стоявшим на улице, рядом с пирсом, в ясно-голубой весенний день.

Я была с любимым человеком, и как же мы поели! Вначале нам принесли тунца, консервированного в оливковом масле с маленькими

черными оливками и кольцами лука. Потом пасту с крошечными моллюсками в раковинах.

Затем последовало блюдо с жареными морепродуктами: детки осьминогов размером с подушечку моего большого пальца; мальки меньше спички длиной; целые анчоусы; красная кефаль, от головы до хвоста чуть длиннее моей ладони. Все это подавалось с лимоном. После обеда нам принесли твердое ореховое печенье и что-то вроде полузамороженного пудинга. А потом маленькие чашки с черным кофе. После кофе последовал лимончелло — ликер из лимонов, росших на окрестных скалах.

Допив ликер, мы сидели, щурясь от удовольствия и глаза на яркую воду, на птиц, хватавших рыбу у скал и ронявших ее обратно, на рыбацкие лодки, заходящие в соседние бухточки, которые так глубоко врезались в скалу, что мы не видели, куда приставали рыбаки.

А потом к нашему столу приблизился Армандино, неся в руках миску с темными, влажными грецкими орехами еще в скорлупе и двумя бокалами красного вина. Мы объяснили ему, что сыты, да и ехать предстоит далеко. Армандино пристроил бокалы на стол, расчистил между ними место под миску с орехами и под другую миску — для скорлупы. Будет лучше, сказал он, если после обеда вы выйдете из-за стола со вкусом следующей еды во рту.

Мы кивнули, поняв, что он имеет в виду, и начали ломать скорлупу и чистить все еще влажные внутри орехи.

Печенье и лимонный ликер об ужине не говорили ничего, но стоило съесть половинку грецкого ореха и запить ее глотком вина, как нам почудился тихий шепот. Что-то о новом чувстве голода, о другой еде, о поиске места, где можно посидеть и съесть что-нибудь вкусное.

Мы почти не разговаривали — лишь чистили орехи, смотрели, как мелкие кусочки их коричневой кожи разлетаются в стороны, когда кто-то из нас точным ударом раскалывал скорлупу, и медленно потягивали вино. Так, за орехами и вином, совершенно не пьянея, мы и просидели до тех пор, пока не начало темнеть небо и не пришло время отправляться в путь.

Приложение

Еще об исправлении ошибок

Пересушенные свиные отбивные, куриные грудки или стейки можно превратить в маленькие лардоны, немного похожие на кусочки свинины или утки размером с жемчужину, которые подают с жареным рисом в китайских ресторанах.

Хрустящие лардоны



Нарежьте пересушенное мясо маленькими кусочками. Разогрейте 1 столовую ложку сливочного масла и 2 столовые ложки оливкового масла в широкой неглубокой сковороде. Когда масло почти задымится, добавьте кусочки мяса, только оно должно лежать не кучкой, а равномерно распределяться по сковороде. Возможно, придется готовить его партиями. Тогда каждый раз добавляйте немного свежего масла.

Поджарьте с одной стороны. Когда оно подрумянится, кусочки будут легко двигаться по сковороде. Переверните их на другую сторону. Затем извлеките шумовкой или лопаткой и выложите на тарелку, застеленную бумажным полотенцем, чтобы подсушить.

Чтобы использовать их как лардоны, положите мясо еще теплым на салат из твердых овощей, приправленных уксусом. Сверху добавьте яйцо-пашот.

Чтобы подать мясо с жареным рисом, приготовьте рис в соответствии с инструкциями в рецепте [«Тайский жареный рис»](#). Добавьте мясо одновременно с огурцами.

Или превратите их в большую порцию добротной «жарехи» — хэш^[65]. Это хороший выход и в случае, если мясо пересолено.

Хэш из мяса и овощей



30 г сливочного масла или чуть меньше
2 стакана мелко нарезанного пересушенного или пересоленного мяса
 $\frac{1}{3}$ стакана очень мелко нарезанного лука любого цвета
1 стакан мелко нарезанного вареного картофеля
 $\frac{3}{4}$ стакана мелко нарезанных приготовленных овощей, например запеченной свеклы, моркови, цветной капусты или брокколи
соль
1 столовая ложка мелко нарезанной свежей петрушки
по желанию: 1 чайная ложка мелко нарезанного свежего розмарина
1 чайная ложка красного винного уксуса или сок $\frac{1}{4}$ лимона
по желанию: $\frac{1}{8}$ чайной ложки кайенского перца

Разогрейте половину масла в широкой неглубокой сковороде. Приготовьте лардоны.

Шумовкой переложите мясо со сковороды.

В той же сковороде растопите оставшееся масло. Смотрите, чтобы оно не было слишком горячим, иначе лук сгорит. Добавьте лук. Когда он зашипит, распределите его по сковороде и готовьте, часто помешивая, пока не станет мягким. На это нужно 1–2 минуты.

Добавьте овощи и распределите их по поверхности сковороды. Разомните и хорошо перемешайте. Когда смесь зашипит, добавьте мясо и равномерно распределите его. Пусть готовится на среднем огне минуту. Металлической

лопаткой подденьте и переверните содержимое сковороды и оставьте готовиться.

Проделайте так несколько раз, разбивая комочки кромкой кухонной лопатки и снова размешивая. Когда хэш будет похож на то, как по-вашему и должен выглядеть хэш, уменьшите огонь и попробуйте его на вкус. Затем добавьте травы, уксус или лимонный сок и кайенский перец и готовьте еще 30 секунд, не перемешивая. То, что получилось, хорошо подавать с яйцом или любым сливочным сыром, например с козьим, или вместе с салатом.

Полусырое мясо следует снять с костей, положить в кастрюлю с небольшим количеством сливочного масла, лавровым листом и таким количеством куриного бульона, чтобы мясо было едва прикрыто. Варите мясо на слабом огне до полной готовности.

Затем приготовьте большую кастрюлю лапши с маслом. Добавьте к ней теплое, насыщенное бульоном мясо, посыпьте мелко нарезанной свежей зеленью и назовите это «лапша в масле с мясным рагу».

Подгоревшие овощи, которые вы не превратили в баба гануш, могут стать вот таким салатом, чем-то вроде средиземноморского чатни.

Овощной салат с дымком



*2 стакана подгоревших баклажанов, цукини или перцев
оливковое масло*

2 зубчика чеснока, нарезанных пластинками

2½ столовые ложки томатной пасты

2 столовые ложки воды

2 столовые ложки красного винного уксуса

1 столовая ложка светлого или темного изюма

соль

Нарежьте овощи мелкими кусочками и положите их в небольшую миску для смешивания. Если они подгорели в сотейнике, очистите его дно от всего, что к нему прилипло, и дайте остыть.

Положите в сотейник чайную ложку оливкового масла и готовьте чеснок на слабом огне, пока он не начнет становиться мягким. Добавьте томатной пасты и воды и готовьте, пока паста не потемнеет и не начнет карамелизоваться и густеть. Выложите ее в миску с овощами.

Положите в маленькую кастрюлю уксус и изюм. Доведите до кипения, выключите огонь и дайте изюму впитать уксус в течение 5 минут. Выньте изюм и порубите его. Уксус не выливайте. Добавьте изюм и уксус в овощную смесь. Посолите по вкусу. Как вариант добавьте несколько каперсов или оливок.

Подгоревший лук и лук-порей — не столько проблема, сколько удачная ошибка. Если они слишком подгорели, чтобы их можно было использовать, как планировалось, приготовьте одну из этих вкуснейших начинок для сэндвича.

Луковый соус I



Нарежьте подгоревший лук или лук-порей. На 1 стакан лука возьмите $\frac{3}{4}$ стакана майонеза, $\frac{1}{4}$ стакана нарезанных корнишонов или любых маринованных огурцов, любой порезанной зелени, все смешайте.

Луковый соус II



Положите в саше 2 зубчика чеснока, раздавленного в кашицу, 1 лавровый лист и 1 маленькую веточку розмарина. Положите саше в маленький сотейник, залейте двумя стаканами сливок и уваривайте на слабом огне, пока не останется $\frac{1}{3}$ жидкости. Выньте саше и положите в сливки 2 стакана нарезанного подгоревшего лука. Закончите композицию порезанным свежим эстрагоном, петрушкой и шнитт-луком.

Слишком острый или кислый овощной суп или бульон следует считать концентратом карри. Слово «карри» имеет множество значений, и, что бы вы ни начали готовить, получится традиционное для какой-то местности блюдо. Я пробовала карри с изюмом и бананом, карри с орехами, с помидорами, с тунцом и с тыквой.

Адаптированный карри



*$\frac{1}{2}$ стакана мелко нарезанного лука или лука-порея
 $\frac{1}{2}$ стакана тонко нарезанного фенхеля, если он у вас есть
1 зубчик чеснока, тонко нарезанного
1 стручок чили, тонко нарезанный (если проблема не в остроте блюда)
1 столовая ложка орехового масла
 $\frac{1}{8}$ столовой ложки корицы, если блюдо содержит фрукты или орехи
1–2 стакана ингредиента, который нужно исправить
1 банка кокосового молока*

соль по вкусу (если проблема не в соли)

¼ стакана сока лайма (если проблема не в кислоте)

Готовьте в ореховом масле лук, фенхель, чеснок и чили на слабом огне, пока они не станут нежными. Добавьте то, что нужно исправить, хорошо размешайте, затем добавьте кокосового молока. Готовьте на слабом огне, пока масса не станет единой. Проверьте, достаточно ли соли. Добавьте сок лайма. Подавайте со свежей мятой или базиликом, если у вас что-то из этого есть, и рисом.

Пересоленные баклажаны, стручковую фасоль, помидоры, перец, лук, цветную капусту, фенхель, брокколи и цукини следует замариновать в оливковом масле с чесноком и анчоусами. Они превратятся в идеальный вариант итальянских овощей соттолио (дословно «под маслом»). Очень вкусная закуска, если положить ее на горячий тост.

Овощи, маринованные в масле



пересоленные овощи

1 зубчик чеснока

4 филе анчоуса

оливковое масло

Нарежьте овощи кусочками разного размера. Положите их в стеклянную банку вместе с чесноком, филе анчоуса и оливковым маслом так, чтобы оно полностью покрывало их сантиметровым слоем. Пусть постоят сутки, потом попробуйте их на вкус. Блюдо хорошо подходит для сэндвичей и к яйцам всмятку.

Из пересоленной листовой капусты, мангольда и свекольной ботвы хорошо делать соус песто.

Песто из зеленых овощей



*3 стакана пересоленных зеленых овощей, охлажденных
и мелко порезанных*

½ зубчика чеснока

*¼ стакана молотых обжаренных кедровых, грецких
орехов или орехов пекан*

1 стакан свеженатертого сыра пармезан

*оливковое масло, чтобы превратить все это в густую
массу*

*Смешайте ингредиенты в кухонном комбайне, постепенно
добавляя оливковое масло.*

Переваренная морковь, стручковая фасоль и брокколи становятся вкуснейшей начинкой для сэндвичей, особенно с холодным мясом. Еще их можно подавать с крекерами или тостами.

Пикалили, или чоу-чоу, из моркови, стручковой фасоли либо брокколи



2 стакана моркови, стручковой фасоли или брокколи

*1 столовая ложка горчичного порошка или готовой
острой горчицы*

1 столовая ложка маринованного лука или чили

1 столовая ложка нарезанных корнишонов

½ зубчика чеснока, растертого в кашицу

молотый черный перец

*½ столовой ложки красного винного уксуса
сок одного лимона
немного меда
2 столовые ложки нарезанного запеченного перца
1–2 столовые ложки оливкового масла*

Нарежьте овощи. Смешайте с другими ингредиентами. Разложите в стеклянные банки, поставьте в холодильник и ешьте с сэндвичами.

Недоваренные свекла и картофель, слишком хрустящие для того, чтобы использоваться в качестве гарнира, могут быть отличной закуской.

Восточноевропейская приправа из свеклы или картофеля



Тонко нарежьте лук в соотношении 1:2 к недоваренным овощам. Замочите лук в горчице и белом уксусе, смешанных в равной пропорции. Оставьте на 15 минут. Смешайте свеклу или картофель с луком, добавьте горсть нарезанной зелени и 1 столовую ложку нарезанных маринованных овощей. Подавайте вместе с рыбой или курицей в качестве приправы. Как вариант, добавьте 1 столовую ложку сметаны, йогурта или майонеза. Соответственно скорректируйте количество специй.

Недоваренный рис следует превратить в изящные маленькие рисовые крекеры. К ужину они подходят не очень хорошо, зато отлично сочетаются с супом. Поджарьте немного риса в виноградном или арахисовом масле. Дайте маслу стечь, заморозьте и подавайте с супами-пюре.

Переваренный рис становится вкуснейшим пудингом. Если вы недоварите рис, попробуйте исправить ситуацию, продолжив готовить, и в итоге переварите его, тогда вам также пригодится этот рецепт.

Пикантный рисовый пудинг



*¼ стакана мелко нарезанного белого или желтого лука
1 столовая ложка сливочного масла
1 столовая ложка рисового или белого винного уксуса
1 стакан переваренного риса
1–2 стакана куриного бульона
¼ стакана замороженного зеленого горошка, или
кольца лука-шалота, быстро поджаренные в горячем
масле, или тонко порезанный лук-порей, смешанный с
обжаренным арахисом и небольшим количеством уксуса
1 чайная ложка соевого соуса и ⅛ чайной ложки сахара
или ½ стакана тертого сыра пармезан
нарезанная свежая петрушка или другая зелень*

Обжарьте лук в сливочном масле, чтобы он стал нежным. Если хотите, чтобы блюдо казалось азиатским, добавьте уксус, если итальянским — белое вино. Добавьте рис. Добавьте бульона, чтобы больше походило на суп. Разморозьте горох под струей теплой воды, или пожарьте лук-шалот, или нарежьте лук-порей. Попробуйте, достаточно ли соли. Если пудинг азиатский, смешайте соевый соус с сахаром и добавьте в него. Если итальянский — смешайте сыр, петрушку и горох. Подавайте в горячих мисках, с гарниром, поставьте на стол соевый соус или сыр, чтобы можно было добавлять прямо в миску. Если у вас есть жареный лук-шалот, посыпьте им азиатский пудинг.

Переваренный рис или чечевицу следует превратить в оладьи и пожарить в масле. Это действительно вкусный выход.

Рисовые или чечевичные оладьи



Удалите из риса или чечевицы лишнюю жидкость: переложите их в дуршлаг и прижмите руками или кухонным полотенцем. Попробуйте, достаточно ли соли. В сковороде с антипригарным покрытием нагрейте немного оливкового масла. Когда оно станет горячим, слепите оладьи диаметром 5–7 сантиметров и осторожно положите их на горячую сковороду. Уменьшите огонь, чтобы они жарились, но не подгорали.

Жарьте оладьи на одной стороне, пока не заметите, что края их начали подрумяниваться. Старайтесь их сильно не перемещать и не протыкать. Быстро переверните и готовьте на второй стороне, пока они не поджарятся хорошенько.

Если оладьи разваливаются, когда вы их лепите, добавьте в смесь слегка взбитое яйцо. Это работает и в случае слишком клейкого толченого картофеля: вначале слегка обваляйте оладушек в муке, затем опустите во взбитое яйцо, посыпьте панировочными сухарями и жарьте, как описано выше.

Такие оладьи чудесно сочетаются с ложкой крем-фреша или сметаны и порезанным шнитт-луком. Несколько лет назад мне не удался рис, и с тех пор я завела привычку иметь дома икру американского веслоноса — это недорогой и экологичный продукт. Восхитительно сочетается с оладьями!

Из **переваренной фасоли** можно сделать оладьи, как описано выше, или размять еще сильнее с небольшим количеством оливкового

масла — и получится пюре из фасоли.

Пересоленный рис можно сохранить и в небольших количествах добавлять в суп. Если в ближайшее время суп у вас не планируется, заморозьте рис с пометкой «пересоленный». В следующий раз суп недосолите и добавьте в него размороженный рис.

Пересоленную кашу — мамалыгу или поленту — превратите в хрустящую закуску.

Выложите пересоленную кашу на противень или разделочную доску и дайте им остыть. Разделите кашу на небольшие кусочки. Достаньте три тарелки — для муки, взбитого яйца и панировочных сухарей. Обваляйте каждый кусочек в муке, в яйце и в панировочных сухарях и разложите их на воощеную бумагу. Нагрейте в сковороде с длинной ручкой немного арахисового или оливкового масла и обжаривайте кусочки с каждой стороны до тех пор, пока они не станут золотистого цвета. Подавайте с простым йогуртом, смешанным с растертым в кашу чесноком, или недосоленным сальса верде.

Пересоленные макароны нужно смешать с несоленным сливочным маслом и большим количеством свежей зелени: петрушки, розмарина и майорана — и приготовить фриттату. Помните только, что не нужно солить яйца.

Недоваренные яйца можно «вычислить», только очистив одно из них. Если одно явно жидкое, то и остальные из этой партии — тоже. В зависимости от обстоятельств и имеющегося времени я придерживаюсь одной из стратегий: или подаю их как есть, с солью и ложками, в рюмках для яиц, или опускаю те, которые еще не успела очистить, на минуту в кипящую воду. Если успели почистить все, то можно положить их на противень в духовку или в печь для тостов и запекать, пока они не приобретут, как говорит один мой друг,

«большую целостность». При этом на яйцах местами появится интересная обугленность.

Из **переваренных яиц** получится прекрасный яичный салат. Если желток приобрел непривлекательный цвет — стал мертвенно-бледным, — разделите белок и желток, мелко порубите их и положите в миску. Добавьте добрую ложку майонеза, лучше домашнего, если у вас есть время, и по чайной ложке мелко нарезанных каперсов и анчоусов на каждую пару переваренных яиц. Посолите и поперчите салат по вкусу и ешьте на хлебе со сливочным маслом.

Неудачный айоли. Оставьте два стакана айоли. Приготовьте полкило любых макарон в хорошо посоленной воде. Вначале полностью слив с макарон воду, добавьте к ним обратно четверть стакана этой воды, айоли, стакан обжаренных толченых грецких орехов и полстакана нарезанной свежей петрушки. Это роскошная компенсация за неуживчивость яиц и масла. Еще лучше будет, если вы высыплете в каждую миску по полстакана обжаренных панировочных сухарей.

Указатель рецептов

Первые блюда

[Куриный бульон](#)

[Луковый суп](#)

[Минестроне \(фасолевый суп\)](#)

[Овощной суп](#)

[Полентина \(суп из кукурузной крупы\)](#)

[Риболлита \(хлебный суп\)](#)

[Рыбный бульон](#)

[Суп из моллюсков](#)

[Суп из риса с латуком](#)

[Суп с припущенными пряными травами](#)

[Хлебный суп](#)

Вторые блюда

[Адаптированный карри](#)

[Биголи в соусе](#)

[Брандад из белой рыбы](#)

[Брезированное мясо](#)

[Горячая подрумяненная цветная капуста или брокколи](#)

[Жаркое из свиного подчерева](#)

[Запеканка из овощей](#)

[Испанская тортилья](#)

[Каша из гритса или поленты \(кукурузной крупы\)](#)

[Летние овощи и томленное мясо](#)

[Мясные консервы из куриных бедер](#)

[Овощной карри](#)

[Очень острый карри из луфари](#)

[Паста с овощами](#)

[Паста с сардинами](#)

[Паста с турецким горохом](#)

[Пикантная запеканка из рикотты](#)

[Пикантный рисовый пудинг](#)

[Ризотто](#)

[Рисовые или чечевичные оладьи](#)
[Рисовый пудинг](#)
[Рыба жареная](#)
[Рыба запеченная](#)
[Рыбные консервы](#)
[Рыбные котлеты](#)
[Свиная лопатка, тушенная в молоке с чесноком, шалфеем и лимоном](#)
[Свинина жареная](#)
[Тайский жареный рис](#)
[Тако](#)
[Фасоль с яйцом](#)
[Хрустящие лардоны](#)
[Хэш из мяса и овощей](#)
[Цыпленок, запеченный с овощами](#)

Гарниры

[Овощи отварные](#)
[Овощи запеченные](#)
[Артишоки отварные](#)
[Тыква мускатная запеченная](#)
[Лук-шалот, запеченный в винном уксусе](#)
[Сельдерей с лимоном](#)
[Запеченный молодой картофель](#)
[Капуста отварная, запеченная или тушеная](#)
[Запеченные помидоры](#)
[Тушеная квашеная капуста](#)

Соусы

[Айоли](#)
[Банья кауда](#)
[Белый соус болоньезе](#)
[Грибиш](#)
[Луковый соус](#)
[Майонез](#)
[Оливковая паста](#)

[Песто из зеленых овощей](#)

[Релиш](#)

[Сальса верде](#)

[Соус к пасте](#)

[Соус путтанеска](#)

[Тартар](#)

[Укусный соус для барбекю](#)

[Чесночный песто из стеблей, листьев и кочерыжек](#)

Сэндвичи

[Оливковые тосты](#)

[Сэндвичи из Флоренции](#)

[Сэндвичи с жареным сыром](#)

[Сэндвичи с запеченной свеклой](#)

[Сэндвичи с печеной цветной капустой или брокколи](#)

Блюда из яиц

[Омлет 1, 2](#)

[Яйца-пашот](#)

[Яичница](#)

Закуски

[Восточноевропейская приправа из свеклы или картофеля](#)

[Овечий сыр в маринаде](#)

[Овощи, маринованные в масле](#)

[Паштет из куриной печени](#)

[Перец чили маринованный](#)

[Пикалили, или чоу-чоу, из моркови, стручковой фасоли либо брокколи](#)

[Помидоры консервированные](#)

Салаты

[Баба гануш \(салат из зажаренных овощей\)](#)

[Немецкий овощной салат](#)

[Овощной салат с дымком](#)

[Острая стручковая фасоль](#)

[Салат из корнеплодов под соусом ремулад](#)

[Салат из латука](#)

[Салат из охлажденной зелени](#)

[Салат из петрушки](#)

[Салат из риса или чечевицы](#)

[Салат из яблока и полусырых овощей](#)

[Салат на случай стихийного бедствия](#)

[Салат с запеченной цветной капустой](#)

[Свекольный салат](#)

[Тайский салат с жареным рисом \(даарб\)](#)

[Яркий овощной салат](#)

Заправки для салатов

[Заправка «винегрет», основной рецепт](#)

[Острая заправка «винегрет»](#)

[Сливочная заправка «винегрет»](#)

Выпечка

[Брауни Эми \(шоколадный кекс\)](#)

[Открытый пирог \(с любой начинкой\) 1, 2](#)

[Печенье «Брутти ма буони»](#)

[Розмариновый кекс](#)

[Хлеб по рецепту Джима Лэйхи без вымешивания](#)

Напитки

[Горько-сладкий компот](#)

[Лимонад из цедры лимона](#)

Приправы

[Приправа из цедры апельсина](#)

Примечания

[1] Баба гануш — типичная для Восточного Средиземноморья закуска из запеченных баклажанов. Часто баклажаны запекают до пригорелой шкурки или на открытом огне, чтобы блюдо приобрело «вкус дымка». *Прим. ред.*

[2] Фишер, Мэри Франс Кеннеди (Mary Frances Kennedy Fisher, 1908–1992) — выдающаяся американская писательница в области кулинарии, основатель Винной библиотеки Долины Напа. Автор 27 книг, в ее произведениях соединены кулинария, путешествия и мемуары. Основная мысль книг Фишер: хорошая еда — одна из составляющих «искусства жить». *Прим. ред.*

[3] How To Cook a Wolf by Mary Fisher. *Прим. ред.*

[4] How To Cook a Wolf — идиоматическое выражение, по смыслу соответствует русской «каше из топора». *Прим. ред.*

[5] Чайлд, Джулия (Julia Child, 1912–2004) — американский шеф-повар французской кухни, автор книги «Осваивая искусство французской кухни». *Прим. ред.*

[6] Здесь и далее температура в градусах по Цельсию. *Прим. перев.*

[7] Из расчета 1 стакан = 240 мл. *Прим. перев.*

[8] Пекорино (pecorino) — итальянский сыр из овечьего молока; в США чаще используется вареный прессованный сыр пекорино романо, выдержанный не менее пяти месяцев. *Прим. ред.*

[9] Французское традиционное блюдо пот-о-фе (pot-au-feu, «вареное мясо с овощами») подается на стол поэтапно: сначала — миска наваристого бульона с тонким ломтиком поджаренного хлеба и мозговой косточкой и серебряной ложкой, которой извлекают мозг из кости; затем — блюдо с мясом и собственно овощами. *Прим. ред.*

[10] The Cook's Oracle by William Kitchiner — популярная в США и Великобритании в XIX веке книга об экономном ведении домашнего хозяйства и организации питания. В отличие от большинства авторов кулинарных книг того времени, Китчинер сам готовил блюда, рецепты которых приведены в книге, и хорошо понимал проблемы, с которыми сталкивались домохозяйки. *Прим. ред.*

[11] Mere Christianity by Clive Staples Lewis. *Прим. ред.*

[12] Тис, Эрве (Herve This, род. 1955) — французский химик, родоначальник молекулярной гастрономии и автор понятия «молекулярная кухня». *Прим. ред.*

[13] Гамильтон, Габриэль (Gabrielle Hamilton) — хозяйка и шеф-повар нью-йоркского ресторана Prune, который считается одним из лучших в США. Автор мемуаров «Кровь, кости и сливочное масло» (Blood, Bones and Butter). *Прим. ред.*

[14] Leaves of Grass by Walt Whitman. *Прим. ред.*

[15] Хумус — традиционная для ближневосточной кухни закуска; представляет собой пюре из гороха нут, часто с добавлением кунжутной пасты. *Прим. ред.*

[16] Пита — дрожжевая лепешка, в которой можно сделать кармашек для различных начинок. *Прим. ред.*

[17] Крем-фреш — французский кисломолочный продукт, аналог сметаны жирностью не менее 30%, но с меньшим содержанием молочнокислых бактерий. В отличие от сметаны, крем-фреш не сворачивается при нагревании. Если в рецепте не предусмотрена термическая обработка, можно заменить крем-фреш жирной сметаной. *Прим. ред.*

[18] Соус ромеско готовят из печеного сладкого и жгучего перца, молотых орехов, чеснока и оливкового масла. *Прим. ред.*

[19] Масло метрдотель (beurre maître d'hôtel) — составное масло, подаваемое к бифштексу. В соответствии с классическим рецептом, состоит из несоленого сливочного масла, петрушки, лимонного сока, соли и черного молотого перца. *Прим. ред.*

[20] Сантаяна, Джордж (George Santayana, 1863–1952) — американский философ и писатель испанского происхождения. Известен шеститомным философским сочинением «Жизнь разума» («The life of reason», 1905–1906), работами «Скептицизм и животная вера» («Scepticism and animal faith», 1923), «Последний пуританин» («The last puritan», 1935) и др., а также эссе, стихотворениями и романами. *Прим. ред.*

[21] Вальдорфский салат (Waldorf Salad) — классический американский салат из черешкового сельдерея, яблок и грецких орехов, заправленных майонезом. *Прим. ред.*

[22] Лэйхи, Джим (Jim Lahey) — нью-йоркский пекарь, предложивший способ приготовления хлеба без вымешивания. Суть способа состоит в том, что структура теста формируется не за счет вымешивания, а за счет длительной ферментации. Хлеб выпекается в тяжелой жаровне под крышкой. Метод считается оптимальным для начинающих хлебопеков. *Прим. ред.*

[23] Для открытых пирогов традиционно используют рассыпчатое тесто с большим количеством сливочного масла. Чтобы при выпечке оно не раскисало от сочной начинки, его присыпают подсушенными хлебными крошками, которые впитывают лишнюю влагу. *Прим. ред.*

[24] Кошерная соль, соль для кошерования — нейодированная соль крупного помола, широко используется в кулинарии в США. *Прим. ред.*

[\[25\]](#) Simple French Food by Richard Olney.

Олни, Ричард (Richard Olney, 1927–1999) — известный американский художник, гастрономический критик, писатель и редактор. Долгие годы жил и работал во Франции, автор нескольких бестселлеров о французской кулинарии. Книга Simple French Food была написана в 1974 году. *Прим. ред.*

[\[26\]](#) The Cooking of Provincial France by M. Fisher. *Прим. ред.*

[\[27\]](#) Том-де-Савуа (Tomme de Savoie) — невареный прессованный твердый французский сыр из коровьего молока. *Прим. ред.*

[\[28\]](#) Хлеб, сыр, вино и пиво — продукты брожения (ферментирования). *Прим. ред.*

[\[29\]](#) Summer Cooking by Elizabeth David. *Прим. ред.*

[\[30\]](#) Казу (kazoo) — американский народный музыкальный инструмент, звучание которого схоже со звуками, извлекаемыми с помощью расчески с папиросной бумагой, наложенной на зубья. *Прим. ред.*

[\[31\]](#) Макги, Гарольд (Harold MacGee) — американский ученый и писатель, автор книг, в которых популярно объясняет процессы приготовления пищи с точки зрения химии и физики. *Прим. ред.*

[\[32\]](#) The Best in American Cooking by Clementine Paddleford — в книге собраны лучшие рецепты домашних хозяйств из 42 штатов Америки, самых известных ресторанов и даже блюда из меню Сената США. *Прим. ред.*

[\[33\]](#) Тапенада (la tapenade) — провансальское блюдо из каперсов, маслин и анчоусов. *Прим. перев.*

[\[34\]](#) The Food of Italy by Waverley Root. Книга считается одним из лучших изданий о региональной кухне Италии. *Прим. ред.*

[35] Хазан, Марчелла (Marcella Hazan, 1924–2013) — автор книг об итальянской кулинарии, писавшая на английском языке, популяризатор итальянской кухни в США и Великобритании. *Прим. ред.*

[36] The Silver Spoon. *Прим. ред.*

[37] Гритс — крупа крупного помола из сухой кукурузы, предварительно обработанной щелочью. Каша из гритса — традиционное блюдо на юге США. *Прим. ред.*

[38] A Gastronomical Me by M. Fisher. *Прим. ред.*

[39] Банья кауда (bagna cauda) — переводится с итальянского как «горячая ванна». *Прим. ред.*

[40] Самый знаменитый сорт греческих оливок, выращивают в Южном Пелопоннесе близ города Каламата. *Прим. перев.*

[41] Гратен — в широком смысле так называют запеченные определенным образом с корочкой рыбу, мясо, овощи, мучные и сладкие блюда. *Прим. перев.*

[42] В основе заправки — уксус и оливковое масло. *Прим. перев.*

[43] Релиш (relish) — приправа, соус из овощей разной степени измельченности. *Прим. ред.*

[44] Apicius, De re coquinaria seu de obsoniis et condimentis (лат.), I век н. э. *Прим. ред.*

[45] Апиций, Марк Габий (Marcus Gabius Apicius) — знаменитый римский гурман и чревоугодник, имя которого стало нарицательным. Апиций растратил на кулинарные диковинки всё свое состояние, а когда у него осталась сумма, которой хватало только на обычную пищу, он совершил самоубийство. Под авторством Апиция вышла книга в десяти частях — *De arte coquinaria seu de obsoniis et condimentis* — о приготовлении дорогих блюд, но считается, что ее написал некто Целий, выдавший ее за труд Апиция. Книга сохранилась и несколько раз переиздавалась в XVIII–XIX веках. *Прим. ред.*

[46] *The Taste of Country Cooking* by Edna Lewis — считается одной из лучших книг о кухне Южных Штатов. *Прим. ред.*

[47] Несбит, Эдит (Edith Nesbit, 1858–1924) — английская писательница конца XIX — начала XX века, автор более 40 детских книг. Считается одним из первых авторов приключенческих рассказов для детей. *Прим. ред.*

[48] «Ветер в ивах» (*The Wind in The Willows*) — сказочная повесть шотландского писателя Кеннета Грэма (Kenneth Grahame), изданная в 1908 году. Сказка повествует о жизни и приключениях пяти персонажей: дядюшка Рэт (водяная крыса), мистер Крот, мистер Барсук, мистер Тоуд (жаба) и Выдра. *Прим. ред.*

[49] Перевод И. Токмаковой. *Прим. перев.*

[50] Перевод М. Брук, Л. Петрова и Ф. Розенталь. *Прим. перев.*

[51] Биголи в соусе (*bigoli in salsa*) — блюдо из макаронных изделий, характерное для итальянского региона Венето, столицей которого является Венеция. *Прим. ред.*

[52] *The Cooking of Germany* by Nika Standen Hazelton — книга издана в США в 1969 году в рамках серии «Кухни мира» (*Food of the World Series*). *Прим. ред.*

[53] Брезирование напоминает томление — характерный для русской кухни способ приготовления продуктов, в том числе мяса. Отличие заключается в том, что томление происходит, как правило, в печи, а брезирование — на плите либо в духовке. Кроме того, томить мясо можно без добавления жидкости, «в собственном соку». *Прим. ред.*

[54] Говядина миротон провансаль (Mirotons Provençal) — прованское блюдо с использованием остатков приготовленного мяса. *Прим. ред.*

[55] Хессер, Аманда (Amanda Hesser, род. 1971) — известный американский астрономический обозреватель, автор кулинарных книг. *Прим. ред.*

[56] The River Cottage Meat Book by Hugh Fearnley-Whittingstall. *Прим. ред.*

[57] Осмос — физико-химический процесс перемещения молекул воды сквозь стенки клеток из участков с низкой концентрацией соли (мяса) к участкам с высокой концентрацией (рассолу). *Прим. ред.*

[58] Роджерс, Джуди (Judy Rogers) — владелица ресторана в Сан-Франциско, известная своей приверженностью к использованию местных сезонных продуктов. *Прим. ред.*

[59] Филд, Юджин (Eugene Field, 1850–1895) — американский писатель, известен своими стихами для детей и юмористическими рассказами. *Прим. ред.*

[60] Clams: How to Find, Catch and Cook Them by Curtis Badger. *Прим. ред.*

[61] Стихотворение Юджина Филда «Самая большая рыба» (The Biggest Fish, poem by Eugene Field). *Прим. ред.*

[62] Брессон, Робер (Robert Bresson, 1901–1999) — французский кинорежиссер и сценарист. Творчество Брессона, представляющее собой одну из вершин мировой кинематографии, отмечено многочисленными наградами, среди которых — премия Европейской киноакадемии «Феликс» (1994) и премия Рене Клера за совокупность творчества (1995). *Прим. ред.*

[63] Cooking by Hand by Paul Bertolli. *Прим. ред.*

[64] Брутти ма буони (Brutti ma buoni) — итальянское печенье из взбитых белков с орехами. *Прим. ред.*

[65] Хэш (hash) — блюдо, в Северных Штатах представляющее собой смесь измельченных или размятых продуктов, часто оставшихся от предыдущей трапезы, обжаренных на сковороде. *Прим. ред.*

Оглавление

[Предисловие Алисы Уотерс](#)

[Введение. С чего начать?](#)

[Глава 1. Как вскипятить воду](#)

[Глава 2. Как научить яйцо летать](#)

[Глава 3. Как быть на шаг впереди](#)

[Глава 4. Как поймать себя за хвост](#)

[Глава 5. Как рисовать без кисти](#)

[Глава 6. Как осветить комнату](#)

[Глава 7. Как обрести равновесие](#)

[Глава 8. Как заправить салат](#)

[Глава 9. Как жить хорошо](#)

[Глава 10. Как добиться мира](#)

[Глава 11. Как почувствовать силу](#)

[Глава 12. Как построить корабль](#)

[Глава 13. Как отыскать счастье](#)

[Глава 14. Как быть нежным](#)

[Глава 15. Как пожарить самую маленькую рыбку](#)

[Глава 16. Как обратить поражение в победу](#)

[Глава 17. Как пережить бурю](#)

[Глава 18. Как продлить лето](#)

[Глава 19. Как выпивать за святых](#)

[Глава 20. Как заканчивать](#)

[Приложение](#)

[Еще об исправлении ошибок](#)

[Указатель рецептов](#)

Максимально полезные книги от издательства «Манн, Иванов и Фербер»

Если у вас есть замечания и комментарии к содержанию, переводу, редакции и корректуре, то просим написать на be_better@m-i-f.ru, так мы быстрее сможем исправить недочеты.

Наши электронные книги:

<http://www.mann-ivanov-ferber.ru/ebooks/>

Заходите в гости:

<http://www.mann-ivanov-ferber.ru/>

<http://blog.mann-ivanov-ferber.ru/>

<http://www.facebook.com/mifbooks>

<http://vk.com/mifbooks>

<https://twitter.com/mifbooks>

[Дерево знаний](#)

[Предложите нам книгу](#)

[Ищем правильных коллег](#)

Для корпоративных клиентов:

[Полезные книги в подарок](#)

[Корпоративная библиотека](#)

[Книги ищут поддержку](#)

Над книгой работали

Главный редактор *Артем Степанов*
Руководитель направления *Марина Васильева*
Ответственный редактор *Варвара Алёхина*
Литературный редактор *Алена Спирина*
Арт-директор *Алексей Богомолов*
Иллюстратор *Евгений Тонконогий* (bangbangstudio.ru)
Дизайн переплета *Наталья Савиных*
Дизайн макета *Кира Мрик, Екатерина Пысларь*
Верстка *Лариса Чернокозинская*
Корректоры *Елена Морозова, Юлия Молокова*

ООО «Манн, Иванов и Фербер»
mann-ivanov-ferber.ru

Электронная версия книги
подготовлена компанией Webkniga, 2014
webkniga.ru