

ЕКАТЕРИНА ХОЛОПОВА

# ОСТРАЯ ПОДАЧА

КАК ГОТОВИТЬ  
ОСТРУЮ ЕДУ  
И НЕ ПОТЕРЯТЬ  
ВСЕХ ДРУЗЕЙ



ЕКАТЕРИНА ХОЛОПОВА

---

# ОСТРАЯ ПОДАЧА

---

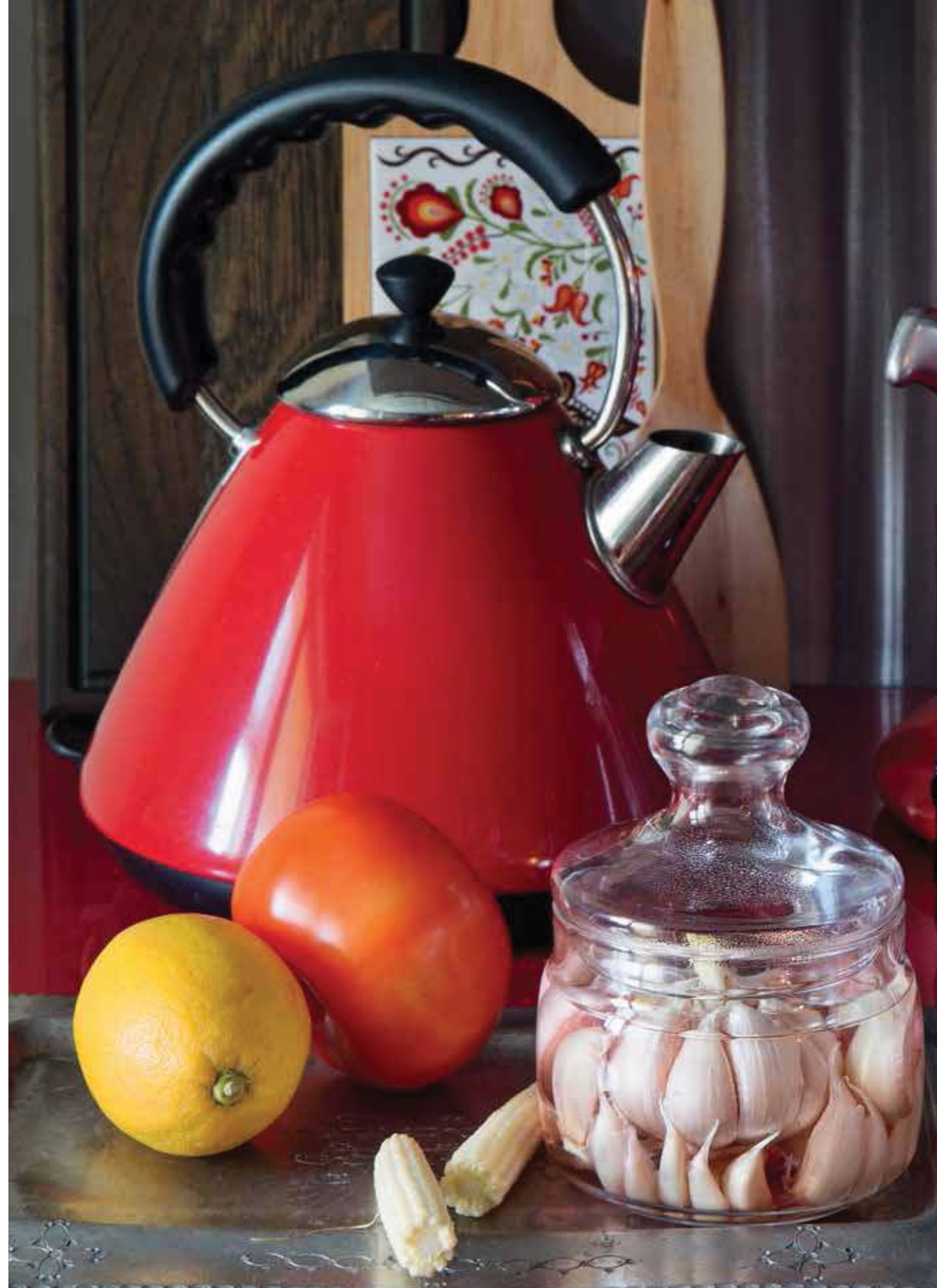


КАК ГОТОВИТЬ  
ОСТРУЮ ЕДУ  
И НЕ ПОТЕРЯТЬ  
ВСЕХ ДРУЗЕЙ

КОМСОМОЛЬСКАЯ ПРАВДА

---

МОСКВА 2019









---

# СОДЕРЖАНИЕ

---

слово автора

10

все это специи

16

салаты и закуски

23

САЛАТ-СПРИНТЕР	24
ТЕРТАЯ СВЕКЛА С ИМБИРЕМ	27
САЛАТ ИЗ БЕЛЫХ ОВОЩЕЙ	28
МИНИ-КАРТОШКИ	
В ФОЛЬГЕ	30
БРОККОЛИ-КАРРИ	33
АЗИАТСКИЙ САЛАТ	
С ГОВЯДИНОЙ	34

заправки

39

РАСТИТЕЛЬНЫЕ МАСЛА	
С ОГОЊКОМ	40
КРЕВЕТОЧНОЕ ЧИЛИ	42
МОЛОТАЯ СУШЕНАЯ ЗЕЛЕНЬ	45
ВКУСНАЯ ПОМИДОРНАЯ ШТУКА	46
СЛИВОВОЕ ЧАТНИ	49
ХУМУС СО СВЕКЛОЙ	50
ПЕСТО ИЗ БАКЛАЖАНОВ	52

маринады и малосолы

57

ОГЛУШИТЕЛЬНО ХРУСТЯЩАЯ	
КАПУСТА	58
СОЛЕННЫЕ ОГУРЦЫ В ЛИХОМ	
РАССОЛЕ	61
СОЕВЫЙ ЧЕСНОК	62
МАЛОСОЛЬНЫЕ ОГУРЦЫ	
С ГРУЗИНСКИМ АКЦЕНТОМ	64
РЕПКА-УГАДАЙКА	67

рыба

71

МАЛОСОЛЬНАЯ ФОРЕЛЬ	
«НИЧЕГО НЕ ДЕЛАЛ»	72
ТУНЕЦ С БОДРЫМ БУЛГУРОМ	75
МИДИИ В ТОМАТНОМ СУПЕ	76
НЕПОРОЧНЫЕ КРЕВЕТКИ	78
МУСС ИЗ ПЕЧЕНИ ТРЕСКИ	80
РИС С МОРЕПРОДУКТАМИ	83

мясо и птица

87

КУСКУС С БАРАНИНОЙ	88
ИНДЕЙКА С ПОРТОБЕЛЛО	90
КУРИНЫЕ СЕРДЕЧКИ В ТРАВАХ	93
НОЖКИ КРОЛИКА В ВИНЕ	94
ОГОНЬ-КОТЛЕТЫ	97
САЦИВИ... ДЛЯ НЕЛЮБИТЕЛЕЙ	
КУРИЦЫ	98

супы и овощные блюда

103

ТЫКВЕННО-ИМБИРНОЕ ПЮРЕ	104
ГРЕЧКА С КЕШЬЮ	107
ЯИЧНАЯ ЛАПША	
С НЕБАНАЛЬНЫМИ ОВОЩАМИ	108
ПЛАМЕННЫЙ БОРЩ	111
БАКЛАЖАНЫ НА ОЧЕНЬ	
СКОРУЮ РУКУ	112
ОСТРЫЕ ОПЯТА	114
ЖАРКИЕ ЛЕТНИЕ ЩИ	
С БОТВОЙ И СОРНЯКАМИ	117
БЕЛЫЕ ГРИБЫ	
И КАБАЧКИ СО СМЕТАНОЙ	118
ОВОЩНОЙ СУП С ГАЛАНГАЛОМ	121

десерты

125

КЛАССНЫЙ ШОКОЛАДНЫЙ	
МУСС	126
ОВОЩНАЯ ШАРЛОТКА	129
ЯБЛОЧНАЯ ПЯТИМИНУТКА	
С ЛИМОНОМ, КОРИЦЕЙ	
И ПЕРЦЕМ	130
АВОКАДО В МАЛИННИКЕ	132
КОФЕ С ПЕРЦЕМ	135

караул, помогите!

138















---

## ОТ АВТОРА, КОТОРЫЙ ПОСТОЯННО ОСТРИТ ПО ДЕЛУ И БЕЗ ДЕЛА, ВО СНЕ И НАЯВУ

---

Одна девочка прочитала, что от перца можно похудеть, и прилежно сыпала его везде: в котлетки в кляре, в майонез и в картошку под сыром.

Один мальчик был уверен, что мужчины не плачут, и героически давился табаско и горчицей к любому мясу – вместо того, чтобы освоить домашние соусы, где хотя бы не было бы столько лишнего сахара и промышленных консервантов.

А еще одна девочка услышала, что острое – это афродизиак. И стала завлекать кавалеров на домашние ужины с совершенно неожиданными для них, кавалеров, последствиями. Потому что среди них встречались, например, язвенники. И вообще они приходили к ней в мечтах о романтике и уюте. А не о халапеньо с чесноком.

С острой пищей у многих излишне сложные отношения: категорическое отрицание, потому что «вредно вообще!», или взгляд искаса: «несвежее маскируют!». Или, наоборот, восторженное придыхание – если где-то прослышали, что острое способствует какому-нибудь вожделенному эффекту, от стройности до долголетия. Давайте эти отношения упростим. Острое ведь необязательно радикально острое, не всегда до слез и пламени из ушей. «Обострение» может применяться умеренно к обычным, привычным и любимым блюдам, чтобы лучше проявить их вкус. Степенью остроты очень легко управлять: почувствуйте свою власть над специями и правьте ими!

Мир специй и приправ, к слову, поистине безграничен и очень увлекателен. Можно читать, перечитывать и запоминать их списки,





а потом где-нибудь в Минеральных Водах встретить принципиально новую разновидность тузлука. Или в Париже купить из любопытства симпатичную баночку чего-то сыпучего с безапелляционной надписью «фуа-гра» и обнаружить, что вообще-то это лучшая в мире приправа к рыбе.

Острое – универсально. Вегетарианцы, веганы, сыроеды, мясоеды, любители морепродуктов, сладкоежки, суп-хейтеры – все могут позволить себе немного остроты. У меня есть знакомые, которые, к примеру, принципиально не едят грибов; ради прикола отказываются от любых корнеплодов (не спрашивайте, почему; я тоже не знаю. Травмированы сказкой о репке?) или от всех продуктов с названиями, начинающимися на «я». И даже им эти их ограничения не мешают с удовольствием познавать мир выразительных вкусов и wow-последствий.

Минутка предосторожности, прежде чем мы перейдем к рецептам: конечно же, острое, как правило, не нейтрально. Читателей, у которых есть известные ограничения в питании по показателям здоровья, я ни в коем случае не убеждаю нарушать режим. Продолжайте действовать ответственно по отношению к своему организму и просто попробуйте себя в роли кулинара с обострением, а дегустируют пусть ваши гости. Кроме того, острое все же не рекомендуется детям дошкольного возраста и при ряде временных состояний здоровья. Обязательно проконсультируйтесь на этот счет – нет, не с интернетом, а лично с медиком соответствующего профиля. Медики, в отличие от форумов горе-советчиков, хотя бы предположительно объективны и уж во всяком случае реально информированы.

А теперь – к станку. В смысле, к разделочной доске, плите и духовке. Имейте в виду, это затягивает :) Помимо прочего, я всегда призываю всех не бояться экспериментировать с пропорциями и дозировками, да и сама отмеряю практически все весьма примерно, потому что так интереснее: прочно усвоенные рецепты стерпят легкие отклонения, а новые могут заиграть невиданными красками. Например, чеснок и многие другие выразительные штуки я всегда применяю в очень щедром количестве и безответственно отвергаю советы типа «ползубчика чеснока плюс куркумы на кончике ножа». Присоединяйтесь к нашему клубу безбашенных остряков-самоучек!

И спасибо вам, друзья, которые годами все это от меня терпят и все равно возвращаются (ну, или хотя бы отвечают на звонки и расщедриваются на лайки). Особенная благодарность – одному совершенно особенному человеку, назвавшему вкусную помидорную штуку вкусной помидорной штукой – вы с ней тут встретитесь и убедитесь, что лучше про нее не скажешь.

Еще вот что: я постаралась включить в рецепты не просто ингредиенты и техники, но и мелкие пракическо-бытовые вопросы, которые возникают в процессе, и даже специальную шпаргалку на случай неожиданностей под названием «Караул, помогите!». Удачи нам!

Чуть не забыла: постскриптум. Из жизни. Если у вас есть котик, подключайте его (или ее) к проверке свежести сырых мясных и рыбных ингредиентов, сливок и сметаны. Только, пожалуйста, до стадии маринования, заправки и начинки перцем. Котики – гениальный индикатор качества продуктов, заверяют вас автор и ее широко известная в узких кругах кошка Ксения. И работают коты за бартер. (Я обещала Ксении прославить ее в мировой литературе – вот, выполняю).

---







---

## ВСЕ ЭТО СПЕЦИИ

---

Встречайте – мой личный хит-парад. Охватить в одном вступлении все специи мира практически невозможно, поэтому пока остановимся на перечне того, что встречается в этой книжке.

### Перцы

Примечательно, что совершенно не все перцы – родственники, представьте себе. Вот, к примеру, черный, зеленый и белый – плоды-костянки одного и того же вьющегося перца черного в разной степени зрелости. Розовый – родом из Южной Америки: эти плоды произрастают на деревьях семейства сумаховых. Душистый (ямайский) перец – высушенные ягоды пименты лекарственной, семейства миртовых. Не столько острые, сколько действительно душистые – мгновенно и беспощадно пробуждают аппетит. А красный перец, он же чили, – это плоды полукустарника из тропической Америки, и страна Чили тут, в общем, ни при чем. Созвучным словом коренные индейцы просто обозначали его цвет – красный. Поклонялись ему – у перца даже была своя богиня. Ели его круглый год по несколько раз на дню, несмотря на жгучий и взрывной характер. Колонизаторы окрестили его индейским – и в отличие от путаницы с индейцами и индийцами (помните, да? Индейцев ведь называли индейцами потому, что Колумб считал, что он приплыл в Индию «через заднее крыльцо») перец такого названия вполне заслуживал, потому что в Индии он тоже произрастает. В Индии и в Юго-Восточной Азии, на мой взгляд, с ним работают исключительно творчески – делают молотые смеси с разными пряными добавками, люблю их и тащу оттуда чемоданами. И есть еще всеми любимая паприка – это очень широкий спектр молотых красных перцев, но, как правило, не таких жгучих, как чили. А бывает, что и совсем не жгучих, если это классический вариант родом из Венгрии или, скажем, Испании. Пахнет голово-



кружительно, вкус блюда оттеняет отлично и совсем не жжется. Годы экспериментов принесли мне следующие убеждения: черный, зеленый, белый и розовый перцы, а также чили универсальны: подойдут к мясу, рыбе, птице, пасте, рису, злакам, овощам. Можно хулиганить – добавлять их в выпечку и горячие напитки. Конечно, с чили надо быть поосторожнее. А вот паприка, на мой вкус, лучше всего дружит с мясом и птицей. У нее именно такой выраженный празднично-овощной вкус, который им нужен.

**Имбирь.** Красавец! Он прекрасен и в напитках, и в выпечке, и в консервировании. Его, как и перец, можно добавлять вообще везде. Из имбиря даже варенье делают, представьте себе. И лечат им, и ароматизируют. Может быть, он даже может кого-нибудь изгнать. Но чаще привлекает, это точно.

**Галангал** – родственник имбиря, корневище растения под названием альпиния галанга. Незаменим в тайской кухне, именно он придает местному карри и другим супам неповторимый остро-сладковатый вкус и аромат с ноткой хвои.

**Кардамон** тоже из семейства имбирных – в кулинарии это семена, богатые эфирными маслами и оттого очень эффектно выступающие в выпечке, кофе и чае (зеленый кардамон) и в случаях, когда нужно легко и быстро превратить в сенсацию мясо или овощи (черный кардамон).

И **куркума** (турмерик) тоже «из этих», то есть имбирных. Царствует в карри, отлично работает в плове и кускусе и вообще, по моему мнению, лучший материал для экспериментов. Уловить ее собственный вкус сложно, но это как раз тот случай, когда он раскрывается и работает в ансамбле со всеми ингредиентами и каждое блюдо с куркумой может стать настоящим открытием.

**Лимонник**, он же лемонграсс. Идеален для рыбных супов, но не только: можно пригласить его и в овощной суп, и в рагу, и в чай. Удобнее всего использовать целые или крупно порезанные стебли – в пищу они не годятся и не должны смешаться с овощами в супе.

**Лавровый лист** – традиционный и верный друг всех мясных блюд, овощных супов и рагу. А вот к рыбе лучше подойдут листья...

...кафрского лайма родом из Азии. Если вы добыли свежие листья, настоятельно советую перед погружением в блюдо их разрезать или разорвать пополам – аромат будет просто умопомрачительным.

### Гвоздика

Сушеные бутоны гвоздичного дерева – лучшие друзья кофе и глинтвейнов, это известно всем. Однако если вы никогда прежде их не размалывали, можете сильно удивиться: внутри они довольно едкие и совсем не похожи на конфетку, зато их так и хочется добавить в какой-нибудь соус или маринад.

### Корица

Кто же не знает корицу? У нее есть замечательное свойство: она неспособна что-либо испортить. Поэтому смело добавляем ее в кофе, любые десерты и даже в пряные мясные блюда.

**Горчичный порошок:** прекрасная вещь. На вкус, правда, этого не скажешь – он горький и суровый. Но зато отлично оттеняет вкус чего угодно – от мяса до теста – и действует как естественный консервант и обеззараживатель, поэтому рекомендуется к добавлению в маринады.

**Чеснок,** пожалуй, не требует комментариев. Все наизусть с детства знают весь его славный послужной список: и полезен, и интересен, и незаменим против нечистой силы. Лишь добавлю от себя, что он лучший активатор вкуса и остроты и может удивить в сочетаниях с соусами, солью, маслами и маринадами. Именно поэтому здесь вы будете его встречать практически в каждом рецепте.

**Травяные соли:** зеленая, чесночная, ореховая, кавказская (с молотыми острыми красными специями), тузлук, рукотворные шедевры с израильских шуков, хмели-сунели и многие, многие другие. Ищите их везде, от Мехико до Марракеша, Парижа, Батуми и Бангкока.

**Масала.** Знаменитые индийские разноцветные специи, точно описать которые... невозможно. Фактически, в каждой семье в Индии свой рецепт и состав жгучей смеси под названием «масала». Классифицировать получается только по назначению: для овощей, для мяса, отдельно для курицы и для чая.

---









---

## САЛАТЫ И ЗАКУСКИ

---





Для защиты от любимых, но внезапных гостей и родственников в доме всегда должны быть четыре вещи.

## САЛАТ-СПРИНТЕР

### ингредиенты

На 4 порции достаточно:

Китайская капуста – 1/2 среднего кочана

Редиска – 10-12 штук

Молотый черный перец – 1/2 чайной ложки

Растительное масло – 1/2 чайной ложки

### приготовление

1. Капусту и редиску тонко нарезаем (внимание: не мелко, а именно тонко, то есть редиска может быть изящными кружочками).
2. Щедро засыпаем пахучим молотым черным перцем. Почему черным? Важен аромат, а он самый выразительный.
3. Три капли оливкового, кукурузного или виноградного масла – и готов универсальный салат-трехминутка. Если вы настолько предусмотрительны, что у вас есть еще и зеленый лук-резанец, крошите его сверху.

ОСТРАЯ ПОДАЧА





Не скучно ли вам живется? Не слишком ли лениво ложится перед телевизором и сидится в соцсетях? Сейчас мы это поправим. Вот вам очень бодрая закуска – свекла с имбирем.

## ТЕРТАЯ СВЕКЛА С ИМБИРЕМ

### ингредиенты

Свекла – 4 штуки  
Чеснок – 2 зубчика  
Соль – 1/2 чайной ложки  
Имбирь – 1 корешок длиной 7-8 сантиметров

### приготовление

1. Чистим свеклу. Вопреки легкости бытия, пожалуйста, не берите готовую очищенную и тем более вареную свеклу кубиками. Здесь нужна сырая. Исконная и посконная. Да, вам придется ее чистить. Смиритесь.
2. Очищенную сырую свеклу режем на четвертинки.
3. Чистим и режем имбирь такими кусочками, которые соразмерны зубчикам чеснока.
4. Варим все вместе: свеклу, имбирь и чеснок – 5 минут после закипания. Не допускаем, чтобы свекла переварилась, – она должна быть недоваренной.
5. Спешно сливаем воду и дожидаемся, чтобы все ингредиенты остыли.
6. Свеклу трем на крупной терке, имбирь и чеснок – на мелкой. Все перемешиваем и солим.

Сразу подаем. Это блюдо, которое не терпит выдержки!

ОСТРАЯ ПОДАЧА



Ключ к успеху этого салата – ОЧЕНЬ мелкая нарезка. Так что это блюдо для зануд. В равных долях берем сырые овощи и корнеплоды с белой и светлой мякотью. Молодые и сочные, чтобы их природная острота и хрусткость не потерялись. Нужно реально не поленившись нарезать все ингредиенты кубиками размером чуть больше спичечной головки. Нет, не соломкой на терке, а вручную супермелкими кубичками. Это не шутка. И это долго. Зато какая медитация!

---

## САЛАТ ИЗ БЕЛЫХ ОВОЩЕЙ

---

### ингредиенты

---

Кольраби – 1 небольшая штука  
Редька – 1 штука  
Репка – 1 средняя или 2 мелкие штуки  
Дайкон – 1 или 1/2 корня в зависимости от размера  
Корень сельдерея – не больше 1/2  
Топинамбур – 5-6 клубней  
Заправка: по 1 чайной ложке соевого соуса и любого растительного масла  
Молотый розовый, зеленый, черный или белый перец (или их смесь) – 1/2 чайной ложки

---

### приготовление

---

Можно добавить и мелко покрошенную мини-кукурузку родом из Таиланда, и что вам еще подскажет фантазия. Количество ингредиентов может варьироваться от четырех до полного списка всего вышеперечисленного. Только не выходите из однородной гаммы и текстуры – вот, скажем, огурец тут будет нестати. Я много лет назад сделала такое наблюдение: на мой вкус, очень хорошо сочетаются овощи в любом составе, но похожих цветов и плотности, и меня эта концепция ни разу не подводила.

1. Нарезаем все овощи очень мелкими кубиками, перемешиваем.
2. Заправляем растительным маслом, перцем и соевым соусом. Масло и соус не смешаются – смирись с этим. Поэтому просто подливаем их в салат по очереди и хорошо перемешиваем. Подливаем немного, символически: овощи не должны плавать в масле и сильно окрашиваться соусом. Лучше недозаправить и добавить потом. Острые овощи сами по себе обеспечат салату небанальный вкус.

ОСТРАЯ ПОДАЧА



Товарищи обладатели электрических плит, сознайтесь, вы делаете, как я, — когда неохота разогреть духовку, имитируете запекание при помощи фольги и сковородки с сантиметром кипящей на среднем огне воды? Еще нет? Тогда поздравляю с обретением нового знания: фольга, вода и сковородка могут с успехом заменить духовку, если ее у вас временно или вообще нет, или если вам (как некоторым, не будем показывать пальцем) неохота разгружать ее от крышек и кастрюль, которые в ней живут. Удачнее всего этот метод работает с рыбой, мидиями, креветками (более жесткие морепродукты — не вариант) и овощами — всем, что не требует обязательного контакта с маслом при запекании. Вот, скажем, картошка. Я больше всего люблю очень мелкую, которую пренебрежительно называют «горохом» любители крупных форм.

---

## МИНИ-КАРТОШКИ В ФОЛЬГЕ

---

### ингредиенты

Беби-картофель — классический или красный, или вперемешку, неважно — **в произвольном количестве**. Свежие травы, но — внимание — не сочные! К примеру, тимьян и тархун, и обязательно розмарин, по 2 веточки на 4-5 картофелинок (почему такая разбивка — см. ниже). Свежие укроп и петрушка не годятся — они будут в фольге буквально вариться, отдавать сок и испортят нам всю картину. А у «правильных» трав не забудьте удалить стебли — они могут проткнуть фольгу. В щедрых количествах: **хмели-сунели, сушеный укроп, вообще любые сухие приправы**, какие вам нравятся. Только без соли — она тоже попытается сделать из нашей картошки суп. А вот масала будет совершенно кстати!

---

### приготовление

1. Моем, но не чистим картошку, только убираем повреждения (я, кстати, уже много лет не чищу полностью практически вообще никакую картошку, и мне отлично). Внимание: требуется высокая точность и проникновенное, исключительно чуткое понимание картошки. Потому что нужно для начала ее чуть-чуть поварить обычным способом, до полу- или даже четвертьготовности. Сразу эвакуировать из воды и полностью обсушить.
2. На лист фольги насыпаем вперемешку все специи, не жалея. Кладем картошку и сверху опять насыпаем травы и специи. Исходя из ширины листа фольги и возможностей сковородки, я, например, обычно делаю кульки из 4-5 картофелин.
3. Тщательно заворачиваем кулек. Обычно хватает двух слоев фольги, но главное — это зафиксировать все края так, чтобы было герметично и вода не проникала внутрь.
4. Наливаем в сковородку примерно на сантиметр воды, складываем туда наши кульки из фольги, доводим до кипения под крышкой — и через 20, максимум 30 минут (только, умоляю, следите, чтобы вода не выкипела и фольга не приварилась к сковородке!) получаем отличную псевдопеченую картошку в плотном слое трав и специй. Масло и соль подаем отдельно.







С карри лично я могу съесть все что угодно. А когда не хочется перегружаться «солидным» продуктом – морепродуктами или мясом, – в ход идет брокколи. Подойдем к делу решительно и бесстрашно, как и положено при приготовлении карри.

---

## БРОККОЛИ-КАРРИ

---

### ингредиенты

---

Свежая (не размороженная, только сырая!) брокколи, разобранный на кисточки размером примерно со столовую ложку – 300 г

Кокосовое молоко или сливки – 300 мл

Масала (тандури или другая смесь, но обязательно желтого или охряного цвета) и куркума – по 1 столовой ложке

---

### приготовление

---

1. Оцениваем консистенцию кокосового молока или сливок: возможно, понадобится вода, если продукт излишне густой или концентрированный. Наша задача – получить после нагревания практически непрозрачный, но негустой суп.

2. Одновременно с нагреванием добавляем в молоко масалу и куркуму в равных долях, чтобы суп окрасился в жизнерадостный желтый цвет. Добавляем постепенно, каждый раз пробуя, чтобы вкус получился таким, какой вас устраивает. Солить не нужно.

3. Даем супу закипеть и сразу кладем брокколи. Варим недолго – не более 15 минут. Сигнал о готовности брокколи – изменение цвета на более ярко-зеленый, чем в сыром виде. Не допускайте переваривания!

На мой взгляд, говядина здесь лучше птицы или другого мяса. А если кто не любит мясных салатов, ее можно вообще не использовать, салат и сам по себе хорош и в известном смысле ностальгичен: кто ездит в Юго-Восточную Азию раз в год, а остальные 11 месяцев живет в ожидании следующей поездки, тот меня поймет.

## АЗИАТСКИЙ САЛАТ С ГОВЯДИНОЙ

### ингредиенты

Китайская капуста – 1/3 среднего кочана  
Сладкая морковь – 2 небольших экземпляра. Если они очень маленькие, нужно взять 3. Чем мельче морковки, тем, как правило, более подходящий у них вкус.  
Ростки сои или фасоль маш – 200 г  
Сырые шампиньоны – 10 средних штук  
Молодой стручковый горошек (не путать с фасолью, это принципиально; нужны такие совсем плоские молодые стручки) – 100 г  
Петрушка или кинза  
Постная говядина – 300 г  
Молотый чили или любая другая острая смесь – 1/4 чайной ложки  
Растительное масло – 2 столовые ложки

### приготовление

1. Капусту, морковку и грибы шинкуем ровной соломкой. В этом салате тоже важна форма: беспорядочно нарезанные составляющие, конечно, качества своего не потеряют, но вкус лучше всего проявится, если ингредиенты будут «в форме».
2. Говядину для начала нарезаем полосками, тушим в масле с молотым перцем до мягкости, остужаем и нарезаем соломкой.
3. Стручки горошка прихватываем на сильном огне с минимумом растительного масла. Они должны остаться сырыми, только слегка обожженными. Остужаем. Не режем!
4. Смешиваем все, включая и ростки сои и/или фасоли, которые избежали экзекуции, то есть с ними мы до сих пор ничего не делали. Посыпаем острой приправой: в этом рецепте принципиальна максимальная острота, какую вы можете вынести без ущерба для макияжа. Еще пару капель растительного масла – например моего любимого рыжикового – и можно подавать.

ОСТРАЯ ПОДАЧА











---

## ЗАПРАВКИ

---



---

## РАСТИТЕЛЬНЫЕ МАСЛА С ОГОНЬКОМ

---

---

### приготовление

---

Можно готовить с маслом и добавлять приправы поочередно в процессе готовки, а можно самим делать прикольные масла. Со свежими зеленью и специями — они хранятся до недели — или с сушеными, чтобы хранить столько, сколько выдерживает обычное масло без добавок. Помните, как зверски аппетитно выглядят в ресторанах графинчики с налитым в них маслом и втиснутыми туда же перчиками? Можно ведь такое устроить и дома. Только учтите, что готовить потребует вдвое больше: все будут есть до полного изнеможения.

Мои самые любимые масла — это рыжиковое (из рыжика посевного, суперполезного во всех отношениях растения), кунжутное и амарантовое. Они предназначены для заправки, готовить горячие блюда на них не рекомендуется, а вот капнуть при подаче в кашу, салат или рагу — отличная идея. Эти масла обладают очень выраженным и интересным вкусом, который непросто даже описать словами: такой остренько-вкусненько-не-стандартненький, у рыжикового более насыщенный. К ним отлично подойдет розмарин, тархун, любая сушеная зелень, розовый перец.

Оливковое масло тоже обладает ярко выраженным вкусом, ни с чем не перепутаешь. Дружит с чили, чесноком или чесночной солью, кориандром и розмарином. Из свежего перчика чили можно убрать семена, чтобы было не так остро, а для большего эффекта порезать его на части.

Но лучше всего с чесноком соединить подсолнечное масло. А еще — с хреном, горчичным порошком и сушеной кинзой.

Льняное и горчичное масла я объединяю по поверхностному, ненаучному признаку: они горчат. Поэтому не советую усугублять их приправами с резким вкусом. Попробуйте внедрить в них капельку меда. Или лимонник. А при подаче блюд с таким маслом добавьте к заправке и лимонный сок.

Масла авокадо и тыквы считаются чуть ли не самыми крутыми из всех. И к тому же они очень вкусные. Но и их можно осмелиться усовершенствовать, если надо. Лучше всего — черным или душистым перцем. Для красоты в масленку подкладывается перец горошком, а для эффективности всыпается щепотка молотого. И наконец нейтральные по вкусу и запаху масла: виноградное и кукурузное. Они будут рады любым экспериментам: перцам, зелени, сушеному имбиру.

Есть, конечно, еще масса интересных масел: кедровое и другие ореховые, облепиховое, овсяное, масло расторопши, черного тмина и очень много других. Пожалуй, задамся целью попробовать как можно больше, устрою масломарафон. Присоединяйтесь!





Это моя самая любимая приправа, которая способна сотворить чудо и превратить просто листья салата, просто рис, просто пасту и вообще все, можно сказать, пустое в полноценное блюдо. Ее можно найти в готовом виде, а можно и сделать самостоятельно – тогда все, кто придирчиво ищет правды о составах «покупного», будут спокойны на этот предмет.

---

## КРЕВЕТОЧНОЕ ЧИЛИ

---

### ингредиенты

---

**Молотый перец чили.** Можно смешать с черным, но чили должен присутствовать обязательно.

**Варено-мороженые креветки** – те, которые традиционно покупаются к пиву, или маленькие коктейльные.

Пропорция должна в результате быть примерно 1 : 1. То есть на небольшой пакетик перца достаточно всего-то несколько креветок в зависимости от размера.

### ОСТРАЯ ПОДАЧА

---

### приготовление

---

1. Варим креветки в подсоленной воде. Полностью очищаем, если они в панцире. Вынимаем и режем как можно мельче.

2. Высушиваем эту нарезку до полнейшей сухости. Это можно сделать в духовке (выбирайте посуду, к которой покрошенные креветки не пригорят, и периодически помешивайте их). А лучше – в специальной электросушилке для продуктов с пластиковыми сетчатыми поддонами. Только, конечно, учтите, что будет соответствующий запах.

3. Потом, убедившись, что креветки безвозвратно и безоговорочно высохли, соединяем оба ингредиента в блендере. Готово – теперь у вас есть приправа-обманка, которая способна заставить гостей напрасно искать морепродукты в супе, салате или ризотто. Хе-хе.









---

## МОЛОТАЯ СУШЕНАЯ ЗЕЛЕНЬ

---

---

### приготовление

---

Собственно, это может быть любая съедобная зелень. Мой личный хит-парад: листья хрена; ботва репы и свеклы; базилик и шпинат; кинза, петрушка, укроп, розмарин, тархун. Осторожнее с зеленью сельдерея и морковки: они могут горчить, поэтому в смеси их должно оказаться поменьше, чем остальных. Еще отлично сушатся сорняки – крапива и сныть. Прямо жалко иногда зря стричь траву на участке, честное слово! Надо сначала выделить хоть минутку и нарезать дикорастущих приправ. И конечно, листья: смородина, вишня, дуб. Они совершенно необходимы в любом рас-

соле, лучше в свежем виде, но и в сушеном тоже. Технология, собственно, проста: полностью, до ломкости, высушиваете – и в блендер. Обязательно убедитесь, что емкости, в которые вы собираетесь эту приправу складывать, абсолютно чисты и, главное, сухи. А технология применения лично у меня обозначается словами «много – не мало»: наиболее эффективна и эффектна эта приправа в формате плотного покрытия. Например, рыба или мясо позволяют его соблюсти буквально. В супах, смузи и овощных соках тоже можно не мелочиться – сыпать смешанную или монозелень прямо ложками. Вот мои любимые блюда с устрашающим количеством молотой зелени.

- Любая рыба: зеленью как следует натереть филе или стейк перед грилем, а в процессе еще подсыпать.
- Курица: если отправляете ее в духовку целиком, обязательно как следует снабдите молотой зеленью. Бонусом будет сногшибательный аромат.
- Черный хлеб с маслом. Собственно, получается бутерброд с зеленью.
- Хрен и горчица, засыпанные зеленью до полной капитуляции, превращаются в изысканные душистые соусы.
- Салат из помидоров и репчатого лука: не просто посыпать, а практически погresti под слоем молотой зелени. Получается совсем другой вкус!



Собственно, это такой соус-рагу к пасте, рису, мясу, рыбе... да к чему угодно. Лучшего названия ему пока никто не придумал. Штука очень проста в приготовлении и умеет храниться неделями (если, конечно, уцелеет). Вот она.

## ВКУСНАЯ ПОМИДОРНАЯ ШТУКА

### ингредиенты

На литровую банку:

Свежие помидоры любого сорта, лучше ярко-красные (с чисто эстетической точки зрения) – 5-6 средних штук

Красный лук – 2 крупные штуки

Сладкий мясистый красный перец – 1 крупная штука или 2 небольшие

Чеснок – 5 зубчиков

Свежий перчик чили – 1/2 стручка

Молотый душистый перец – 1 чайная ложка

Соль – 2 чайные ложки

Растительное масло для тушения – 3 столовые ложки

Уксус – 1 столовая ложка

Мед – 1 столовая ложка

### приготовление

Личная просьба: пожалуйста, не пытайтесь улучшить штуку готовой томатной пастой. Она там точно не нужна.

1. Мелко крошим сладкий перец, лук и чеснок. Отправляем их тушиться в масле с душистым перцем на среднем огне минут на 10-12, прямо в той кастрюле или глубокой сковороде, где потом образуется готовый продукт. Постоянно помешиваем и при необходимости убавляем огонь. Воду не добавляем.

2. Нарезаем помидоры мелкими беспорядочными ломтиками и подкладываем к остальным овощам. Продолжаем помешивать, прибавляем огонь и ждем, чтобы помидоры дали сок и он попытался закипеть.

3. Кладем полперчика чили (не нарезаем), убавляем огонь, вливаем уксус, солим, продолжаем помешивать. Даем соусу еще раз закипеть.

4. Пробуем и обнаруживаем, что штука получилась кислой. Это нормально – у нас же есть мед! Он лучше и интереснее, чем сахар, выправляет кислый вкус.

Можно подавать сразу горячим, если у вас как раз назрел обед или ужин. А можно дать остыть, переместить в чистую герметичную емкость и хранить в холодильнике.

### ОСТРАЯ ПОДАЧА







Интересная альтернатива аджике для тех, кто не любит откровенно кислое. Обычно подается к мясу, птице, рису или кускусу, с хлебцами или на сырной тарелке. Я познакомилась с ним в одном из своих социальных проектов: отняла время у занятых коллег, включила безумную логистику, но в результате у нас с автором оригинального рецепта Ксенией Б. все получилось!

## СЛИВОВОЕ ЧАТНИ

### ингредиенты

Сливы любого сорта – 1 кг  
Красный лук – 1 крупная штука  
Чеснок – 4 зубчика  
Любые выразительные специи в молотом виде:  
перец, кориандр, тмин, мускатный орех, паприка,  
семена фенхеля. Общий объем смеси должен  
составить 1 столовую ложку  
Сахар – 300 г  
Сок 1/2 лимона  
Растительное масло для тушения  
Соль по вкусу (советую попробовать в процессе готовки)

### приготовление

1. Сливы разделяем на половинки и удаляем косточки. Засыпаем сахаром, вливаем лимонный сок, кладем все специи и ставим вариться минут на 20-25. Воды добавлять не нужно, а вот перемешивать надо обязательно и постоянно, чтобы не пригорело, особенно в начале, пока сливы не дадут достаточно сока. Сока получится много, поэтому лишний надо будет слить (и выпить, он очень вкусный!).
2. На сковороде в масле тушим нашинкованные лук и чеснок до мягкости. Можно добавить ложку сливового сока.
3. Соединяем тушеные сливы, лук и чеснок и дотушиваем все вместе еще минут 5 (или больше, если вам нравятся более жидкие соусы). Пробуем и решаем, сколько нужно соли. Готово!



Беда одна с этим хумусом: задумаешь, бывало, его культурно подать в качестве соуса, куда макать овощи и хлебцы, а эти – раз! – и съели все ложкой. «А что, нельзя было?» – да ладно, что с вами делать. Можно смешивать классический хумус и с морковкой, и с горчицей, да хоть с васаби – с чем фантазия подскажет. Но самый удачный вкус получается у него в компании со свеклой.

## ХУМУС СО СВЕКЛОЙ

### ингредиенты

Нут – примерно 300 г (это основа классического хумуса, соответственно, его должно быть больше всех остальных ингредиентов)

Кунжут (семена или паста) – 1 столовая ложка

Зира (лучше молотая) – 1 острая (без горки) чайная ложка

Чеснок и сок лимона по вкусу

Оливковое масло – 1 столовая ложка

Соль и очень мелко молотый черный перец по вкусу (см. технологию добавления ниже)

Свекла (пропорционально немного меньше, чем нута) – 1 крупная или 2 небольшие штуки

### приготовление

Готовим хумус: нут замачиваем на 10 часов, затем в свежей воде варим 2 часа до полной мягкости. Отвар сливаем и сохраняем.

2. Если кунжут и зира у вас в виде семян, их нужно прокалить на сухой сковороде и затем измельчить в порошок. Если паста и порошок – просто соединить в блендере с маслом, покрошенным чесноком и щепоткой соли и измельчить все вместе до однородности.

3. Засыпаем по частям нут, постепенно превращая все вместе в пюре и по необходимости добавляя отвар. Пробуем в процессе и по вкусу добавляем лимонный сок, соль и перец.

4. Свеклу отвариваем до готовности (она должна легко протыкаться вилкой), но не перевариваем, чтобы сохранила цвет и сок. Режем на мелкие кусочки, делаем из нее в блендере пюре, но прежде чем соединить с хумусом, отжимаем, иначе смесь будет слишком жидкой. Смешиваем и подаем.

Чуть не забыла! Подарок занятым и нетерпеливым: готовый хумус из хорошего магазина ничем не хуже самодельного, а если у самоделки что-то пошло не так, то даже и лучше. Так что просто сварите свеклу. Не благодарите.



Слушайте, нелегко это, оказывается, — излагать простые рецепты. Все время тянет назойливо подстраховывать читателя: режь мелко, но не слишком; помешивай обязательно в разных направлениях; застегни курточку и надень шарфик! Я и готовлю так же: каждую минуту беспокойно заглядываю под крышку, не даю креветкам спокойно полежать на одном боку на сковородке, без конца все и всех тыкаю палочкой. Ну, по крайней мере ничего не пригорает. Вот, к примеру, в этом рецепте пригорать не должно ни в коем случае.

---

## ПЕСТО ИЗ БАКЛАЖАНОВ

---

### ингредиенты

---

Спелые баклажаны — произвольное количество  
Оливковое масло — 2 столовые ложки  
Соль и перец по вкусу

---

### приготовление

---

1. Баклажаны очищаем от кожицы и нарезаем пластинками.
2. Обжариваем с обеих сторон в оливковом масле до мягкости. Можно слегка подрумянить, чтобы чувствовался «дымок», но не пережаривать. Масло тоже не должно перегореть.
3. Прямо со сковородки, вместе с маслом, перемещаем в блендер и размалываем до однородной массы. Готово!

Как принято сообщать со сцены, выражаю благодарность моей подруге Яне З., которая однажды превратила и без того прекрасный вечер в просто фантастический, приготовив такое песто на глазах у восторженной публики.

ОСТРАЯ ПОДАЧА













---

## МАРИНАДЫ И МАЛОСОЛЫ

---



Гениальная вещь. Моего брата, неосмотрительно освоившего этот несложный рецепт, друзья уже много лет просто не пускают на порог домашних вечеринок без этой самой капусты: «Принес? Привет, проходи».

## ОГЛУШИТЕЛЬНО ХРУСТЯЩАЯ КАПУСТА

### ингредиенты

Белокочанная или красная капуста – сколько потребуется, например у меня в двухлитровый контейнер входит 1/2 кочана среднего размера  
Тертая морковь – примерно 100 г  
Чеснок по вкусу – от 1 до 3 зубчиков  
Маринад (см. ниже) – 1 л на упомянутый двухлитровый контейнер

### приготовление

1. Мелко шинкуем капусту и трем на крупной терке морковку. Ленивые Занятые Рациональные хозяйки могут купить готовые упаковки нашинкованной капусты с морковкой или без, они ничем не хуже обработанных собственноручно.

2. Добавляем мелко порезанный чеснок по вкусу. Я не любитель давить его жестоким бессердечным приспособлением, которое потом надо еще с проклятиями отмывать. Чеснок и так отдаст сок и проявится в любом блюде, не нужно его унижать.

3. Готовим маринад. На 1 л воды кладем 5 щедрых столовых ложек соли (с небольшой горкой, но сыпаться через край она не должна); 1/3 стакана сахара, белого или тростникового, принципиальной разницы нет; 1/3 стакана растительного масла; молотый перец по вкусу и/или очень маленький кусочек сырого перца-чили. Впечатлительным можно и без него; 5 столовых ложек уксуса (вливать после закипания). Маринад, помешивая, доводим до кипения, снимаем с огня, остужаем до теплого состояния, вливаем уксус, снова размешиваем. Учитываем, что масло не внедряется в воду и всегда находится на поверхности, поэтому помешивать надо постоянно. Если маринада вам нужно больше, чем литр, просто пропорционально увеличиваем объемы всех ингредиентов.

4. Складываем капусту вперемешку с морковкой и чесноком в емкость – стеклянную банку или пластиковый контейнер с плотно защелкивающейся крышкой. Емкостям достаточно просто быть совершенно чистыми и сухими, необязательно их как-то там сутками кипятить. Овощи утрамбовываем, но опять же без классического фанатизма, грузом придавливать не надо – они не будут хрустеть, если отдадут весь сок. Заливаем теплым маринадом, чтобы они были полностью покрыты. Сразу ставим в холодильник.

Дня через три можно попробовать и решить: оставить постоять еще, досолить (бывает и такое) или, наоборот, слить маринад, чтобы не перекисло, и поесть в свое удовольствие. Хранится капуста после сливания маринада не менее 3 месяцев.







Я, честно говоря, никогда особо не умела и не любила солить овощи по-взрослому – «впрок, на зиму, хозяйшке на заметку», брр. Но тут на моем жизненном пути случилось примерно 50 кило огурцов (потом расскажу). Надо было что-то делать. На помощь пришел горчичный порошок, получилось вот что.

---

## СОЛЕННЫЕ ОГУРЦЫ В ЛИХОМ РАССОЛЕ

---

### ингредиенты

---

Огурцы любого размера и в любом количестве в зависимости от степени вашей решимости и от наличия банок в хозяйстве

Чеснок и специи – обязательно листья и/или корень хрена, листья смородины и вишни, зонтики укропа (свежие или сушеные), лавровый лист, перец горошком – чем больше, тем лучше. И наш верный друг перчик чили

Соль по вкусу – 2-3 столовые ложки на 1 л воды

Горчичный порошок – 3 столовые ложки на 1 л воды

Уксус – 2 столовые ложки на 1 л воды

Водка – 1 столовая ложка

---

### приготовление

---

Тут важно быть хорошим игроком в тетрис, потому что здесь принципиально нужно соблюсти правильный порядок укладки ингредиентов. И еще необходимо придерживаться традиционных правил подготовки емкостей: прокипятить их на пару или просто ошпарить кипятком, предварительно тщательно помыв.

1. Готовим рассол: воду с солью, уксусом и горчичным порошком доводим до кипения, помешивая, чтобы порошок не слипался комочками и не приставал ко дну. Кипятим 5 минут, слегка остужаем.

2. На дно банки укладываем слой листьев, укроп, лавровый лист и перец. Вертикально максимально плотно втискиваем огурцы с зубчиками чеснока и чили и накрываем такой же прослойкой из листьев и специй. Если банка большая и в нее войдут два «этажа» огурцов, между ними сооружаем еще одну прослойку. Огурцы помещаем в емкость целиком, не обрезая.

3. Заливаем теплым рассолом и на первые 2-3 дня накрываем марлей/любой неплотной материей. Ставим в холодильник для брожения.

4. Через 2-3 дня рассол сливаем, заново кипятим и повторяем заливку. (Можно после брожения сделать новый рассол из тех же ингредиентов, если прежний вам после брожения не нравится.) Если кто-то из листьев брожения не перенес, заменим их на свежие.

5. Даем банке остыть и сразу же повторяем процедуру: слили – прокипятили – залили обратно. И в качестве финального аккорда добавляем ложку водки – для общей бодрости. Все, можно плотно закрывать, ставить в холодильник и через пару недель пробовать.

Какой нормальный человек не любит, когда можно что-то сделать просто и интересно? Никакой. В смысле, все любят. Вот взять хотя бы чеснок. Самое сложное – это выбрать не очень злой. Остальное – дело техники.

---

## СОЕВЫЙ ЧЕСНОК

---

### ингредиенты

---

Чеснок зубчиками

Минимально соленый соевый соус

Уксус

---

### приготовление

---

1. Нечищенные, только обрезанные снизу и тщательно помытые зубчики чеснока заливаем уксусом и закрываем на 5-7 дней в холодильнике (чем крупнее чеснок, тем дольше).

2. Сливаем уксус, чеснок промываем и заливаем соевым соусом. Можно оставить зубчики нечищеными, а можно и почистить – так будет потом удобнее их употреблять по назначению.

Через неделю чеснок готов. Он может принять нечеловеческий сине-фиолетовый цвет, но вы не бойтесь, с ним все в порядке. Хранится ну очень долго – до сих пор автору не удавалось установить максимальный срок, потому что всякие там гости не оставляли такой возможности.

ОСТРАЯ ПОДАЧА





Это короли, султаны, махараджи среди малосолов! Секрет такого аристократизма – боржоми. Рассказываю...

---

## МАЛОСОЛЬНЫЕ ОГУРЦЫ С ГРУЗИНСКИМ АКЦЕНТОМ

---

### ингредиенты

---

Некрупные свежие огурцы – бакинские, корнишоны или просто мелкие молодые любого сорта с тонкой кожицей – 8-10 штук

Боржоми (можно, конечно, заменить любой выразительной минеральной водой, но лучше всего получается именно в нем) – 400-600 мл в зависимости от размера и количества огурчиков

На каждые 200 мл боржоми – 1 чайная ложка соли  
Пучок укропа, несколько зубчиков чеснока и перчик чили (вообще, если есть другая зелень – петрушка, кинза, базилик, и другие любимые специи, они тоже отлично сработают. Не нужно только кислого: лимона, лимонграсса и тому подобного).

---

### приготовление

---

1. Огурцы обрезаем с обоих концов, складываем в любую плотно закрывающуюся емкость, перемежая зеленью и чесноком, заливаем холодным боржоми. Крупные зубчики чеснока разрезаем вдоль.

2. Засыпаем соль, перемешиваем, закрываем и без промедления ставим в холодильник. Соль растворится не сразу, так что рекомендуется через 3-4 часа емкость перевернуть или несколько раз встряхнуть – чтобы рассол был равномерным.

3. Через день огурцы готовы, а если вы на первый раз со страху недоложили соли – можете еще дополнительно посолить и подождать буквально пару часов. Если, наоборот, переложили, тогда замените рассол на свежий боржоми без соли. Это очень ценное свойство таких огурцов – можно легко управлять степенью просолки.

Съесть огурцы рекомендуется сразу через день или максимум за 3-4 дня (боржоми за это время можно опять же менять по необходимости). Они получаются суперхрусткими, а с чесноком, хотя он тоже выходит прекрасным, нужно поосторожнее: его природная острота возрастает в разы. Да, не вздумайте почем зря выливать боржоми-рассол! :)

И кстати, так же можно готовить и редис, и мини-кукурузу, и морковные или сельдерейные палочки.







Репка нынче упорно форсирует свою популярность. Собственно, не сама, конечно, а поборники ее положительного образа и исторической значимости. И пусть – потому что она реально хороша. Мне вот, например, если предложить на выбор репку или конфетку, я цапну репку. Можете при встрече проверить. Жаль только, что такой оригинальный выбор встает крайне редко: за долгие годы работы в офисе ни разу никто не прислал мне на праздник мешок репы, а все только конфеты да печенье. Печенье, к слову, из репы можно тоже слепить, если постараться. Но мы с вами сегодня будем ее просто мариновать. Почему «угадайка»? Потому что можно поиграть в эту игру с гостями, не сообщив им, что это такое вы подали. Вам будут называть патиссоны, кабачки, дайкон, тыкву – особенно если похулиганить с цветом готового блюда.

---

## РЕПКА-УГАДАЙКА

---

### ингредиенты

---

Репка – 4-5 средних штук

Чеснок – несколько зубчиков по вкусу

Маринад: вода – 1 л; растительное масло – 2 столовые ложки; соль – 6 столовых ложек; сахар – 5 столовых ложек; тертый имбирь – 1/2 чайной ложки; уксус – 3 столовые ложки; цветные специи по вкусу – 1 чайная ложка\*

\* Цветные специи или, к примеру, щепотка тертой свеклы нужны для нашей хулиганской задумки привести репку в неузнаваемый вид. Выбирайте на свой вкус, только контролируйте количество, чтобы оно не перебило оригинальный вкус маринада.

---

### приготовление

---

1. Режем репку на кубики, а зубчики чеснока – вдоль.
2. Смешиваем маринад – все, кроме уксуса, – доводим до кипения, немного остужаем и тогда вливаем уксус.
3. Теплым маринадом щедро заливаем емкость с репкой.

Через неделю можно подавать, собирать ставки и выигрывать пари!









---

## РЫБА

---



Именно такими словами торжественно поклялся один гениальный повар в Домбае в ответ на страстные расспросы о том, что и как он сделал со свежевыловленной форелью. Утром мы наблюдали эту самую форель фактически в природной среде, а вечером тщетно пытались найти слова, чтобы описать свои вкусовые ощущения. Нет, кое-что он, конечно, сделал. И сейчас будет самый простой рецепт в этой книжке, а может, и вообще в мире (не считая «откройте шпроты»).

---

## МАЛОСОЛЬНАЯ ФОРЕЛЬ «НИЧЕГО НЕ ДЕЛАЛ»

---

### ингредиенты

---

Свежая форель – 1 штука  
каменная соль – 1/2 чайной ложки  
душистый перец – 1/2 чайной ложки

---

### приготовление

---

1. Совершенно свежую – не размороженную, а только недавно охлажденную – форель разделяем сами, чтобы кусочки филе без кожи примерно сантиметров по 5 в длину и чуть меньше в ширину были только что нарезанными. В крайнем случае пусть ее именно так разделают при вас в магазине или на рынке.
2. Выкладываем на тарелку. Очень осторожно подкрадываемся к форели с солью, чтобы не пересолить. В идеале – с крупной морской или каменной. Не дыша – чтобы не дунуть в соль и не пересолить – берем немножко соли на ложку с дырочками типа маленькой шумовки или ситечка. И выдыхая в сторону – чтобы не пересолить – нежно проводим этой ложкой над тарелкой из расчета «три крупинки на кусочек рыбки». Чтобы не пересолить. Никакая самая дорогая солонка с этой задачей не справится, обязательно пересолит. С тем же трепетом применяем свежемолотый душистый перец.
3. Можно еще нежно побрызгать лимонным соком: лимон не выжимать, а фактически погладить. Больше 3 капель сока у него не требовать. Потом добавьте – при подаче.
4. Сразу накрываем пленкой – и в холодильник часов на 4-5.

Подавать прямо на той же тарелке, а лимон, оливки, маслины и зелень поставить отдельно для желающих.









Я не знаю ни одного человека, кто при самом первом знакомстве с тунцом не заподозрил бы в нем мясо. Он и правда иногда ведет себя как мясо – например, не пытается развалиться при жарке. Спасибо ему за это!

## ТУНЕЦ С БОДРЫМ БУЛГУРОМ

### ингредиенты

Стейки тунца – сколько хотите  
Булгур – по 150 г на один стейк  
Льняное масло, кавказская или другая травяная соль,  
куркума для заправки булгура по вкусу

### приготовление

1. Варим булгур на среднем огне под крышкой в таком же количестве воды, как, скажем, гречку. Периодически помешиваем, через 10 минут добавим специи (но не масло), а через 15 минут попробуем и решим, не пора ли заканчивать. Он должен быть аль денте, не разваренный. Снимаем с плиты и сливаем воду. Не волнуйтесь, остыть он не успеет.

2. Тунца помещаем на хорошо разогретую сковороду-гриль без масла и быстро обжариваем с обеих сторон. Поверхности посветлеют и приобретут аппетитные гриль-полоски, но серединка обязательно должна остаться ярко-красной, первоначального цвета.

Подаем сразу же. Булгур поливаем льняным маслом, а вот тунца не рекомендую чем-либо дополнять, он в этом не нуждается совершенно.

ОСТРАЯ ПОДАЧА

Мидии, на мой личный взгляд, – мученики среди морепродуктов. С ними делают массу лишнего: поливают противными соусами, запекают с сыром, суют почем зря в «коктейли из морепродуктов» в совершенно не подходящей им ни по консистенции, ни по вкусу компании с гражданами типа кальмаров. А они-то на самом деле хороши буквально как есть и не требуют никакого приукрашивания, кроме разве что очень недолгой и при этом равнодушной варки. Например, вот такой.

---

## МИДИИ В ТОМАТНОМ СУПЕ

---

### ингредиенты

---

Сыромороженные мидии в закрытых створках (все помнят правило, да? С приоткрытыми и расколотыми морожеными мидиями придется без сожалений расстаться). В итоге кастинг должны пройти **18-20 штук**.

Томатный суп: **помидоры – 6-7 штук; сладкий перец – 1 крупный мясистый экземпляр**, лучше всего красного цвета; **морковь – 2 средние штуки; лук – 1 крупная или 2 небольшие штуки; чеснок – 5 зубчиков; лимонный сок и оливковое масло – по 2 столовые ложки; вода – 1,5 л** **Соль, перец, молотый чили**; в идеале – «рыбный», то есть такой, который смешан с рыбной или креветочной... как бы поделикатнее сказать... крошкой. Это сухая молотая приправа с красноречивым изображением перца в обнимку с креветкой или рыбкой на упаковке.

---

### приготовление

---

Единственное неудобство в процессе приготовления – это необходимость задействовать несколько кастрюль. Но результат того стоит!

1. Сперва готовим томатный суп. Это очень легко: прямо в кастрюле в оливковом масле 10 минут тушим мелко и беспорядочно порезанные лук, чеснок, морковь и перец. Затем доливаем воду и добавляем разрезанные на половинки или четвертинки помидоры.

Их должно быть много: примерно столько же, сколько остальных овощей, взятых вместе.

2. Засыпаем соль и специи, капаем лимонный сок: суп должен прежде всего вам нравиться на вкус, а степень остроты вы определяете сами. Но острота должна присутствовать обязательно.

3. Как только суп готов, переливаем его через мелкий дуршлаг в другую кастрюлю, а оставшиеся на дуршлаге овощи хорошенько отжимаем туда же. В результате вместо изначального супа с кусочками овощей у вас должен получиться густой бульон. Он будет в полной готовности ждать мидий.

4. Мидии нужно готовить молниеносно: прямо из морозилки поместить на 2 минуты в чистую кипящую воду. На две! И ни минутой больше. Это для того, чтобы они успели проявить себя, то есть раскрыться. Кто не раскрылся — неисправен. В смысле, такие мидии считаются испорченными, поэтому в суп они не пойдут, отпустите их с миром.

5. Правильные, раскрывшиеся мидии переключивают в суп и там варятся еще минут 5.

6. Подавать и есть нужно сразу же. Держите наготове средства нейтрализации тех, кто, доев мидии, полезет драться с соседом за суп.



– Мадам точно уверена? – беспокоился веселый босоногий метрдотель фантастически прекрасного хиппового пляжного ресторана на тайском острове Самет. – Они сырые, понимаете? Неприготовленные. Никак и никем не испорченные. Не познавшие...  
– И не познают. Тащите! – некультурно перебила мадам.

Да, прямо сырые. Да, только свежевывловленные или свежеохлажденные. Это может быть логистически нелегко, но те, кто справятся, не пожалеют. Осторожнее с размороженными креветками: пусть даже самые лучшие и дорогие, они могут проснуться задумчивыми и недостаточно бодрыми для того, чтобы держать форму. Подключите к процессу разморозки лимонный сок – побрызгайте спящих на полпути к пробуждению.

---

## НЕПОРОЧНЫЕ КРЕВЕТКИ

---

### ингредиенты

---

Хорошие крупные сырые креветки  
Чеснок из расчета по 1/2 зубчика на креветку  
Сырые морковь, капуста, корень сельдерея и свекла, нарезанные очень тонкой соломкой, пара колечек перчика чили – общий объем примерно с чайную чашку

---

### приготовление

---

1. Сырые креветки очищаем – убираем весь панцирь и пищевод. Можно оставить только «хвостовое оперение» – за него удобно держать креветку.
2. Надрезаем спинки вдоль и выкладываем креветки по кругу так, будто бы они присели в реверансе хвостиками вверх. Отгоняем кота.
3. На спинку каждой креветки кладем ползубчика чеснока. В середину креветочного хоровода складываем перемешанную соломку из морковки, капусты, корня сельдерея и свеклы.

Полагается брать за хвостик и жевать целую креветку сразу с прилегающим к ней чесноком, а овощная соломка работает гарниром. Масла не нужно, лимона тоже. Иногда к таким креветкам подают соевый соус – но и он, в принципе, лишний. Это одно из блюд, в которых главную работу выполняет непосредственно сам настоящий вкус каждого ингредиента. Да, и, как многие догадались, чеснок и перчик, помимо прочего, функционируют здесь как обеззараживатели, если кто мнительный.





Полузабытое лакомство нашего детства. Сегодня в магазинах можно найти столько готовых (в хорошем смысле!) рыбных паштетов, риегов, масел и пюре, что только преданные поклонники ножа и блендера соглашаются расходовать время на ручную работу. Но оно того стоит. Только, предупреждаю, есть побочное действие: приготовите один раз – и от вас не отстанут. Будут требовать на бис снова и снова.

---

## МУСС ИЗ ПЕЧЕНИ ТРЕСКИ

---

### ингредиенты

---

Хорошая консервированная печень трески в масле и без каких-либо добавок, кроме соли (соль в таком продукте неизбежна) – 300 г. Знаток советует выбирать так: потрясти банки и взять ту, в которой движения меньше всего. Это значит, что там максимум продукта. :)

Вареные яйца – 2 штуки

Лук – 1 небольшая штука

Розовый перец – 1/4 чайной ложки

---

### приготовление

---

1. Вареные яйца и сырой лук очень мелко крошим.
2. Соединяем все в миске: треску вместе с маслом, лук, яйца, перец.
3. С помощью блендера превращаем всю компанию в воздушное пюре, чтобы яйца были размолоты полностью, а от лука остались хрустящие крошки – они придадут нашему муссу пикантность. Готово!

ОСТРАЯ ПОДАЧА









Думаете, «морепродукты» – это неопределенность? Нет! Это свобода и вседозволенность. Берите хоть ракушки, хоть кальмаров. Да хоть любое рыбное филе, только хорошее и свежее. Главное – чтобы они были. А вот рису будет сюрприз. Приготовьте две глубокие сковородки: в одной будет томиться рис, в другой сделаем остальное.

## РИС С МОРЕПРОДУКТАМИ

### ингредиенты

Свежие (охлажденные) или сыромороженные морепродукты – 700-750 г

Если вы собираетесь смешивать несколько видов, очень важно, чтобы они были одинаковой плотности: креветки дружат с кальмарами, а, скажем, гребешки – с мидиями и вонголе. Разнородные дары моря не получится одинаково хорошо приготовить: более нежные просто разварятся, пока более плотные будут доходить до кондиции.

Длиннозерный белый рис – 300-350 г. Без шелухи – шлифованный, а в идеале еще и пропаренный. Можно и смесь белого с диким рисом.

Лук-порей – 1/2 стебля средней длины

Чеснок – 5-6 зубчиков

Хорошее негорькое светлое пиво – 0,5 л (в нем будем тушить рис)

Специи для морепродуктов: соль – 1/2 чайной ложки; креветочное чили и черный перец – по 1/4 чайной ложки; виноградное масло для тушения – 2 столовые ложки; оливковое масло для подачи – 1 столовая ложка; 1/4 лимона; кафрский лайм – 2-3 листка; лимонник – 1 стебель (свежий или сушеный)

### приготовление

1. В глубокую сковороду засыпаем промытый рис, заливаем его пивом, закрываем крышкой и тушим на среднем огне до готовности. Не забываем помешивать и следить, чтобы пиво не выкипело раньше времени – лучше иметь под рукой его резерв. А можно долить при необходимости и воды – но только немного и не на первой стадии тушения.

2. Пока рис и пиво строят отношения, в другой сковороде тушим в минимальном количестве воды морепродукты с маслом, специями, тонко порезанным луком и чесноком, лимонником и листьями кафрского лайма. Воды нужно столько, чтобы содержимое в ней не плавало, иначе получится суп. Тушим недолго – как правило, креветкам, кальмарам и осьминожкам достаточно минут 10, мидиям без ракушек – не больше 7, а ракушкам – побольше воды и минут 10-12.

3. Сливаем воду, убеждаемся, что рис готов, и помещаем в него морепродукты со всем их сопровождением. Перемешиваем, выключаем огонь, накрываем крышкой и даем всей компании освоиться друг с другом в течение 3 минут.

Можно подавать сразу – но и в разогретом назавтра виде блюдо будет в полном порядке. При разогревании обязательно попробуйте рис: если почувствуете, что он стал больше горчить, нейтрализуйте его. Как это сделать – интрига: посмотрите в конце книжки раздел «Караул, помогите!».









---

## МЯСО И ПТИЦА

---



Каждый раз, когда я начинаю готовить баранину, терплю ужасные претензии и даже скандалы. От кошки Ксении. Она так истово негодует, что я порчу это замечательное мясо, а не отдаю ей целиком, что соседи при встрече уже участливо спрашивают меня, точно ли стерилизована моя кошечка и не нужен ли мне («Ой, простите, не вам, конечно, а ей!») хороший зоопсихолог. Но сейчас не о кошках, а о барашках.

---

## КУСКУС С БАРАНИНОЙ

---

### ингредиенты

---

Баранина для плова – 300-400 г. «Почему именно для плова? – спросите вы. – Ведь есть масса более культурных вариантов». Потому что, по опыту, именно в ней правильный процент жира. И конечно, еще важно, что кто-то старательный уже порубил ее за вас.

Любой репчатый лук – 2 крупные штуки

Морковь – 2 средние штуки

Чеснок – 5 зубчиков

Кускус – 500 г

Куркума – 1 чайная ложка

Сушеная молотая зелень – 1 чайная ложка

Соль по вкусу

Любое растительное масло для тушения овощей – 2 столовые ложки

Маринад для баранины: вода – чтобы только покрыть сложенное в миску мясо; горчица – 5 столовых ложек; паприка – 1 чайная ложка

---

### приготовление

---

1. Замариновываем мясо. Можно на пару часов при комнатной температуре, а можно и часа на 4 в холодильнике. Помещаем в миску, заливаем водой комнатной температуры, чтобы мясо было только-только покрыто. Кладем горчицу, паприку и мелко покрошенные 1/2 луковицы и 1 зубчик чеснока. Все перемешиваем – даже, можно сказать, растираем, чтобы горчица не плавала комками, а хорошо растворилась.

2. Когда мясо готово к применению, перемещаем его в кастрюльку прямо вместе со всем маринадом, включаем сильный огонь, а когда маринад закипит, убавляем до среднего и тушим под крышкой примерно минут 25-30 в зависимости от величины кусочков (через 20 минут можно попробовать или просто разрезать один). Не забываем проверять, достаточно ли жидкости, и помешиваем. Потом выключаем огонь, но не даем бульону сильно остыть, он должен остаться горячим или хотя бы уверенно теплым.

3. Пока мясо готовится, режем овощи: морковь – крупной соломкой, оставшийся лук – широкими четвертинками колец, зубчики чеснока – продольными пластинками.

4. В другой глубокой сковороде разогреваем масло с солью, куркумой и зеленью и оперативно тушим на нем овощи на огне между средним и сильным. Делаем так: сначала закладываем морковку, даем ей побыть в одиночестве минут 5 (только не забываем помешивать). Потом добавляем лук и чеснок, чтобы они все вместе потушились еще 5-7 минут. Они должны стать совершенно точно не сырыми, но и не очень-то мягкими.

5. Готовые овощи сразу же добавляем прямо в бульон с мясом, и так же молниеносно высыпаем туда кускус, непрерывно помешивая, чтобы не было комочков. Кускус, как известно, не нужно варить – он приготавливается моментально методом наполнения теплой или горячей водой. Вы сами увидите по мере смешивания всех ингредиентов и набухания кускуса, когда его (кускуса) станет достаточно. Может быть, вы используете все 500 г, а может, и меньше. Главное – не переставайте мешать и удостоверьтесь, что жидкости хватает на все то количество кускуса, которое вы засыпаете. При необходимости, опыте или просто смелой уверенности можно прямо в процессе доливать воду. И сразу подавать.

Как ни запуганы вы предупреждениями о сложностях характера кускуса, знайте: это блюдо можно и разогревать. Просто необходимо сразу же, перед помещением на плиту или в духовку, добавить в него воды и размешать. И не давайте ему ни малейшей возможности попытаться пригореть – у него это получается молниеносно и гениально.



С индейкой все несложно – нужно филе, которое легко резать на кубики, только есть рекомендация: мясо бедра или голени подойдет гораздо лучше, чем белое. С грибами строго: портобелло – это такой очень большой и очень дикий шампиньон. Щедрый, с толстой мякотью, идеальный для тушения. Поэтому, прошу, найдите именно его, а в крайнем случае замените на классические шампиньоны, не на лесные грибы. Это принципиально.

## ИНДЕЙКА С ПОРТОБЕЛЛО

### ингредиенты

Мясо индейки (в идеале голени или бедра) – 300 г  
Портобелло – 2 крупных или 3 средних гриба  
(в пропорции 1,5 объема к индейке). Если вы берете шампиньоны вместо портобелло, вам нужно 10-12 штук среднего или крупного размера  
Лук – 1 штука (средняя)  
Чеснок – 3-4 зубчика  
Любой острый перец и любая соль – по 1/2 чайной ложки  
Растительное масло – 2 столовые ложки  
Маринад для индейки: на 1/2 л воды – 5 столовых ложек горчицы, хорошо размешать

### приготовление

1. Индейку режем кубиками среднего размера, а луковицу – широкими четвертинками колец. Помещаем их в маринад на 1-2 часа.

2. Из маринада перемещаем в глубокую сковороду с предварительно разогретым маслом. Весь маринад выливать туда же не надо, иначе получится невнятный суп.

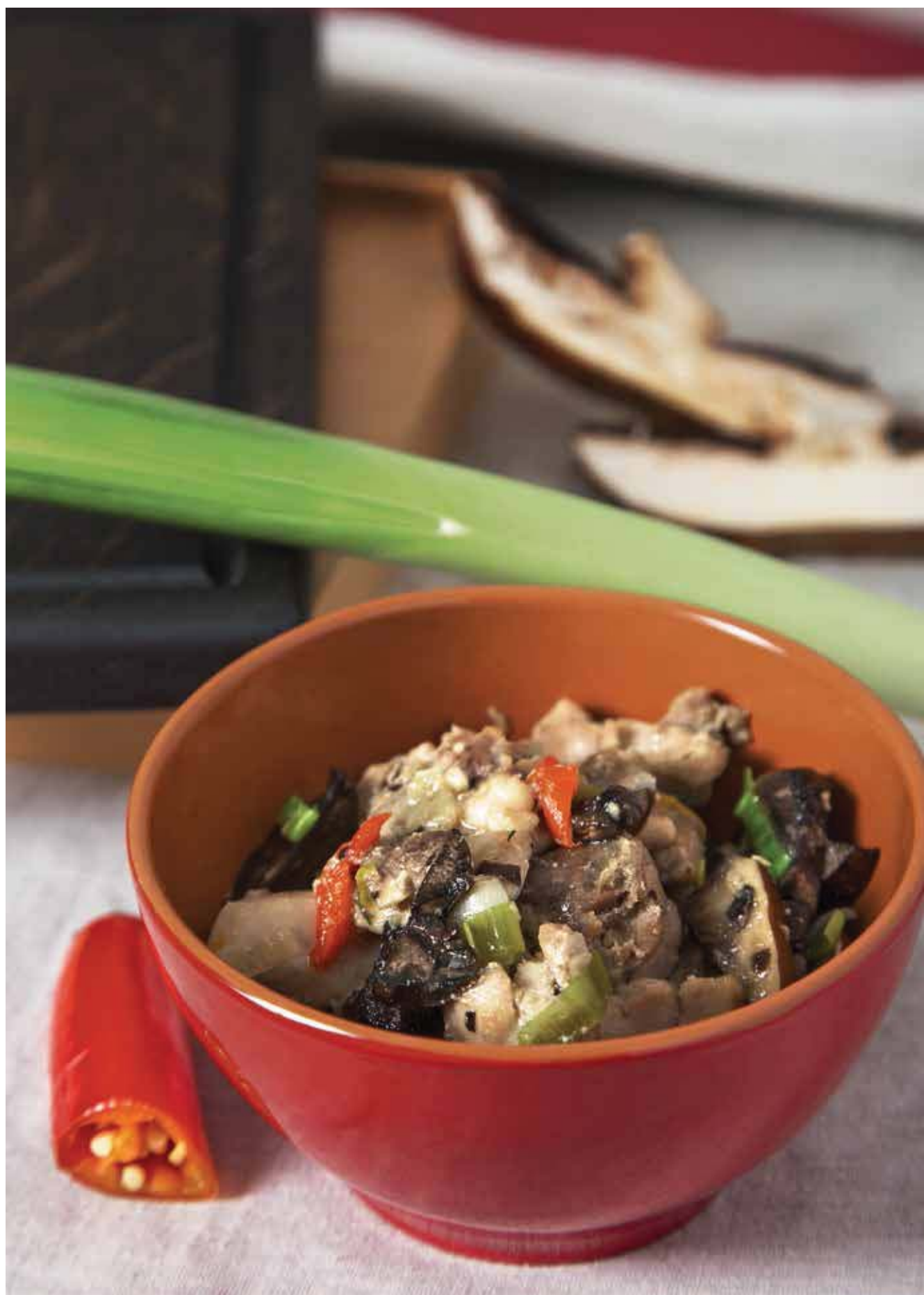
3. Тушим 15 минут на достаточно сильном, но не максимальном огне, постоянно помешивая и переворачивая, чтобы обработка была равномерной. При необходимости можно долить пару ложек маринада.

4. Грибы режем соразмерно кусочкам мяса и подкладываем в ту же сковороду, а вместе с ними – мелко нарезанный чеснок. Солим, перчим, убавляем огонь до среднего и также помешивая, тушим еще минут 5 – чтобы грибы просто успели прогреться до одной с мясом температуры. Портобелло, как и шампиньоны, можно (и вкусно!) есть сырыми, поэтому тушить их до изнеможения не нужно, иначе они утратят вкус.

Готово! Помимо оперативности и прочих достоинств этого блюда, оно еще и отлично сохраняет все свои качества при разогревании на следующий день, так что смело готовьте его с запасом и припрятавайте заначку от гостей.

ОСТРАЯ ПОДАЧА







Чуть не написала тут какую-нибудь плоскую шутку о сердцеедах, но вовремя остановилась. Давайте лучше просто потушим куриные сердечки. Можно, кстати, и индюшачьи, только их лучше разрезать пополам вдоль.

## КУРИНЫЕ СЕРДЕЧКИ В ТРАВАХ

### ингредиенты

Сырые куриные сердечки – 1 кг  
Лук-порей – 1/2 стебля. Можно и больше – он у нас будет играть роль гарнира.  
Чеснок – 1 головка  
Растительное масло для тушения – 2 столовые ложки  
Соль по вкусу  
Молотый красный перец, не самый острый – 2 чайные ложки  
Сок 1/4 лимона  
Кинза – 1 щедрый пучок

### приготовление

1. На дно кастрюли или сковороды для тушения наливаем масло, кладем порезанный колечками лук-порей, нашинкованный чеснок и тушим их с солью и 1 ложкой перца минуты 3 после того, как они начнут скворчать.

2. Сердечки промываем, выкладываем в ту же кастрюлю или сковороду. Добавляем совсем немного воды – так, чтобы сердечки не жарились. Накрываем крышкой, доводим до кипения, добавляем оставшийся перец и лимонный сок. Помешиваем и следим, чтобы не выпарилась вся жидкость, при необходимости доливаем буквально по ложке воды.

3. Через 15 минут сердечки готовы. Всыпаем половину мелко порезанной кинзы, перемешиваем, накрываем крышкой еще на 2 минуты. При подаче добавляем оставшуюся свежую кинзу.

Подавать можно вместе с бульоном – а можно выловить все шумовкой, а бульон оставить для последующих свершений или заморозить кубиками.

Вино у нас тут поработает маринадом (а ножки кролика – ножками кролика). Все, как мы любим: будет совсем несложно и предсказуемо. Предсказуемость, как я уже давно поняла, – очень хорошее качество, когда речь заходит о кулинарии.

## НОЖКИ КРОЛИКА В ВИНЕ

### ингредиенты

Ножки кролика – 2 штуки

Белое вино (сухое или полусухое, защищенного географического наименования или столовое – не принципиально, но оно не должно быть сладким и должно нравиться лично вам на вкус)

Лук – 2 средние штуки

Чеснок – 4-5 зубчиков

Растительное масло для тушения – 3 столовые ложки

Соевый соус – 2 столовые ложки

Соль с травами – 1/2 чайной ложки

Паприка и молотая смесь нескольких перцев – по 1/2 чайной ложки

### приготовление

1. Маринуем ножки: просто заливаем полностью вином. Мясо плотное, поэтому рекомендуется сделать в нем несколько проколов или прорезей – в незаметных местах, чтобы не портить вид. Ставим в холодильник на 2 часа.

2. В посуду для тушения – кастрюлю или глубокую сковороду – наливаем масло, кладем нашинкованные лук и чеснок, соль, паприку и перечную смесь (только оставьте по щепотке для дальнейшего процесса). Тушим на среднем огне минут 15, постоянно помешивая для равномерности. Воду не добавляем – у нас должна получиться аппетитная, чуть поджаристая смесь.

3. В ту же кастрюлю или сковороду помещаем кролика и его вино (вино – сколько поместится). Прибавляем временно огонь, чтобы вино согрелось и закипело, потом снова убавляем до среднего, добавляем соевый соус и тушим 25-35 минут (в зависимости от размера ножек), следя за тем, чтобы жидкость не выкипела полностью. По необходимости добавляем по ложке воды, много лить не надо.

4. Разогреваем чистую сухую сковородку, вынимаем кролика из бульона и сразу перекладываем на нее для того, чтобы немного подрумянить. В процессе можно подкинуть еще специй. Переворачиваем раз в минуту, всего 4 или 5 раз. Готово!

Подаем прямо на сковородке, посыпав еще щепоткой специй для красоты.







Почему «огонь»? Подождите бежать за огнетушителем. Они просто острые. Но это еще не все! Они очень простые, быстрые и любят моментальную подачу. Разогреть, брать с собой в поезд, на дачу (или где вы еще любите раздражать запахами еды соседей и попутчиков), конечно, можно. Но лучше зажечь без промедлений!

## ОГОНЬ-КОТЛЕТЫ

### ингредиенты

Хороший говяжий фарш – 500 г, собственноручно прокрученный или проверенного качества свежий из магазина. Фарш не должен быть постным, жир в нем предполагается.

Гречневые хлопья – 1 чашка. (В итоге соотношение фарша и хлопьев должно получиться 2 : 1. Только чисто гречневые, никаких мюсли и «сколько-то там улучшенных злаков».)

Соль по вкусу

Молотый красный перец – 1 чайная ложка

Виноградное масло для обжарки – 2 столовые ложки

Свежий перчик чили – 1/2 стручка. Можно для красоты взять кусочки разных цветов – красного и зеленого

Гранатовые зерна для вкуса и декора

### приготовление

1. Заливаем хлопья кипятком по минимуму, чтобы только покрыть поверхность, закрываем крышкой и ждем, чтобы они остыли до чуть теплой температуры.

2. Фарш разминаем вилкой, чтобы он потом легче смешивался с хлопьями. Отгоняем кота.

3. Размешиваем в миске фарш, хлопья, соль и молотый перец. Чуть-чуть поработаем блендером, чтобы масса стала однородной, однако не доводим ее до состояния пюре – нам ведь надо слепить котлеты.

4. Зажариваем котлеты на виноградном масле до готовности. Не пугайтесь некоторых сложностей с их переворачиванием – они довольно рассыпчатые. Вы наверняка отметили, что в рецепте нет ни яиц, ни хлеба – тут для простоты вкуса принципиально важен чистый фарш и хлопья без добавок.

5. Мелко крошим перчики и смешиваем их с гранатовыми зернами, посыпаем этой прелестью котлетки при подаче. Гарнир... ну, честно говоря, по-моему, не нужен. Гречка-то у нас уже включена!



«Как это? – спросите вы. – Если человек не любит курицу, зачем ему вообще сациви?» А у меня есть предположение, почему он считает, что ее не любит. Основано на собственном опыте и уже несколько раз проверено. Дело в том, что вареное и даже тушеное, даже самое мягкое филе куриных грудок, скажем прямо, сухое. Я в детстве с ним не могла справиться ни в каком виде. Оно называлось «нежуёцца» и ввергало меня в неподдельное, горькое и безысходное отчаяние. А потом... потом много чего случилось, но конкретно с куриным мясом настало раздолье. В смысле возможности покупать по отдельности любые части и запчасти от курицы, полностью избегая тех, что нежуюцца. И сациви с мясом куриных ног с честью реабилитировало весь свой клан. Предлагаю попробовать его всем, кто до сих пор не определился в отношениях с пернатыми.

---

## САЦИВИ... ДЛЯ НЕЛЮБИТЕЛЕЙ КУРИЦЫ

---

### ингредиенты

Вареное мясо куриных ножек – 500 г  
Тертый грецкий орех – 1 стакан  
Тертый чеснок – 2 зубчика  
Горсть мелко нарезанной кинзы  
Мелкомолотый черный перец – 1/2 столовой ложки  
Майонез – 1 стакан

---

### приготовление

1. Снимаем вареное мясо с костей и разбираем на небольшие кусочки, как для рагу.
2. Блендером соединяем майонез, хорошо протертые орехи, чеснок, кинзу и перец.
3. Смешиваем этот соус (вручную, не блендером!) с куриным мясом. И все!

При подаче можно и нужно украсить свежей зеленью и зернами граната.















---

## СУПЫ И ОВОЩНЫЕ БЛЮДА

---



Вот еще один чемпион – и по сорванным не раз аплодисментам, и по скорости приготовления. Ну, скорость, скажем честно, может обеспечить покупка уже очищенной и разрезанной тыквы, но если время есть, можно заняться разделкой и самостоятельно – только не говорите потом, что я вас не предупреждала. А вот когда у нас уже есть не просто карета, превратившаяся в тыкву, а мякоть без кожуры и семечек, мы поступаем так.

## ТЫКВЕННО-ИМБИРНОЕ ПЮРЕ

### ингредиенты

На литровую кастрюльку:

Сырая тыква, порезанная на кубики – 3/4 объема кастрюли

Сырой имбирь – 1 маленький корешок

Чеснок – 4-5 зубчиков

Сливки (обычные или кокосовые) – 2 столовые ложки

Соль по вкусу

Если кастрюля у вас большего размера, просто пропорционально увеличьте количество ингредиентов, только осторожнее с имбирем – если его окажется многовато, это может не всем понравиться.

### приготовление

1. Распиленную на кубики тыкву вместе с очищенными чесноком и имбирем (имбирь лучше порезать небольшими, с зубчик чеснока, ломтиками) кладем в кастрюлю, экономно заливаем водой, аккуратно солим (при необходимости будет легко досолить уже готовый суп) и варим до того момента, когда тыква станет протыкаться вилкой.

2. Солим и оставим бульон – он нам еще понадобится.

3. Эвакуируем ломтики имбиря, а чеснок оставим.

4. Вооружаемся блендером и прямо в кастрюле превращаем горячие тыкву с чесноком в однородное пюре. Это очень быстро.

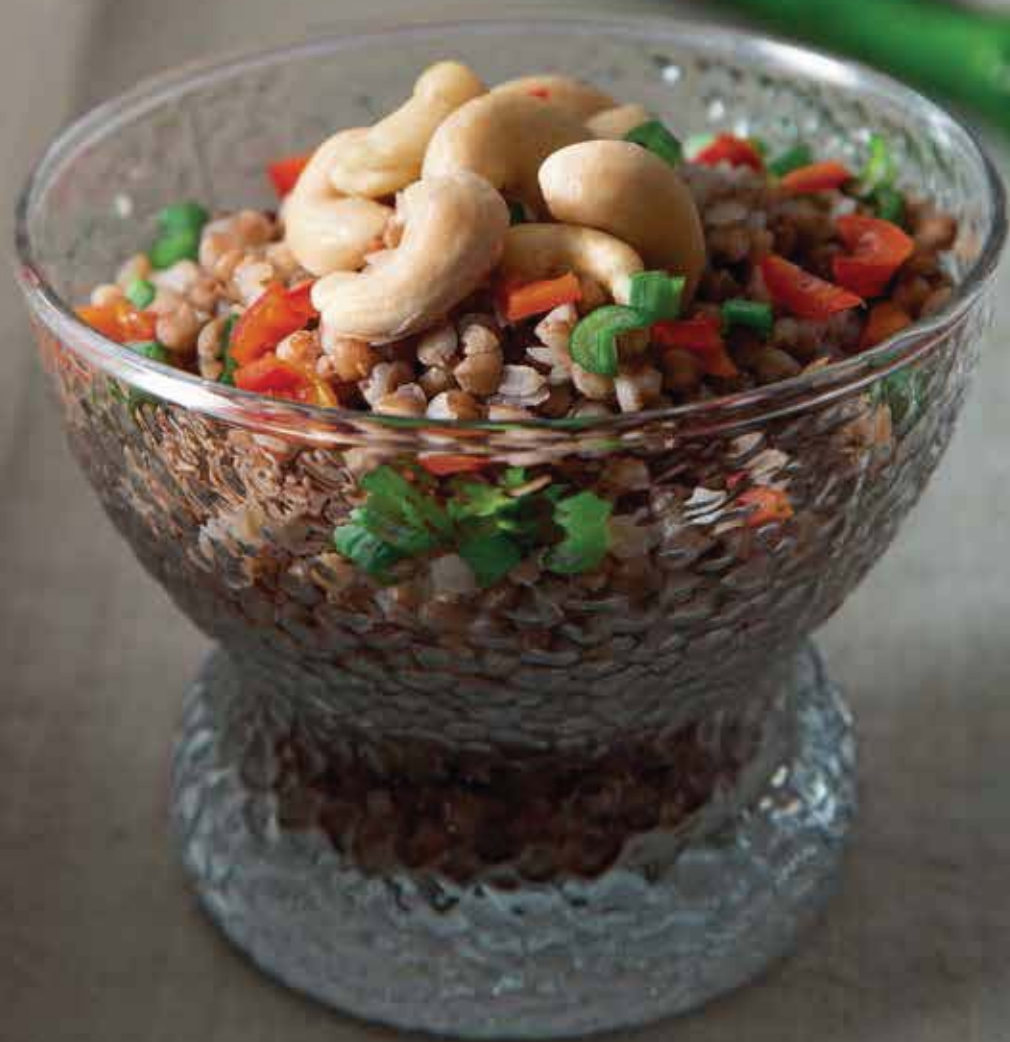
5. Сразу же вливаем сливки и еще раз проходимся блендером, чтобы все смешалось.

6. Оцениваем на свой вкус консистенцию пюре и доливаем необходимое количество бульона, чтобы суп был в той степени густым, как лично вам нравится.

Чем удобны супы-пюре, так это возможностью пофигурить при подаче: можно художественно капать маслом, рисовать на поверхности сердечко, эффектно раскладывать сверху зелень. Творите!

### ОСТРАЯ ПОДАЧА







Сами по себе эти два продукта, как понимаете, никого удивить не могут. Да и приготовить это так, чтобы было съедобно, ну очень несложно. Так что предлагаю сосредоточиться на нюансах, которые процесс не усложнят, а вкуса и остроты добавят. И у семьи с гостями уже не повернется язык сказать, что вы на них экономите.

## ГРЕЧКА С КЕШЬЮ

### ингредиенты

Гречневая крупа – 250 г

Сушеный (но не жареный и без соли) кешью – 100 г

Чеснок – 2 или 3 зубчика

Для тушения чеснока: кукурузное или виноградное масло (версия для немаслоедов), или растопленное сало (только без шкварок) – версия для хищников

Соль и мелкомолотый белый перец по вкусу (кто собирается тушить на сале – сперва попробуйте его и учтите, насколько оно окажется соленым)

Рыжиковое масло для заправки – 1 столовая ложка

### приготовление

1. Ставим гречку вариться на небольшом огне. В идеале – в глиняной посуде. (Еще лучше, если вы являетесь неторопливым обладателем русской печки и чугунок, где гречка будет томиться страшно сказать сколько времени; но это необязательно.) В любом случае, вариться она должна медленно и вдумчиво. По необходимости доливайте воды. Ближе к готовности положите соль и перец и размешайте.

2. Кешью заливаем кипятком минут на 20, накрываем крышкой. Воду потом сливаем.

3. В это время на маленькой сковородке нужно быстро потушить очень мелко покрошенный чеснок (без воды, только в ложечке масла или в растопленном маленьком ломтике сала в зависимости от ваших предпочтений). Его можно тоже немного поперчить: вы ведь помните, что чеснок и перец – друзья навеки?

4. Добавляем готовые орехи кешью и чеснок в кашу, хорошо перемешиваем и оставляем еще минуты на 2-3. Следим, чтобы каша не пригорела; можно долить ложку воды и подождать, чтобы она впиталась. Все вместе убираем с огня и держим под плотно закрытой крышкой еще хотя бы 5 минут. Вливаем рыжиковое масло, размешиваем. Если вы уже влюбились в рыжиковое масло так же, как я, вам может захотеться добавить его побольше. Это не возбраняется.

Подаем сразу. Но и в разогретом назавтра виде каша будет очень даже хороша. Только не разогревайте слишком резко, не доводите рыжиковое масло до закипания – оно этого не любит.

Что у нас делают с блюдами категории «макаронные изделия с овощами»? Чаще всего – затушивают насмерть. А они, лапша и овощи, мечтают дружить при жизни. И вот яичная лапша – отличный друг для овощей. Она не контрастирует с ними по консистенции и способна «цеплять» любые вкусные приправы.

---

## ЯИЧНАЯ ЛАПША С НЕБАНАЛЬНЫМИ ОВОЩАМИ

---

### ингредиенты

---

Яичная лапша – 200 г  
Мини-кукурузка – 10 початков  
Проростки чечевицы или маш – 100 г  
Очень мелко порубленный свежий чеснок по вкусу  
Щепотка соли и мелкомолотого красного перца –  
при подаче

---

### приготовление

---

1. Проростки чечевицы замачиваем в теплой воде на 15-20 минут, затем обсушиваем.
2. Варим лапшу строго по инструкции на упаковке: переваривать нельзя. Сливаем воду.
3. Початки мини-кукурузки режем поперек на две части, потом каждую вдоль еще пополам. Получившиеся четвертинки быстро обжариваем на сильном огне в минимальном количестве масла с перцем и чесноком. Они должны остаться в принципе сырыми, только обожженными, и ни в коем случае не тушеными.
4. Уменьшаем огонь под сковородкой до минимума и помещаем туда же лапшу, чечевицу, соль и перец. Все тщательно перемешиваем.

Подавать и есть нужно сразу, но – лайфхак! – разогретым назавтра блюдо предстает не менее прекрасным. Как и большинство «доедалок после гостей», правда?

ОСТРАЯ ПОДАЧА









Его, обжигаясь и плача, обычно съедают весь сразу, а потом еще вылизывают кастрюльку. На мой взгляд, это естественно, что борщ по своей природе требует остроты, так он гармоничнее. Так ли это – готовим и проверяем!

---

## ПЛАМЕННЫЙ БОРЩ

---

### ингредиенты

Свекла – 2 крупные штуки  
Белокочанная или краснокочанная капуста – 1/4 небольшого кочана  
Морковь – 2 крупные штуки  
Картошка – 4 средних экземпляра  
Лук – 2 средние штуки  
Чеснок – 5-6 зубчиков  
Говядина на косточке – 500 г  
Соль, черный перец, тузлук, сушеный чили по вкусу  
Лавровый лист – 2 штуки  
Растительное масло – 2 столовые ложки  
Вода – 2 л, по необходимости можно подливать

---

### приготовление

Вы спросите: где фасоль? Мне она кажется лишней – утяжеляет вкус. Но если очень любите, конечно, можно добавить. Только не консервированную – в приготовлении борща не должны быть задействованы посторонние соусы и маринады. Не поленитесь добыть свежую или размочить сушеную.

1. Варим мясо целиком на косточке с лавровым листом 1-1,5 часа, периодически снимая пену. Бульон должен получиться прозрачным, процеживать не нужно. Готовность говядины – мягкость – проверяем вилкой. По готовности мясо вынимаем и откладываем, убавляем огонь под бульоном, чтобы не выкипал.

2. Пока говядина доходит до кондиции, нарезаем соломкой свеклу, морковку, тонко режем лук и крошим чеснок. Внимание, фокус: четвертушку очищенной свеклы и два зубчика чеснока оставляем на потом.

3. Все нарезанное пассеруем, помешивая, минут 15-20 на сковороде в масле с половиной соли и всех сухих специй. Вторую половину соли засыплем потом в суп.

4. Готовые, пустившие сок овощи вместе с маслом перемещаем в бульон, прибавляем огонь до среднего.

5. Сразу же трем туда на терке сырую картошку. Это еще один фокус: лично я с детства не люблю ломтики картошки в любом супе. Она, как правило, разваривается, не позволяет хранить суп в первоизданном виде даже полдня и вообще перетягивает на себя одеяло. Но вот вкус у нее прекрасный, в супе он нужен. Поэтому мы приговорим ее к терке – и вкус получим, и крахмальные кубики не будут раздражать.

6. Покончили с картошкой – кладем в суп оставшиеся специи и сэкономленные чеснок и свеклу: зубчики разрезаем вдоль, четвертинку свеклы кладем целиком. Она добавит борщу цвета. А суп на этой стадии нужно попробовать, чтобы определить, как поступить с солью. Я, к примеру, всегда недосаливаю – но это лучше, чем наоборот. Солите по вкусу.

7. Тонко нарезаем мясо и шинкуем капусту. Кладем их в суп после того, как он уверенно покипит минут 5, и еще 3 минуты поддерживаем средний огонь. Капуста, как правило, разваривается моментально – так не дадим же ей этого сделать. Кстати, можно добавить и китайской капусты, она прекрасна в любом супе.

Готово! Подавать с мелко нарезанной свежей зеленью и всем, что положено по разнообразным версиям, традиционным и не очень: хлебом, салом, сметаной и прочим. А те, кто мясо не ест, могут просто исключить его из рецепта. Бульон с пассерованными овощами, маслом и всем прочим получится достаточно выразительным. И конечно, можно заменить говядину на птицу, только ее, понятное дело, не надо так долго варить – полчаса максимум в зависимости от комплекции.

Баклажан – идеальный овощ для гриля. На мой взгляд, даже в лучших ресторанах, когда подают стандартное ассорти овощей гриль, его составляющие неизбежно предстают совершенно разными: кабачки – мокрыми и усталыми, грибы – присушенными и опечаленными, перец – не успевшим понять, что случилось. О помидорах вообще отдельная песня: они или немедленно растекаются по всему блюду, или выстреливают мякотью вам в декольте или галстук при первом прикосновении. И только баклажаны, это благословение любой южной кухни, с готовностью принимают наши инициативы насчет положить их на гриль. Поэтому стоит попробовать баклажаны отдельно, не мешая ни с чем, кроме полагающихся случаю специй.

---

## БАКЛАЖАНЫ НА ОЧЕНЬ СКОРУЮ РУКУ

---

### ингредиенты

---

Молодые некрупные баклажаны (семечки в них уже успели немного потемнеть, но мякоть равномерно упругая) – 1, 2, сколько угодно

Мелкомолотая соль с примесью сушеных овощей и самый ароматный черный перец – по полщепотки на ломоть/пластинку баклажана

Крупная соль – каменная, розовая – по паре крупинок на пластинку баклажана

Оливковое масло для подачи – несколько капель на каждую пластинку. Понадобится флакон или масленка с очень узким носиком: обильный полив маслом испортит блюдо.

---

### приготовление

---

1. Отрезаем черенки от баклажанов. Нарезаем их вдоль на пластинки, которые на многих языках называются «ладошками», то есть по всей длине вдоль. Толщина таких пластинок должна составлять до 1 сантиметра, от 7 до 10 миллиметров. Кожицу срезать не надо.

2. Каждую пластинку усердно натираем с обеих сторон полущепоткой овощной соли и черного перца. Не просто посыпаем, а прямо берем в руки и не слишком сильно, но страстно трем.

3. Сразу кладем на частую решетку в разогретую до 200 °С духовку или на сковородку-гриль без масла (не накрывая крышкой), огонь выставляем уверенно средний или сильный – мы можем себе позволить слегка обжечь кожицу и оставить отчетливые гриль-полоски на мякоти, так надо.

4. Через 2 минуты переворачиваем пластинки. Не допускайте, чтобы они размякли и решили потушиться.

Еще через минуту подаем на широкой тарелке или большой деревянной доске. Оливковое масло аккуратно и скупно капается на каждую пластинку при подаче, крупная соль выдается вообще по минимуму.



Первым делом – на охоту. Если, конечно, на дворе лето или осень. Если нет – тогда в магазин или в собственную морозилку. Это сладкое чувство – я грибник! – поднимает настроение и, возможно, даже заряжает вашу стряпню энергией. Я в этом не очень разбираюсь, но почему бы не подумать о хорошем.

## ОСТРЫЕ ОПЯТА

### ингредиенты

Сырые или мороженные опята – сколько хотите, главное, чтобы влезли в сковородку. Сушеные не подойдут.

И помните, что грибы уменьшаются примерно вдвое при термообработке.

Лук – 1 средняя штука

Чеснок – 5 зубчиков

Подсолнечное масло – 3 столовые ложки

Сушеная молотая зелень по вкусу

Сухой или соусобразный тузлук по вкусу – в его составе есть соль, так что ее добавлять отдельно не придется.

Наша задача – сделать опята именно жареными или в крайнем случае тушеными. Все привыкли видеть их маринованными или вареными, а мы не хотим тут разводить мокроту.

### приготовление

1. Хорошо обсушиваем опята: свежие – после тщательной сортировки и промывания, мороженные – тоже после быстрого промывания холодной водой.

2. На сковороде разогреваем масло и на сильном огне, помешивая, поджариваем нашинкованные лук и чеснок с тузлуком, всего минут 10.

3. Кладем туда же опята, немного убавляем огонь и продолжаем помешивать все вместе. Крышкой не накрываем и стараемся, чтобы образующаяся жидкость испарялась по максимуму. При необходимости ее сливаем и добавляем по капле свежего масла. Мороженные опята готовы через 10 минут, свежесобранные – примерно через 20. Просто убедитесь, что они прожарены равномерно. И подавайте – как гарнир или просто так. Мне лично больше нравится просто так.







Идеал дачника и его гостей: в городе-то, пожалуй, поостережешься прямо вот так собирать траву с газонов. А на своем (или не своем) участке не страшно. И эффект безошибочный: друзья, которых вы хоть раз угостили этим супом, останутся с вами навеки. Да и ботва не пропадает почем зря.

## ЖАРКИЕ ЛЕТНИЕ ЩИ С БОТВОЙ И СОРНЯКАМИ

### ингредиенты

Зелень – щавель, сельдерей, дикорастущие молодая крапива и сныть – по щедрому пучку. Не скупитесь – много их не бывает, к тому же они в процессе варки, как всякая трава, уменьшаются в объеме.

Ботва – свекольная, морковная, репник

Картофель – 4-5 средних штуки

Морковь – 2 средние штуки

Лук – 1 крупная штука

Чеснок – 6 зубчиков

Китайская капуста – 1/4 среднего кочана

Кедровые орешки – 1 чашка

Подсолнечное и льняное масло – по 1 столовой ложке

Травяная соль – 1 столовая ложка

Черный перец – 1 чайная ложка

Вода – 1,5 л

### приготовление

1. Сначала самое приятно-дачное: собираем ботву и зелень. Только убедитесь точно, что вы твердо узнаете среди всего разнотравья именно крапиву, сныть и обычный щавель – у них в природе есть подражатели, и они нам не нужны, а иногда могут быть даже опасны. Тщательно, в двух или трех водах, промываем урожай.

2. Тонко нашинкованные лук и морковь тушим в смеси двух масел с щепоткой перца на дне суповой кастрюли в течение 7-8 минут.

3. Вливаем воду, включаем максимальный огонь, закладываем порезанный кубиками картофель и порезанные вдоль зубчики чеснока.

4. Когда суп закипит, уменьшаем огонь до среднего, выжидаем буквально 2-3 минуты и засыпаем орешки. Еще через 2 минуты кладем соль, перец, нашинкованные капусту и ботву.

5. Сразу, как только суп снова закипит, добавляем крапиву. После промывания она все еще может кусаться, учтите это. Поэтому крапива должна будет повариться на минуту дольше, чем все остальные сор... вольно-растущие. Удобнее всего сделать так: крупно порезать пучок ножницами, держа его над кастрюлей.

6. Через 1 минуту таким же способом загружаем в щи всю оставшуюся зелень. Еще через 2 минуты можно выключать огонь и считать суп готовым. Дольше варить не следует – трава разваривается моментально. Попробуйте и, если хотите, досолите. И есть отличная традиция подавать зеленые щи со сметаной и класть в тарелку половинку вареного яйца.

Нет, это не опечатка. Да, острая сметанная заправка гениальна. И да, такое патриархально-традиционное блюдо способно зажечь. Скажу больше: оно идеально для готовки в раззадоренном состоянии и во всяческих страстях. Смотрите сами.

## БЕЛЫЕ ГРИБЫ И КАБАЧКИ СО СМЕТАНОЙ

### ингредиенты

**Белые грибы – 300 г.** Если у вас есть собственноручно собранные свежие и затем отваренные грибы – это прекрасно. Если нет, найдите в хорошем магазине свежемороженые целые.

**Кабачок в пропорции 1 : 1 к грибам – не более 300 г**

**Лук – 1 штука**

**Чеснок – 2 зубчика**

**Растительное масло – 1 столовая ложка**

**Соль и мелкополотый душистый перец – по 1/2 чайной ложки**

**Сметана – 4-5 столовых ложек**

### приготовление

1. От души, вымещая все невысказанное, режем кабачки, грибы, лук и чеснок – как для классического рагу.

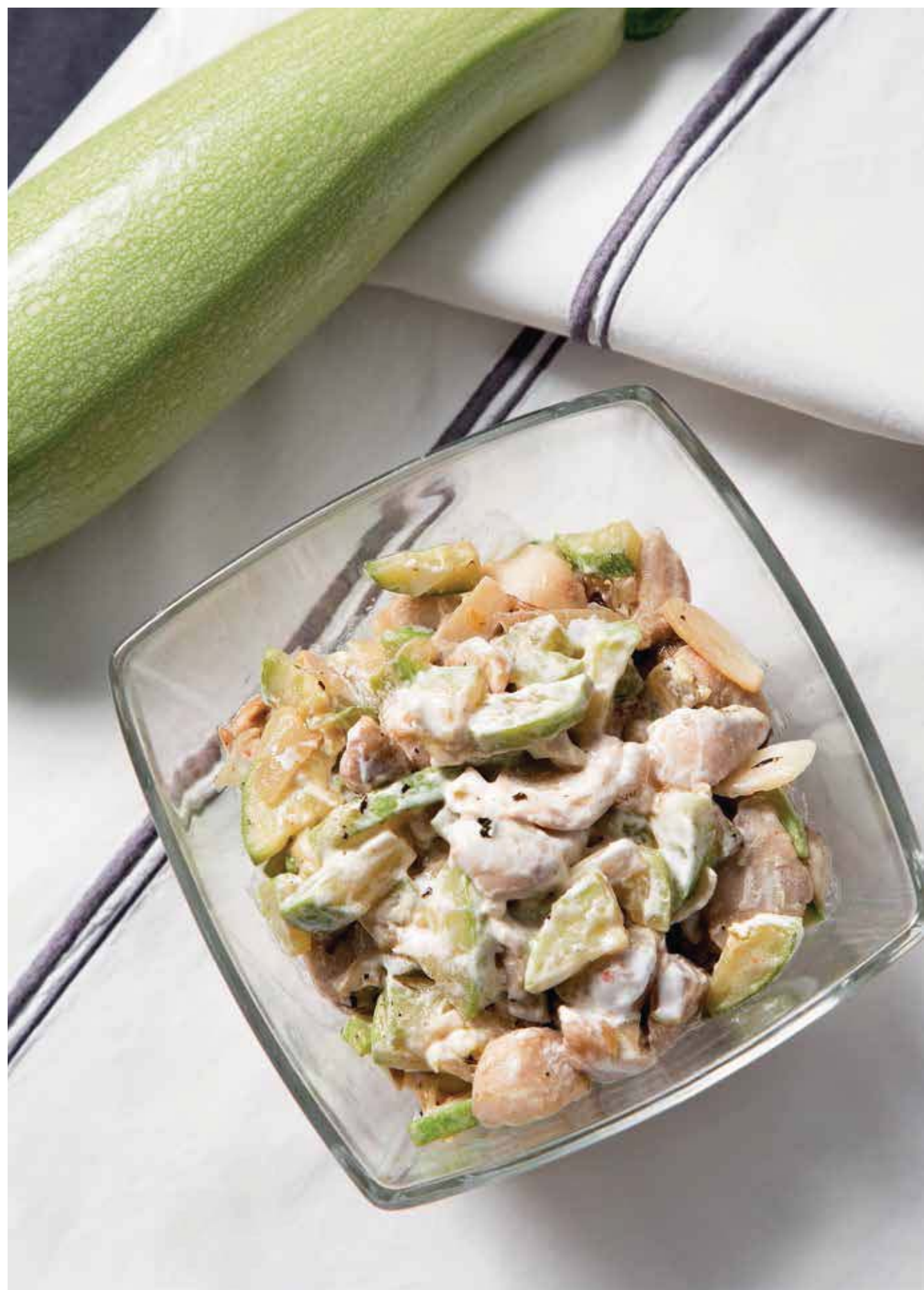
2. Бросаем на сковородку в масло, добавляем соль.

3. Сметану смешиваем с перцем, слегка взбиваем. Не нужно высокотехнологичных и высокоотходных методов типа блендера, можно просто энергично поработать вилкой.

4. Как только кабачки с грибами превратились из сырых в свежешушенные, добавляем сметану с перцем. Все хорошо размешиваем на среднем огне, чтобы сметана успела основательно прогреться и попытаться закипеть.

Немедленно подаем. Немедленно!









За что мы любим сушеный галангал? За то, что он, как правило, продается в такой нарезке, что легко идентифицируется в готовом супе и не пытается всеми правдами и неправдами попасть в тарелку. Шутка! На самом деле это классный природный усилитель вкуса, особенно в сочетании с овощами. Предлагаю проверить.

## ОВОЩНОЙ СУП С ГАЛАНГАЛОМ

### ингредиенты

Кабачок – 1 средняя штука  
Морковь – 1 крупная штука  
Лук – 2 средние штуки  
Дайкон – 1 средняя штука  
Репка – 1 крупная или 2 небольшие штуки  
Китайская капуста – 1/3 небольшого кочана  
Чеснок по вкусу  
Чесночная соль – 2 столовые ложки  
Черный перец горошком и молотый по вкусу  
Кукурузное или виноградное масло – 2 столовые ложки  
Срезы галангала – 3-4 штуки  
Вода – 1,5 л (по необходимости можно доливать)

### приготовление

1. Начнем с моего любимого супового приема: на дне кастрюли потушим в масле нашинкованные лук, чеснок и морковь. Немного посолим, поперчим и тушим минут 10 на среднем огне, постоянно помешивая.
2. Кабачок, дайкон и репку режем небольшими кубиками или пластинками, китайскую капусту некрупно шинкуем. Лайфхак: многие шинкуют кочан «по мере убывания», а я предпочитаю отделять и нарезать целые листья по одному. Тогда в блюдо попадает и более тонкая и кудрявая верхушка, и гладкий мясистый корешок.
3. Доливаем в кастрюлю воду, бросаем галангал, делаем сильный огонь и даем закипеть. В закипевшую воду кладем кабачок, дайкон и репку, а минут через 7-8 и капусту. Добавляем все оставшиеся соль и специи. Как только суп еще раз закипит – он готов!











---

## ДЕСЕРТЫ

---



Это был мой первый «взрослый», настоящий рукотворный десерт. И он сразу получился! Даже несмотря на то, что у меня не было такой штучки для отделения белков от желтков, с которой сегодня эта задача по плечу любому младенцу, умеющему держать ложку.

## КЛАССНЫЙ ШОКОЛАДНЫЙ МУСС

### ингредиенты

Чистый шоколад – лучше горький, но можно для интереса добавить и пару кусочков молочного – 200 г

Крепкий черный кофе – 5 чайных ложек

Сырые яйца – 5 штук

Сахарная пудра – 3 чайные ложки

Молотые в порошок специи, которые не вызывают у вас протеста в десертах: корица, мускатный орех, кардамон – 1/4 чайной ложки. Но только самый мелкий порошок – в нашем воздушном муссе не должно быть крупинок.

Отчаянным, словно храбрые мексиканцы, разрешаю внедрить в состав каплю сока перчика чили: отрезать самый кончик и помешать готовый мусс.

### приготовление

1. Варим очень крепкий черный кофе.

2. На водяной бане растапливаем шоколад, поломанный для скорости на кусочки.

3. Когда шоколад растает, вливаем кофе и хорошо размешиваем. Снимаем с плиты и даем остыть до комнатной температуры. Осторожно, не спешите продолжать, дождитесь остывания: в горячем шоколаде у вас может свариться яйцо.

4. Тщательно отделяем желтки от белков. Желтки нежно подмешиваем к шоколадно-кофейной массе, а белки взбиваем с сахарной пудрой и специями до густой плотной пены и сразу же соединяем все вместе до полной однородности.

5. Уже очень хочется засунуть голову в миску, но это еще не все: необходимо перед подачей выдержать мусс в холодильнике 6, а лучше все 8 часов.







– Вот всегда нашей Кате цирк подавай, – на безопасном расстоянии обсуждают некоторые. – Рецепт шарлотки – ну некуда же проще, зачем что-то додумывать? (Додуманную еду при этом наворачивают за милую душу.)

– Она творчески мыслит, – защищает Катю мама, – вот в четыре года суп рыбный, бывало, только со сдобной булочкой и впихнешь ей. И если еще колбасу и огурец на ту булочку положить. А то бы ребенок ничего не ел, и была бы мне печаль и обструкция.

И все это было не напрасно. Ребенок сохранил свободу воли и бесстрашие. Ничего запретного нет в том, чтобы есть сладкое с несладким, верьте мне.

---

## ОВОЩНАЯ ШАРЛОТКА

---

### ингредиенты

---

Почти классическое тесто для шарлотки:

мука – 1 стакан; сахар – 3/4 стакана; яйца – 4 штуки;

соль – 1 столовая ложка, лучше всего с травами  
и/или специями

Цуккини – 1/2 штуки

Морковь – 1 штука (небольшая)

---

### приготовление

---

1. Цуккини и морковь режем тонкими лепестками. Следим, чтобы в результате у них получилась справедливая равная пропорция 1 : 1. Морковь нужно резать мельче. Цуккини не очищать.

2. Смешиваем и слегка взбиваем вручную тесто до однородной массы. Блендер не рекомендую: есть риск перейти грань. Тесто должно быть хорошо размешанным, в меру густым, с пузырьками, но не вспененным. (Бонус: такая ручная работа – отличный фитнес.)

3. Примерно 2/3 объема теста выливаем в форму. Туда же сразу выкладываем кабачки и морковь. Сверху доливаем все оставшееся тесто.

4. Сразу же ставим форму в духовку, прогретую до 190 °С. 20 минут пирог не беспокоим, а потом ненадолго поднимаем температуру до 195 или даже 200 °С. Выжидаем 7-8 минут и возвращаемся к 190 °С. Еще минуты через 3 пирог готов.

Рекомендую при подаче очень умеренно и нежно смазать его сверху амарантовым маслом и подать отдельно перечницу с душистым перцем.

Яблоки иногда бывают коварными. Например, при попытке сварить из них варенье они, как правило, стремятся превратиться в компот. Но на это у нас есть не менее коварный рецепт: мы обманем яблоки при помощи сиропа.

## ЯБЛОЧНАЯ ПЯТИМИНУТКА С ЛИМОНОМ, КОРИЦЕЙ И ПЕРЦЕМ

### ингредиенты

Свежие хрустящие яблоки розовых сортов:  
карамелька, розовый налив, орловское полосатое  
и тому подобные – 1 кг  
Вода – 1 л  
Сахар – 0,5 кг  
Сок 1/2 лимона  
Корица – 1 чайная ложка  
Душистый перец – 1/2 чайной ложки

### приготовление

1. Яблоки режем на изящные дольки. Хвостики, косточки и всякие изъёмы убираем.
  2. Из воды с сахаром и корицей делаем сироп: все размешиваем в кастрюле, доводим до кипения и, постоянно помешивая, дожидаемся загустения. Вода должна выкипеть практически наполовину. В процессе выжимаем туда лимон, но не весь, а буквально несколько капель.
  3. Когда сироп уже не вода, а именно сироп, соединяем его с яблоками, убавляем огонь до среднего и помешивая доводим до кипения.
  4. Выжидаем 15 минут и снимаем заготовку с огня. Полностью охлаждаем.
  5. Возвращаем на огонь и кипятим еще 5 минут, добавив корицу с перцем и дожав лимон.
  6. Повторяем процедуру: снимаем с огня – охлаждаем – снова варим 5 минут.
- Готово! Можно подавать сразу или закрывать в простерилизованные банки.

ОСТРАЯ ПОДАЧА





И в черничнике, и на клубничной грядке, и под смородиновым кустом. Авокадо составит гениальный ансамбль с любыми ягодами — проверено. Его безотказность — залог успеха любых сочетаний: с тунцом, с икрой, с курицей, грибами, овощами и зеленью, цитрусовыми и орехами. И вот сегодня авокадо поработает у нас десертом. Если кто-то, как я, до сих пор думал, что ягодный салат — это скучно, и вот бы его посолить и заправить колбасой, — сейчас авокадо нас спасет.

---

## АВОКАДО В МАЛИННИКЕ

---

### приготовление

---

1. Авокадо режем мелкими кубиками, размером примерно как ягоды. Лайфхак: можно не пытаться очистить от кожуры половинки авокадо, чертыхаясь и облизывая руки по локоть, а порезать их прямо с кожурой тонкими дольками — она легко от них отделится практически сама.

2. Соединяем авокадо, ягоды и заправку. Готово!

---

### ингредиенты

---

**Авокадо — 1 штука.** Обязательно спелое, не такое жесткое, как морковь. Пусть лучше размазывается, это не страшно, это вкусно.

Один, два вида или целое ассорти ягод: **малина, черника, ежевика, клубника, земляника.** Главное — чтобы не костлявые. Общее количество — в два раза объемнее, чем авокадо. Если нужно сделать побольше десерта, берите два, три, сколько угодно авокадо и, соответственно, вдвое больше ягод.

Заправка: **мед — 2 столовые ложки; лимонный сок — 1 столовая ложка; имбирный сок — 1 чайная ложка; апельсиновый сок — 2 столовые ложки.** Все это надо соединить и взбить до однородности.

ОСТРАЯ ПОДАЧА









«Что тут особенного? – спросите вы. – Покажите нам такого человека, который не может насыпать в кофе перец!» Однако не торопитесь, подойдите к делу со всей основательностью и с истинным занудством. Это обязательно отметят.

Первый шаг в приготовлении такого кофе делается заблаговременно – за три... дня. Потому что в среднем именно столько фильтруется вода. Проверено: кофе из хорошо очищенной воды реально отличается от среднестатистического. Ну и вообще очищать водопроводную воду полезно для всех – начиная от вас и заканчивая туркой и чайником. У меня в хозяйстве очистка воды происходит с участием шунгита и кварца, в пятилитровой банке с краником. Это все так красиво выглядит, что, вероятно, даже кофе радуется у себя в шкафчике за дверцей. Но к делу!

---

## КОФЕ С ПЕРЦЕМ

---

### ингредиенты

---

**Вода – 0,5 л.** В турку среднего размера, не миниатюрную, обычно входит именно столько воды. Однако не наливайте ее до краев, нам понадобится простор для творчества.

**Молотый кофе – 3 столовые ложки**

**Специи: молотые черный перец и корица – по щепотке; гвоздика – 2 штуки.** Если любите анис, можно добавить и его. Короче говоря, представьте, что вы делаете глинтвейн, но только дозировка специй должна быть поскромнее.

---

### приготовление

---

1. Засыпаем кофе в воду, размешиваем, ставим на сильный огонь. (Я вообще за сильный огонь для страстных рецептов.)

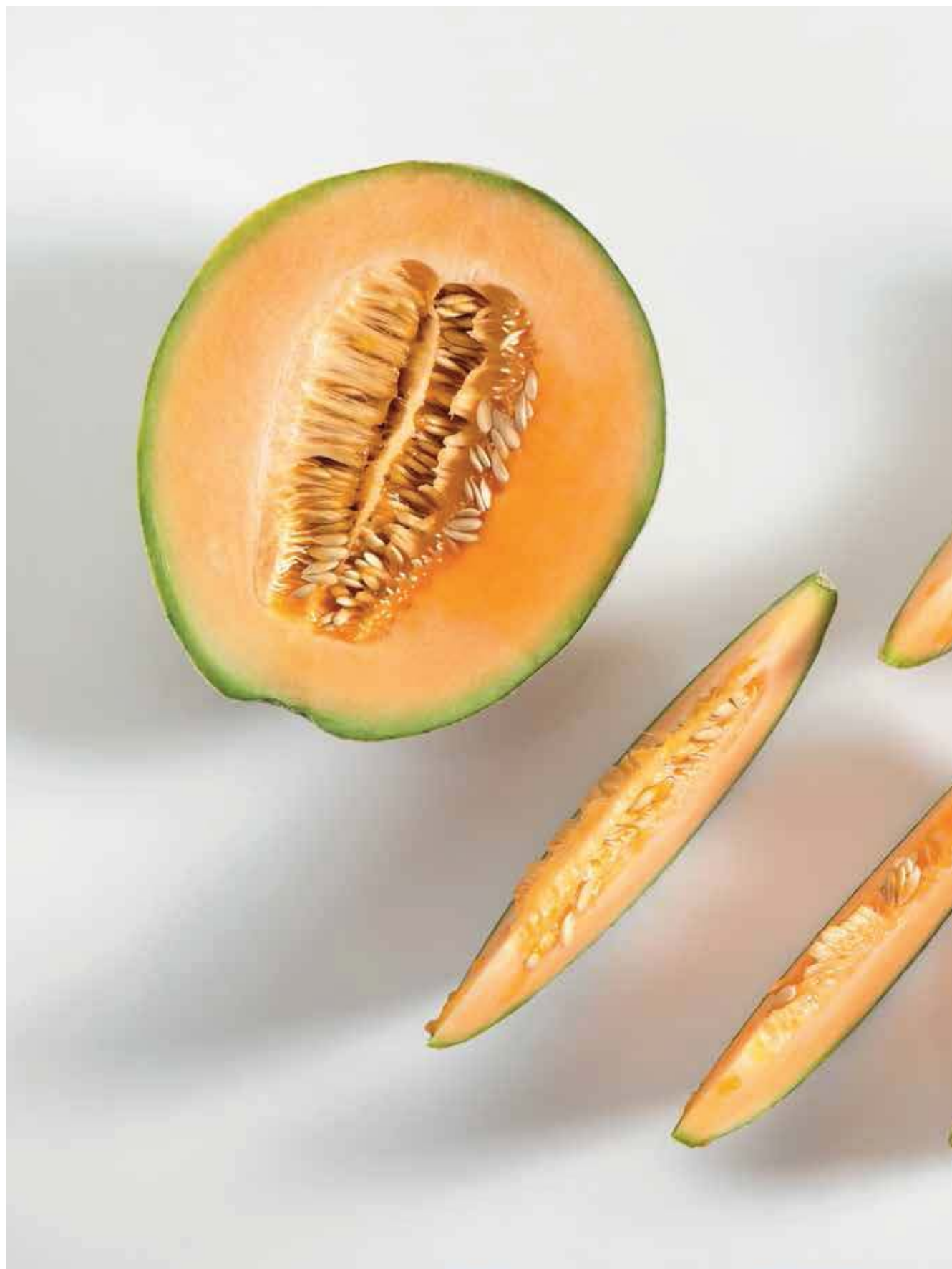
2. Сразу же добавляем гвоздику и перец. Корицу – попозже, когда вода нагреется.

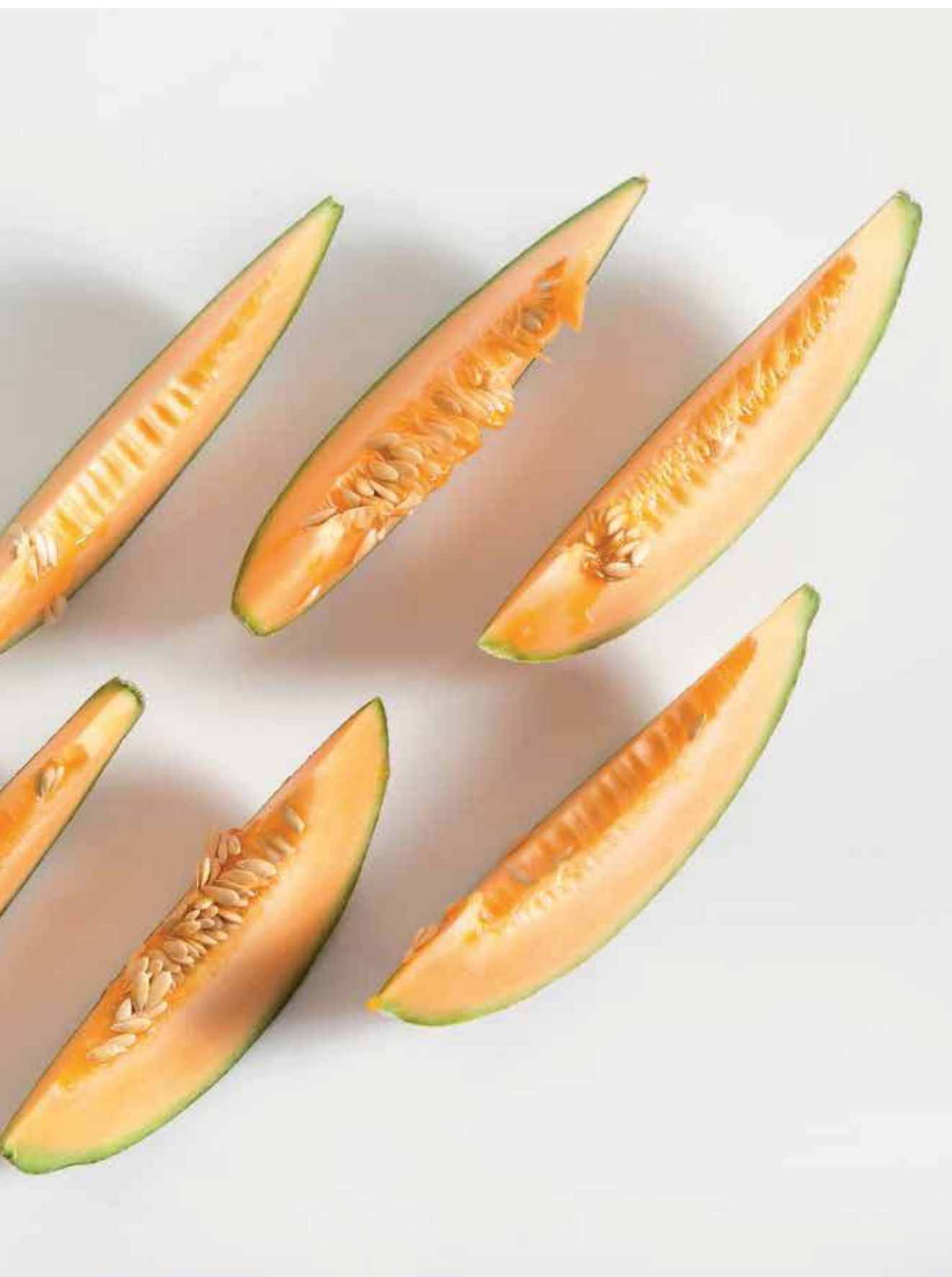
3. Держим наготове стакан холодной (и тоже очищенной, а как же) воды.

4. Изредка помешивая, бдительно наблюдаем за кофе. Как только он пытается закипеть, проворно снимаем с огня и вливаем ложку холодной воды.

5. Всыпаем корицу, возвращаем турку на огонь и повторяем процедуру: не давая кофе убежать, снова охлаждаем его ложкой воды. И еще раз, то есть кофе должен взойти 3 раза.

Даем турке отдохнуть минуту-другую на поверхности комнатной температуры – и можно разливать и подавать. Чем меньше и ниже чашка – тем лучше.





---

## КАРАУЛ, ПОМОГИТЕ!

---

Это такое бонус-приложение. Для тех, кому удалось в творческом порыве, из интереса или просто зазевавшись, добиться неожиданного, но нежелательного эффекта. Как правило, с приставкой пере- – потому что все, что недо-, несложно докрутить. Как и в жизни, друг мой, как и в жизни.

---

## ВЛЮБИЛИСЬ, ТО ЕСТЬ ПЕРЕСОЛИЛИ

---

Если это, скажем, несложный суп, его легко разбавить водой. Если консистенция такова, что его нельзя или жалко разбавлять, есть способ оперативный и почти всегда работающий: сахар. Добавляете по пол-ложечки, каждый раз ждете, чтобы хорошо растворился, и пробуете, пока вкус вас не устроит. Есть способ более долгий: варите еще небольшую порцию такого же, только несоленого, и соединяете. Кстати, если кто переживает на предмет сахара – как же, в диетическом супе-то! – вспомните, сколько сахара в овощах, к примеру в чесноке, и расслабьтесь.

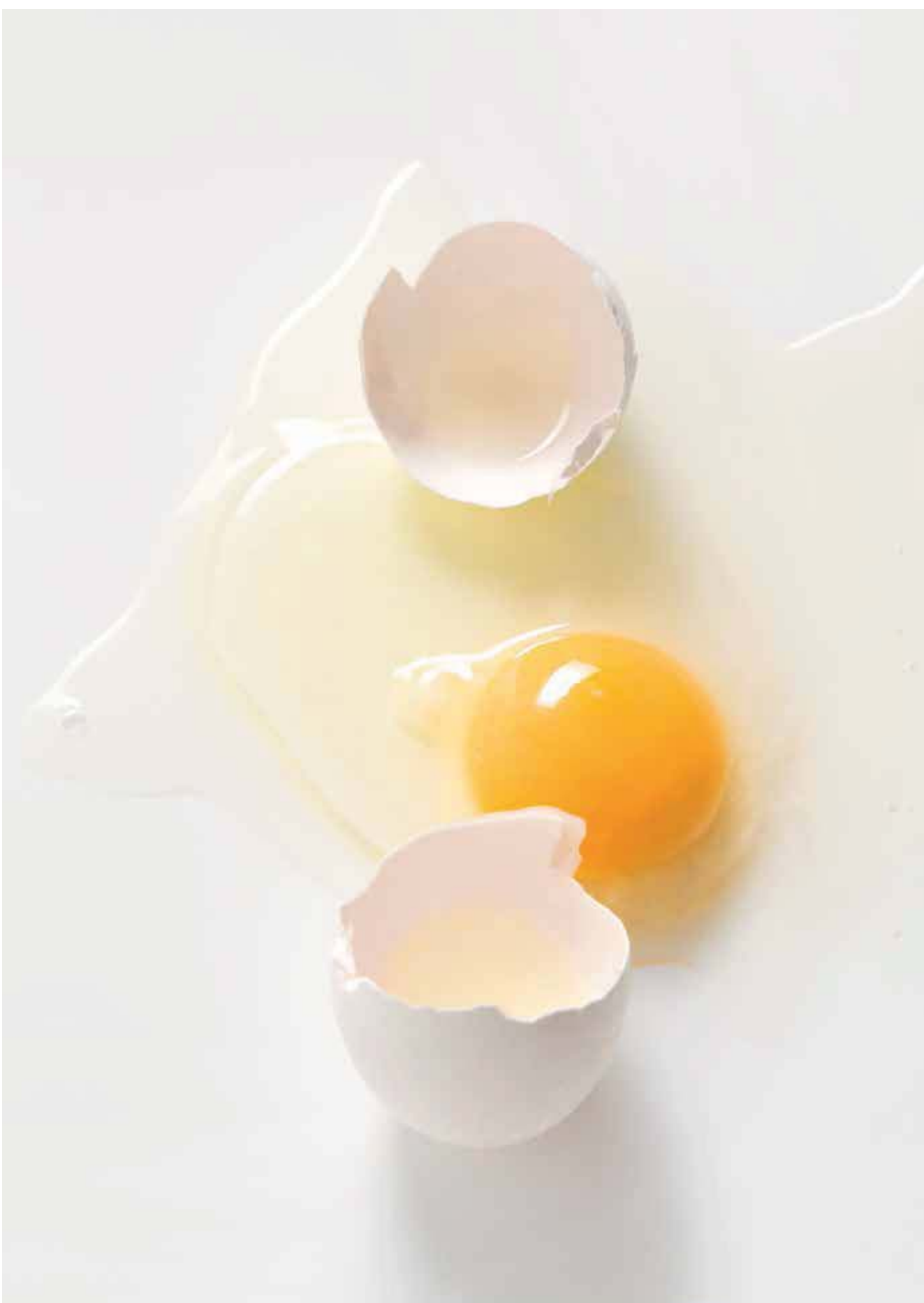
Если это блюдо из сырых овощей и вы успели спохватиться до заправки, просто промойте их проточной водой.

Если кто-то умудрился пересолить мясо, поддержите его минут 20 в теплой воде; если вы обнаружили это в процессе тушения, тотчас же безжалостно замените весь соус на несоленый – просто воду и свежее масло плюс что там еще было – лук и прочее.

Не пытайтесь спасти пересоленный соус, не тратьте время.

Холодную рыбу поместите в воду комнатной температуры и выжмите туда пол-лимона. Тушеную или жареную рыбу останется спасать на месте только совсем несоленой или сладковатой заправкой – хоть сметаной, хоть неострой горчицей, хоть вообще медом (что значит опечатка? Вы попробуйте, попробуйте!).





Если вы собирались подавать к ней оливки или маслины, не делайте этого, они усугубят досадное недоразумение. А если предполагался гарнир вроде картошки или риса, не солите их, и все.

---

## НЕУДАЧНО СОСТРИЛИ

---

Да, это все еще книжка про кулинарное обострение. И да, я предупреждала, что будет остро. Но, может, когда вы что-нибудь приготовили, вкус вам очень понравился, а излишняя степень остроты – нет. Попробуйте так. Супы спасаются при помощи сметаны или сливок. Вы ведь замечали, что в азиатских кухнях полно супов и рагу на кокосовых или обычных сливках? Это не зря. И кстати, если вам нужно срочно запить что-нибудь острое, постарайтесь найти что-то типа сливок, молока или хотя бы кефира. Вода не принесет моментального облегчения, а может и усугубить ощущения. Поэтому и разбавлять острые супы водой практически бесполезно. А вот все, что можно промыть проточной водой, промывайте как следует. Для очень острых горячих блюд держите наготове аварийную плошку вареного риса или несоленого пюре из картошки, морковки, репки, пастернака. Ими отлично заедать обострение.

---

## КАК-ТО КИСЛО

---

Будьте заранее начеку: все тушения и супы, где много помидоров, будут кислее, чем вы ожидаете. Тут ваш союзник – мед. Добавляйте понемногу и остановитесь, когда вам все понравится. Лично я в помидоросодержащие рагу и соусы превентивно включаю немножко меда – на той стадии, когда блюдо уже прогрелось и вот-вот дойдет до финальной стадии готовности. Он еще и усиливает вкус, между прочим. Мед подходит не всем, поэтому, конечно, можно вместо него использовать сахар. Только знайте, что может получиться не менее едкий, но теперь уже кисло-сладкий вкус. Тогда призовите на помощь еще и воду, ничего не поделаешь.

---

## ГОРЬКИЙ ОПЫТ

---

Горечь, как правило, уменьшается при помощи все тех же подсластителей, а также сока лимона, лайма или грейпфрута. Можно даже и апельсина – только учтите, что у него более стойкий запах. Но это может выйти даже интереснее.

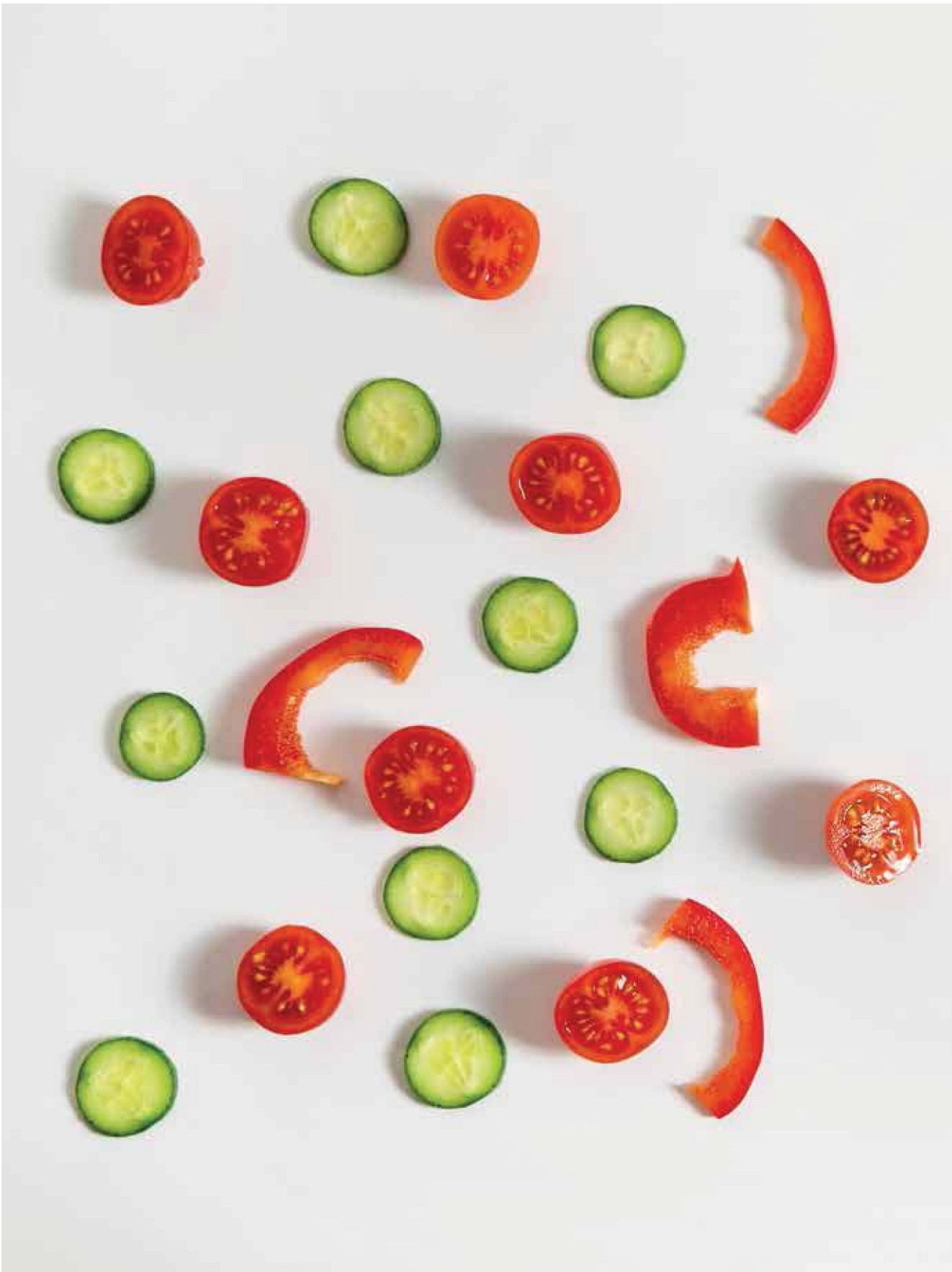
---

## ТО ЛИ ПОЗДНО, ТО ЛИ РАНО

---

Поздно – это, как правило, приговор. Но нестрашный! Разварились овощи? Сделайте из них пюре, спасете лицо себе и им. Скажите, что так и было задумано. Переварились мясо или рыба? Они могут тем не менее быть очень вкусными, просто нужно понять проблему и действовать соответственно. Слишком мягкое можно опять же превратить в пюре, слишком сухое – нарезать мелкими кусочками и спрятать в рагу (только, умоляю, не переварите и рагу тоже!). Пригорело? Спасти можно только продукты с такой структурой, которая не портится вся сразу. Скажем, я тут на днях варила свеклу и упустила ее. К счастью, совсем ненамного: вода только-только выпарилась, и свекла доверчиво приникла ко дну кастрюльки. Тут ворвалась я и спасла обеих – у свеклы только пришлось срезать пригоревший бочок, а потрясенная происшествием кастрюля отправилась принимать теплую ванну. У пасты или риса можно тоже попытаться немедленно полностью отделить неповрежденный слой от пригоревшего и посмотреть, что будет. Но если даже спасенная часть блюда все еще пахнет горелым, не жмитесь и избавьтесь от него полностью. Выдохните, проветрите кухню и сделайте новое – получите еще порцию удовольствия! А вот рано – это отлично! Поздравляю вас, если удалось, например, добиться от тунца такого состояния, когда поверхность уверенно подрумянилась, а серединка все еще красная. И когда у вас картошка с морковкой не разварились, и когда капуста в супе хрустит, и мусс не пришкварился. Помните, что после того, как вы сочли блюдо готовым и выключили плиту, оно еще продолжит доходить и может вас удивить, когда вы триумфально приступите к подаче. И легче, знаете ли, доделать, чем, наоборот, отменить необратимое. Доварить, дожарить, порезать и дотушить, досолить и так далее. Гости подождут и будут вам только благодарны. Да, и на всякий случай – небольшой подручный список того, что не следует оставлять полусырым: это свинина, баранина, птица. Большинство видов речной рыбы, лесные грибы и все, что вы купили замороженным, тоже требует добросовестной термообработки.

---









Друзья Кати Холоповой уже много лет заключают пари перед каждой домашней вечеринкой: что остренького на этот раз подаст хозяйка. И вот рецептов набралось на целую книжку, в которой автор – журналист, путешественник и пиарщик со стажем – расскажет свои истории, приемы и находки для всех, кто не прочь серьезно взяться за перечницу.



## ОСТРАЯ ЕДА, ЭФФЕКТНАЯ И БЕЗ ВРЕДНЫХ ПРИВЫЧЕК, ЖЕЛАЕТ ПОЗНАКОМИТЬСЯ.

**Джон Уоррен**, ведущий программы «Поедем, поедим!», НТВ:  
Рецепты - фейерверки! Предупреждаю: каждое блюдо может устроить во рту такой праздничный салют...

**Яна Чурикова**, руководитель MTV Россия,  
телеведущая, продюсер:

Ветеран бьюти-индустрии, «железная Катя» славится умением хлестко и четко формулировать свои мысли, острым умом и любовью к острой пище, которую она ещё и прекрасно готовит. Получилась дельная кулинарная книга из легких рецептов. Острое об остром, остроты про остроту, скажете вы – и будете правы.

ISBN 978-5-4470-0335-7



9 785447 003357

ИЗДАТЕЛЬСКИЙ ДОМ  
**КОНСОЛЬСКАЯ  
ПРАВДА**