

СЕВЕРНАЯ
КУХНЯ



Л. А. ЧЕРЕМУХИНА



СЕВЕРНАЯ КУХНЯ

Архангельск
Северо-Западное книжное издательство
1992

36.997
Ч46

Оформление художника
А. С. Мазурина
Цветные иллюстрации
Э. Д. Меджитовой и А. Г. Щербинского

Черемухина Л. А.
Ч46 Северная кухня.— Архангельск: Сев.-Зап. кн.
изд-во, 1992.— 319 с., 8 л. ил.

Автор в популярной форме рассказывает об истории и особенностях северной кухни, приводит рецепты старых, забытых блюд, а также современный ассортимент холодных закусок, первых и вторых блюд, напитков и выпечки, в основе приготовления которых — традиционные для Севера продукты.

3404000000
Ч М 157(03)—92 15—92

36.997
Ч46

ISBN 5-85560-168-4

© Северо-Западное книжное
издательство, 1992

ОТ АВТОРА

Идея написать книгу о северной кухне родилась не сразу, она созрела постепенно. Началось все с лекций об истории русской кухни, которые нам, студентам, с удивительной увлеченностью читал известный ее знаток профессор Ленинградского института советской торговли им. Ф. Энгельса Николай Иванович Ковалев. Заразившись этой увлеченностью, с огромным интересом стала искать, собирать и изучать материалы по русской кухне вообще и северной в частности. Став преподавателем, попробовала увлечь этой темой своих учеников — студентов технологического отделения Архангельского техникума советской торговли. Получилось. И обычные студенческие каникулы для многих из них стали экспедициями по сбору старинных северных рецептов. Постепенно, крупица к крупице, собрался очень интересный материал, и не только воскресли старинные рецепты, но и вспомнились забытые традиции, проявились и общие для Севера черты местной кухни, и особенности отдельных регионов. Мои ученики проявили удивительную дотошность, внимание к деталям, способность обобщать и анализировать. В результате возникало много вопросов. И мне приходилось искать ответы на них. Разобраться во всех «почему», «как», «а правда ли» и т. д. помогли книги историков, краеведов, этнографов.

Приведу лишь два примера. Анализируя собранный материал, мои ребята подметили такую деталь: в столе пинежан раньше было гораздо больше молока и молочных продуктов, чем в столе мезенцев, хотя по реке Мезени множество прекрасных лугов и старые люди рассказывали, что скота в былые годы там держали «уйму». Почему? Прямой ответ на этот вопрос дал мне А. А. Жилинский, а точнее его книга «Крайний Север Европейской России: Архангельская губерния». Там прочла о том, что молочной пищи действительно больше было в столе жителей Архангельска (за счет подгородних крестьянских хозяйств), а также Холмогорского, Архангельского и Пинежского уездов, где выращивали холмогорскую породу коров, славившуюся своей молочностью (порода получена

в результате скрещивания местного рогатого скота с голландским). В остальных же уездах, в том числе и в Мезенском, разводили коров местной породы — «малорослых и маломолочных».

Кто-то из ребят спросил: «А правда ли, что раньше поморы засаливали рыбу испанской солью?» Та же книга да еще рассказы старых поморов помогли ответить и на этот вопрос. Оказалось, что местная соль, которой особенно много добывали в Неноксе, не давала столь качественного посола, как импортная: она впитывалась в рыбье мясо и вбирала в себя его сок, превращаясь в тузлук (рассол), в то время как привозная обладала удивительным качеством покрывать натертое ею рыбье «тело» защитным слоем, не позволявшим проникать внутрь его бактериям, а сама рыба получалась малосоленной, хорошо сохраняла сок и цвет свой не меняла — мясо ее было белым, не желтело, как от местной соли. «В былые времена,— пишет А. А. Жилинский,— еще Петр Великий обращал особенное внимание на улучшение способов засолки и приготовления трески на Мурмане. В 1723 году он разрешил иностранцам привозить беспошлинно на Мурман иностранную соль, а одновременно для ознакомления русских промышленников с лучшей засолкой рыбы были выписаны специальные посольщики рыбы из Голландии». Треску, посоленную импортной солью — «на гишпанский манер»,— поморы называли лабардан. А в записках Кольской и Архангельской таможен XVIII века эта треска числится под названием «бекешау». Там же встречаются и другие племенные названия: «корзанная треска» — сушеная с обрезанными плавниками, «облая» (по-поморски — рунтовка) — вяленая треска. Со временем эти способы приготовления рыбы исчезли из широкой практики, а потому забылись и их названия.

Архивные документы, старые газеты, краеведческие журналы и книги помогли нам воссоздать довольно целостное представление о быте северян в XVIII—XIX столетиях, получить отдельные сведения и более раннего периода. Выяснилось, что в обычаях и традициях северян, несмотря на некоторые, подчас существенные, различия, много общих черт. И, пожалуй, одна из самых характерных — стремление к чистоплотности.

Конечно, в крестьянских избах, отапливавшихся по-черному, трудно было поддерживать чистоту, но, как заметил А. Чарушин — автор работы «Чистота и опрятность в домашнем быту у народа», изданной в Архангельске в 1915 году, «с увеличением средств возрастает и стремление к благоустроенной жизни и проявляется большая заботливость в отношении к самому себе». «Поморы очень чистоплотны,— отмечает А. Жилинский,— свой дом они содержат весьма опрятно».

Любопытные сведения на этот счет нашлись в «Известиях Архангельского общества изучения Русского Севера» (1912, № 12).

К. А. Докучаев-Басков (псевдоним Философ Докучаев), учитель из Каргополя, приводит в своем материале случайно услышанный разговор двух крестьянок. Одна из них жаловалась на свою односельчанку: «Не обиходна она баба... Брала у ей молоко, а потом прихожу, бать, поутру, печка топище, а у ей подойник-от запарен и закрыт штанами! Матушка моя! Ой, не хочу, бать, больше Матренина молока!»

Или другой пример из той же статьи: «На крыльце ближайшего дома сидят три мальчишки: один, в шапке, виновато смотрит в землю, кусая зубами соломинку, двое других, беловолосые, что-то ему болтают». Между ними, по-видимому, произошел какой-то спор, и, исчерпав все другие аргументы, они решили упрекнуть товарища уже «самым последним» — нечистоплотностью его односельчан. Скорее всего, какие-то пересуды на этот счет они слышали от женщины. «Ой, да у вас, на Ратковце-то, и пшона не моют, а так — насыпают в горшок, да нальют, да и в печку!» — укоряет один. «Ой, да у них и рыбы-то не чистят! — восклицает другой, захлебываясь. — А так со всеми кишками и варят! Да у них и мукки-то не сеют, а так — со всеми колюхами, как разломишь овсенник — палок-то там! Екие!»

Этот диалог вызывает улыбку, но вместе с тем подумайте: если дети понимали, что небрежность в приготовлении пищи — порок, то каково же было отношение к этому взрослых!

В. И. Немирович-Данченко, побывав на Соловках, рассказывал: «Мы посетили птичий двор, ферму, где осмотрели великолепно содержимые конюшни, которые моют и чистят ежедневно... Теплая комната для сквашивания молока опрятна до педантизма. В кладовой медные, хорошо вылуженные посудины для молока сияют, как зеркала. Здесь не доят коров в деревянные ведра, а в металлические. Прохладная горница для хранения молочных продуктов и рядом — ледник — верх хозяйственного удобства и чистоты. Не знаешь, чему удивляться. Мы привыкли видеть нашего крестьянина в вечной грязи, тут приходится убедиться, что эта грязь только результат его нищеты. Те же крестьяне в Соловках рационально ведут свои хозяйства и по любви к порядку напоминают собою чистокровных немцев».

Другая характерная черта северного быта — неукоснительное соблюдение старого порядка во всем: в чередовании труда и отдыха, в «расписании» вытей (так на Севере называли прием пищи), в самом ритуале каждой выти...

Известный русский этнограф П. С. Ефименко, находясь в 60-е годы XIX века в ссылке в Архангельской губернии, внимательно изучал быт местного крестьянства. Результатом исследований стал объемный труд, изданный в 1877—1978 года, — «Материалы по этнографии русского населения Архангельской губернии». Расска-

ывая, в частности, о быте пинежан, он пишет: «Здесьние жители... обыкновенно едят три и четыре раза в день... Завтракают обычно тогда, когда встают от сна — в 4—6 часов утра, смотря по досугу и работе... Обедают в 8—10 часов пополудни... Паужняют (паужна) — обедают в другой раз между 12 и 3 часами после полудня... После паужны любят отдохнуть на печи или на полатях. Ужинают, когда солнце закатывается за горизонт, в 6—8 часов пополудни, а летом, когда бывает страда, еще позже — в 9—11 часов вечера... После ужина ложатся спать». Такой режим — очень ранний завтрак (часто — холодный), довольно ранний обед, обязательный полдник (паужна) и ужин перед самым сном — характерен для всего северного крестьянского быта.

А вот и описание самого ритуала выти. Его мы находим в книге К. П. Гемп «Сказ о Беломорье»: «Каждый за столом знает свое место. Перед каждым на столе миска и деревянная ложка. Мать, хозяйка, приносит из кладовой каравай хлеба и стоя нарезает ломти поперек каравая и раздает. «Ране хлебушко сيجا не резали». Ребятам хочется получить краюшку, но никто не смеет заикнуться об этом. Мать помнит, кто вчера в полдник получал и чья теперь очередь получать ее. Уху, щи или губницу разливает, а кашу, творог мать раскладывает по мискам, соблюдая старшинство. Деревянный поднос с рыбой, из которой варилась уха, мать ставила как вторую перемену на середину стола. Каждому разрешалось «таскать» ее, но по порядку, без выбора, с краю. К каше и творогу подавалось молоко в крынках на двоих, его прихлебывали ложками. В посты молоко заменялось квасом.

Никто не прикоснется к пище прежде, чем старший, дед или отец, не подаст к этому знак — постучит ложкой по краю миски или столешницы. Трапеза кончилась, старший снова постучал ложкой, можно вставать. Каждый вставал без слов; благодарственный поклон старшему — и можно заниматься своими делами. На столе не оставалось ни корочки, ни крошечки. Разговоры за столом среди детей не допускались».

Так было принято у поморов. В иных местах губернии крестьянские семьи и суп, и кашу хлебали из общих мисок, строго соблюдая очередность. Сунься кто-нибудь из детей вне очереди или начини баловаться, и — щелчок ложкой по лбу. Старые крестьянки в деревнях, расположенных по берегам Северной Двины, рассказывали, что в этих местах главенствовал за столом только хозяин. Он, а не хозяйка, резал хлеб, он и раздавал его, он же строго следил за очередностью и порядком. Почти повсеместно было принято перед едой, после мытья рук, молиться (во всяком случае «лоб перекрестить»). С теми или иными нюансами, но ритуал был один: ели не кое-как, а чинно и истоиво трапезовали, и в этом было уважение к семье, к коллективу и к пище».

постное (конопляное) масло, соль, вода, квас и некоторая огородная зелень. Сверх обыкновенного употребления означенной пищи: рыба, ягоды, губы (грибы), капуста, горох и соль запекаются в пироги и пирожки из теста ржаной или ячменной муки. Поэтому такие стряпушки и называются: колюбаками, рыбниками, ягодниками, капустниками, гороховниками и солониками. Из такого же теста пекутся в корках и без них шаньги и калитки (лепешки); налистники (оладьи на высушенных листьях капусты, черемичи и лапушника); сочни (пресные тонкие лепешки) и продолговато-фигурчатые пироги из яичного теста, раскладенные в раскатанные тонко-ржаные из теста корки, пирог с грибами — губник...

Скромную ежедневную пищу составляют: треска, зажаренная в пресном молоке и масле, а иногда еще и с картофелем или в яйцах, или же холодная, с подливой кваса, палтусина, камбалы, навага, сельди запеченные, говяжьих щи (из мяса суп на воде с засыпью, т. е. горстью житной или овсяной муки, а иногда с рубленой капустой); белые или кислые щи (из ячной крупы, забеленные сметаной); вареное или жареное бычачье жаркое... солонина с квасом и тертым хреном... дичь бывает более в похлебке, чем в жареном виде; соломата (житная каша с говяжьим салом вместо масла, называемым шалею)... грибы свежие и соленые в сметане и масле; рубец (скотская полость с квасом и луком); студень или заливное (холодное) из опаленных коровьих, бычачьих, телячьих и овечьих ног, головы, губ и ушей; жареные кишки... с начинкою крупы; картофель, сваренный или зажаренный с маслом; молоко в разных видах его и иногда с ним свежие сладкие ягоды. Приправы в кушаньях бывают: вода, квас, соль, молоко, сметана, гретое и пахтусное (пехтусное) масло. Но надобно заметить, что в простые дни мясные кушанья употребляются у редких крестьян, да и в праздничные немного, ибо филейные места говядины, баранину и дичь они распродают по стороне.

Повсеместно пили житный квас. «В хороший год квас можно найти у самого беднейшего крестьянина».

«Праздничная постная пища улучшается против обыкновенной очень на немного и только разве тем, что бывает побольше блюд и кушанья из той же провизии и они приготавливаются как бы повкуснее и приятнее. Прибавляются тогда: палтусина — свежая и испеченная рыба, каша из простого пшена, гречухи (гречихи) и перловой крупы, иногда белый кисель из овсяной муки (заквашенной на отрубях) с ягодами и маслом... В посты по праздникам пекутся ржаные калачи; их делают из заквашенного или пресного ржаного теста, скатавши отваривают в кипятке и сажают в печь. Они заменяют крупитчатые, и их посылают в виде гостинцев».

Первым напитком в любой праздник было пиво. «В праздничные дни все друг у друга перегащивают», и в каждом доме гостю по-

дают пивной стакан, а то и к братине предлагают приложиться. В зажиточных домах из хмельных напитков были в употреблении «ликер или по-народному литера, херес, различные наливки (наливки и вина вывозятся из Норвегии, частью же покупаются из имеющегося в посаде погреба для продажи виноградных вин) как-то: кюмель, киевская, малиновка, вишневка, преимущественно же употребляют ром...»

Пили по праздникам и чай. По поводу последнего П. С. Ефименко заметил: «Употребление чая здесь [на Пинеге] еще распространяется довольно медленно: из 250 домов в приходе [Усть-Пуя] разве только десятая часть имеют чайные приборы, что составляет особенную роскошь, а имеющему самовар невольно присваивается название «богач» и при угощениях [отводится] первое пред другими место, хотя вся роскошь этого богача ограничивается единственно только праздниками и расходом чаю в течение года какого-либо 1/2 фунта, даже менее».

Следует заметить, что питание северян, несмотря на простоту и даже примитивность ряда блюд, было рационально и довольно разнообразно. Рациональность заключалась в том, что в посты организм насыщался витаминами и в то же время «разгружался» (как много о пользе такой разгрузки говорит и пишет современная медицина!), а в скоромные дни пополнял баланс белков и жиров. Что касается разнообразия, то анализ ассортимента продуктов, из которых состоял рацион жителей различных уголков обширнейшей Архангельской губернии, позволяет сделать вывод, что хотя и не все уезды были равнозначны по урожайности злаковых, овощей, рыбодобыче и т. д., однако продукты, не выращиваемые или выращиваемые в малых количествах в той или иной местности, все же присутствовали в столе ее жителей. Каким образом они сюда попадали в условиях северного бездорожья? Откуда, казалось бы, «шенкуренам» знать вкус кумжи и наваги, а жителям Красноборска — вкус шенкурской пшеницы? Однако знали, пробовали, ели... Потому что по всей губернии шел бойкий обмен товаром. Каких и где только не было ярмарок! В одном Красноборске ежегодно — шесть! «Каждый крестьянин снабжает себя всем во время ярмарок, когда товар бывает у приезжих купцов дешевле», — отмечал П. И. Челищев в «Путешествии по Северу России».

А торговать было чем. Холмогорцы славились маслоделением и сыроварением. Жители Неноксы — солеварением. Пинежане «имели очень внушительный доход от продажи лошадей, живого крупного рогатого скота, мяса, шкур, сала и масла». На онежских порогах добывали отменную семгу. Этот сорт, так и называвшийся — «порог», высоко ценился на ярмарках. Здесь же, на Онеге, добывали и коптили миногу. Поморы-«мурманщики» всю губернию снабжали соленой треской, а кемчане и мезенцы — мороженой навагой. Были

на «ярмонкал» и иностранные товары, чаще — норвежские. Другое дело, что не каждому по карману было создать запасы. Жили северяне очень экономно. И только в редкие праздники межговенья, которых в году наперечет — на Рождество, Троицу да на Пасху, стол собирался «самый изысканный». П. С. Ефименко замечал, что правилом каждой хозяйки было выставить гостям груды масляных шанег и пирогов всех сортов и видов, а также «несколько (по возможности больше) блюд из рыбы, мяса, у некоторых — дичи... и прочих необходимостей, приготовленных по всем правилам искусства, могущего удовлетворить местному «гастрономическому» вкусу». Северное гостеприимство славилось далеко за пределами края.

А как красиво, неспешно и торжественно справляли на Севере различные обряды! Слушая рассказы старых северянок, я думала о том, что, к сожалению, к стыду своему, мы оказались Иванами, родства не помнящими. Забыли, а может, и навсегда утратили многие народные традиции. Не знаем, как правильно, по-христиански, отпраздновать крестины, как отметить сороковины, как посватать девушку или принять в своем доме будущего зятя, как в соответствии с русскими обычаями провести свадьбу...

Надо сказать, что традиции русской кухни органично вплетались в правила обрядов. У каждого из них был свой «распоряд»: определенный набор обязательных блюд, строгий порядок их перемены. Чтобы дать молодым читателям представление об одной из таких традиций, обратюсь к «Запискам Северо-Двинского Общества изучения местного края». В пятом выпуске журнала за 1928 год опубликована статья «Крестьянские свадьбы в дореволюционное время около гор. Сольвычегодска». Автор ее, член Сольвычегодского краеведческого кружка Н. Аруев, пишет: «До революции свадьбы около города Сольвычегодска... большей частью происходили после рождества или, как говорили, в рождественское промежговенье. В это промежговенье, начиная с рождественской недели, жених с ближайшими родственниками (мать, тетка и т. д.) начинал «ездить сватом» по деревням в дома, где есть невесты. Поездки обыкновенно происходили вечером или даже ночью и делались скрытно (тайно), в тех видах, что если жениху откажут где-либо от выдачи за него невесты, или если наоборот к какой-нибудь невесте придет сватать жених бедный или замухрышка, то чтобы об этом никто из соседей не знал и не осмелел ни жениха, ни невесты.

Жених и бывшие с ним свахи, войдя в избу родителей невесты, не раздеваясь, чинно рассаживались на лавку, и одна из свах начинала вступительную речь: «Наслышались мы, что у вас есть товар, а у нас купец, так вот и решили заехать к вам». А затем уже начиналось обычное сватовство...

Когда здесь достигалась договоренность, проходил уже менее важный акт — чаепитие жениха вместе с невестой, которая до сих

пор сидела где-либо на печке или за занавеской (кут). Часто было так, что жених видел невесту до сватовства всего раз или два, а невеста и совсем не видела и не знала жениха. Поэтому за чаепитием происходил «смотр» невесты и ее достоинств...

За чаем жениха и его свах приглашали закусить, для этого подавался пирог из сайды или трески, заранее приготовленный в ожидании приезда кого-либо сватом. Если была водка, то она всегда являлась спутницей чая и пирога. Пирог в рождественском промежговенье на случай приезда сватов стряпался почти у каждой невесты и хранился до случая. Поэтому, если к какой-нибудь невесте в течение промежговенья совсем не приезжали сваты, то соседки высмеивали невесту, говоря, что у нее заплесневел пирог...

Смотрины, или по-местному смотры, это преддверие сватанья, или маленькое сватанье.

Патриархальность обычаев клала свой отпечаток на сватанье и свадьбу. Обе стороны готовились к последним, как к торжественному и важному событию или празднику. «Жениться — это второй раз родиться», — вот как говорили тогда крестьяне. Поэтому та и другая сторона держали последние гроши на приготовление к сватанью-свадьбе. Закупались продукты для изготовления всякого рода кушаний и вино, варилось пиво, шилась новая одежда, белье и платье. Извещали и приглашали гостей и родню «до седьмого колена»...

Сватанье было накануне свадьбы и начиналось вечером. Гости с жениховой стороны (его родственники) приезжали к нему, а с невестинной — в дом ее родителей. Перед отъездом на сватанье все гости в доме жениха с его родителями рассаживались за столы по степени родства (местничество), причем родственники ближайших степеней — ближе к жениху, а более отдаленных — подальше, под полати и в задний угол к дверям. Это рассаживанье делалось для того, чтобы по приезде в дом невесты гости жениха знали каждый свое место и кто подле кого должен садиться... В доме невесты в это время делалось следующее. В избе, насколько позволяла вместимость ее, ставились возле лавок столы, накрывались скатертями, и на них ложился хлеб, пироги, вилки и ложки, и все это закрывалось полотенцами. На пол в избе в знак торжества разбрасывалось сено. Разливалось по бутылкам вино (вино покупалось ведрами или четвертями), и бутылки с вином ставились на полицу, вблизи переднего стола. На передний стол в красном углу ложились не разрезанные две ковриги — одна ржаная, другая из крупчатки, и на них ставилась соль. Это был хлеб для благословения. Место на лавке, предназначенное для сиденья жениха и невесты, покрывалось новыми выделанными овчинами. По выходе невесты из бани она шла в кут (за занавеску) и начинался обряд

одевания невесты и прощания ее с отцом, матерью, братьями и сестрами...

Наконец на улицу дома невесты приезжал жених со своими родными и гостями и входил в переполненную народом избу. Жених и гости, не раздеваясь, становились на середине избы, жених стоял впереди, лицом к переднему (красному) углу. Как только в избе с приходом жениха и его родных устанавливался порядок, насколько это было возможно, благодаря страшной давке и шуму, девицы и женщины в куте (за занавеской) пели песню...

После окончания песни невесту из кута... выводила ее крестная (восприемница при крещении) и ставила рядом с женихом по левую руку его. Оба они молились на образа, обычно тот и другой делали по три поклона), и невеста после этого сейчас же спешила уйти обратно в кут, но жених задерживал ее за руку и здоровался с нею, целуя ее три раза. Этим он показывал, что невеста ему нравится и что теперь сватовство будет доведено до конца... После песни начиналось дарение жениха и его родных... Сразу же после дарения отец невесты подносил принявшему дары стакан водки, а если было пиво, то и стакан пива, но закусывать пока не разрешалось, так как все находившееся на столах было накрыто полотенцами. Когда даренье заканчивалось, находящееся на столах открывалось и подавали сначала пироги из трески или сайды, затем холодное (студень) из ног и проч., щи и т. д. Всего в течение вечера подавалось от 10 до 20 блюд... Сватанье длилось часов до 2—3 ночи. После третьего блюда шел обряд пропиванья невесты. Жених угощал своим вином отца, мать и родных невесты, кои по очереди подходили к красному углу... Обычно к концу сватанья гости жениха и невесты были пьяны или навеселе и пели песни, то попеременно... то вместе.

Последним блюдом подавалось молоко (в ряде других мест последним подавали кисель.—Л. Ч.), которое называлось «разгонным блюдом». После него родные жениха уезжали домой. У невесты оставались жених, его крестный и дружка, которые и переночевывали здесь, чтобы назавтра утром ехать в церковь к венчанию.

Утром невесту снаряжали к венчанию. Снаряды проводили девицы, подруги ее. В это время опять ставили столы, за кои садились жених, невеста и поезжане (лица, кои ехали в церковь). Подавалось три блюда. Ели и пили все, кроме жениха и невесты, коим, как приготавливающимся к венчанию, есть и пить не разрешалось. После третьего блюда жених и невеста выходили из-за стола, причем маленький брат невесты или другой родственник, обычно садившийся за стол рядом с женихом, старался задержать невесту и не отпускал ее без выкупа со стороны жениха. Выкуп заключался в уплате нескольких копеек (10 или более).

В куте в это время девицы пели:

Солнышко по за лесу шло,
Девица по застолью шла,
Била руками о дубовы столы,
Бросила ключи среди горницы:
— Я тебе, батюшка, отключничала,
Я тебе, матушка, отказначила,
Ключница я чужому, батюшка,
Казначейша я чужому, матушка...

После песен отец и мать невесты благословляли жениха и свою дочь иконой на вступление в брак, а невесту, кроме того, серебряными монетами, и они ехали в церковь венчаться.

...Вот обо всем том, что услышала, о чем прочла — об истории, традициях, особенностях северной кухни, — захотелось рассказать землякам. А еще хотелось сохранить и возродить рецепты нашей кухни, многие из которых, к сожалению, оказались забыты.

Книга рождалась трудно, ведь я технолог, а не писатель, и одно дело собрать материал, составить рецептурную часть разделов, другое — популярно, интересно рассказать о северной кухне. Помогли в этом плане работы специалистов той или иной отрасли (они указаны в списке литературы). Я приношу искреннюю благодарность всем своим «соавторам» и прежде всего — Николаю Ивановичу Ковалеву, любезно откликнувшемуся на мою просьбу рассказать вам о традициях русской кухни и основных особенностях одной из ее составных частей — кухни северной. Его статья называется «Считать всему основанием». Николай Иванович неоднократно бывал в Архангельске, изучал искусство мастеров-кулинаров, и сам дал немало полезных советов практикам. Ведь опыт у этого специалиста огромный: без малого шестьдесят лет. У него многие тысячи учеников, и в каждого он вложил частицу своей души — постарался передать безграничную увлеченность предметом. С той же увлеченностью, прекрасным знанием предмета и огромной любовью к нему написаны книги Н. И. Ковалева «Русская кулинария» и «Рассказы о русской кухне». Обе эти книги сослужили мне добрую службу — помогли при подготовке моей работы, в частности при написании разделов о блюдах из круп, напитках, приготовлении супов.

Композиционно выстраивая книгу, я решила отступить от традиционного подхода, принятого в кулинарной литературе, — давать сначала рецепты холодных закусок, затем супов, горячих блюд из различных продуктов и т. д. Думаю, что в настоящее время хозяйке гораздо легче сориентироваться в обилии рецептов, исходя из наличия продуктов, которые у нее сегодня под рукой, а потом, заглянув в книгу, прочитать, что из этих продуктов можно приготовить, и тогда сделать выбор на свой вкус.

Как правильно сориентироваться в выборе продуктов, как подготовить их к кулинарной обработке и в чем состоят хитрости

последней, а также о том, как рационально посолить блюда и исправить пересол, вы прочтете в статье «Рассказ о продуктах...». При подготовке этого материала мне помогла книга В. В. Похлебкина «Занимательная кулинария». Имя Вильяма Васильевича Похлебкина знакомо многим северянам, особенно тем, кто занимается вопросами взаимоотношений нашей страны, и в частности ее Европейского Севера, со странами Скандинавии. В. В. Похлебкин — известный специалист в этой области, историк, автор многих книг по географии, истории и внешней политике Скандинавских стран. Наряду с этим он в течение трех десятков лет изучал историю, теорию и практику поварского искусства. Миллионы читателей с интересом и пользой прочли его книги «Тайны хорошей кухни», «Занимательная кулинария», «Национальные кухни народов нашей страны», «Чай. Его виды, свойства, употребление», «Все о пряностях».

Познакомившись с некоторыми «хитростями» кулинарной обработки, вы, надеюсь, возьмете на вооружение практические советы, которые пригодятся вам при приготовлении любого блюда, из каких бы продуктов вы его ни готовили.

Каждый раздел книги предваряет небольшая статья. Все вместе эти статьи позволили мне расширить рассказ о северной кухне. Кроме вступительных статей и рецептов, разделы содержат так называемый подверсточный, то есть дополнительный, материал. Здесь вы найдете практические рекомендации, уточняющие правила приготовления блюд, советы по заготовке продуктов впрок, рубрику «Из блокнота этнографа», сведения по истории русской кухни и многое другое. Здесь же, в подверстке, приводятся те старые рецепты, которые сегодня вряд ли кто-то будет возрождать, но познакомиться с ними любопытно (например, рецепт репяного хлеба, «няни» и т. п.). Под рубриками «Гости с юга» и «Советуем приготовить» помещены рецепты блюд, не характерных для традиционной северной кухни, это наши сравнительно недавние «приобретения» (например, блюда из баклажанов, кальмаров, морской капусты, украинский борщ и пр.), но тем не менее одни из них прочно вошли в северный быт, другие могут в него войти и внести разнообразие в нашу кухню.

Все рецепты пронумерованы (их в книге 420), и это не случайно: в некоторых из них вы в скобках увидите номера, отыскав которые (в этом вам поможет подробное содержание), прочтете, как приготовить какое-либо дополнение к блюду: соус, подливу и т. п.

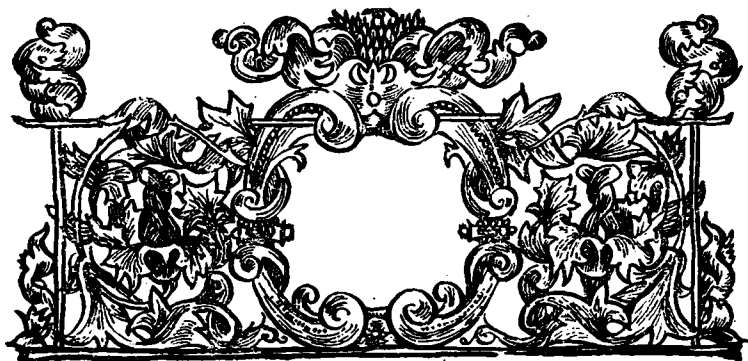
Возможно, кое-кто из пожилых людей, прочитав какой-то из рецептов, скажет, нет, этого не готовили или готовили, но не так. Спорить не буду, потому что одно и то же блюдо в разных местах готовили по-разному и даже называли не везде одинаково, хотя набор входивших в него продуктов был, в основном, один и тот же.

Кроме того, городская кухня и кухня жителей сельской местности имели ряд существенных различий, обусловленных прежде всего тем, что в условиях города, особенно губернского центра, выбор продуктов был шире. Набор продуктов, включаемых в блюдо, нередко зависел и от достатка семьи: кто-то старался обойтись без сметаны, кому-то пряности были не по карману... И еще одно немаловажное обстоятельство: сегодняшние северяне, даже самые пожилые, могут помнить, что и как готовили лет 70—80 назад, а в книге собраны рецепты и большей давности, того времени, когда сама технология приготовления могла быть несколько иной.

Приводимая в книге рецептура составлена в основном из расчета на одну порцию, за исключением тех блюд, которые готовить в таком количестве нецелесообразно (пироги и пирожки, жаркое, блины, напитки). Количество продуктов для удобства дается в ложках, стаканах и штуках. Но есть и в граммах. Чтобы произвести пересчет на ложки или стаканы, надо будет заглянуть в таблицу меры и веса, помещенную в Приложениях. Там же, в Приложениях, вы найдете таблицу взаимозаменяемости продуктов и таблицу продолжительности тепловой обработки некоторых продуктов. Открывает Приложение рассказ о кухне как рабочем месте хозяйки. Здесь вы прочтете о правилах пользования электроплитой и холодильником, узнаете о возможностях скороварки, получите советы по уходу за кухонной утварью и многие другие.

Казалось бы, на этом можно поставить точку. Но — слышу тяжелый вздох и ворчание, дескать, хорошо давать советы, а если поближе к жизни... «Не до жиру, быть бы живу». И все же. Все же прочитайте книгу внимательно. Уверена, что каждый из вас найдет нечто приемлемое для своих возможностей. Скажем, на холодное можно приготовить редьку со свеклой, затем подать похлебку из сушеных грибов, на горячее — репу под соусом. А чем плох салат из квашеной капусты? Вкусны и ароматны горячие репьяные щи. Сытны картофельные оладьи. Добавьте к этому весьма оригинальное по вкусу блюдо — морковь с клюквенным соком, на горячее — печеный картофель, фаршированный отваренными сухими грибами и политый сахарным соусом. Подайте к чаю блинчатый пирог, а в качестве холодного напитка — клюквенный морс с медом или морковный квас и вы получите праздничный обед. Он будет вкусным, оригинальным и недорогим. Попробуйте!

Искренне хочется, чтобы эта книга стала вам и советчицей, и помощницей. А мой поиск рецептов северной кухни продолжается...



«СЧИТАТЬ ВСЕМУ ОСНОВАНИЕМ»

Традиции, связанные с едой, национальная кухня — часть нашей русской культуры. Еще в середине прошлого века известный кулинар, автор «Ручной книги русской опытной хозяйки» К. Авдеева писала: «Не порицая ни немецкой, ни французской кухни, думаю, что для нас во всех отношениях здоровее и полезнее наше родное, русское, то, к чему мы привыкли, с чем свыклись, что извлечено опытом столетий, передано от отцов к детям и оправдывается местностью, климатом, образом жизни. Хорошо перенимать чужое, но своего оставлять не должно и всегда его надобно считать всему основанием».

Веками, тысячелетиями народ вырабатывал рациональные сочетания продуктов, целесообразные приемы их обработки. Во всем этом нашел отражение коллективный опыт наших предков. Поэтому бездумно отбрасывать его неразумно, это может привести к утрате из рациона ценнейших для человека блюд. Мы и так уже многое забыли и теперь вынуждены изобретать «колесо». Так, целый научный коллектив несколько лет напряженно трудился, чтобы создать почти идеальный продукт питания — БИЛИП (белковый препарат Института питания Академии медицинских наук СССР). А между тем по полноценности этому детищу наших ученых не уступает забытое блюдо северных поморов — треска, запеченная с творогом и растительным маслом. Рецепт и способ приготовления я записал в одном из северных сел Архангельской области, где это блюдо го-

товили с незапамятных времен (рецепт его приведен в книге). Исследования, проведенные в Ленинградском институте советской торговли, показали, что по своей физиологической ценности блюдо это не уступает БИЛИПу, а во вкусовом отношении намного превосходит его. Что ж, мудры были земляки М. В. Ломоносова, хотя об аминокислотном балансе белков ничего не знали.

И очень жаль, что ушли с нашего стола высокопитательные овсяные кисели, почти забыта ботвинья, резко сократилось потребление растительных масел, уже почти никто не помнит вкус сбитня, гречневых блинов, печеной репы, огурцов с медом и многих, многих блюд, украшавших столы наших предков.

Конечно, кое-что забыто заслуженно. Это примитивные, малопитательные блюда, как, например, затерки и саламаты из заваренной муки, которые уступили место более питательным блюдам из вареного пресного теста (лапша). На смену мучным загустителям при изготовлении киселей пришел картофельный крахмал. Пресные муковники были вытеснены разнообразными соусами. Редьку с квасом заменила окрошка, а рыба с луком и квасом превратилась в ботвинью. Сегодня вряд ли придет хозяйке на ум подать к столу тюрю. Но, выплескивая воду, не выплеснуть бы ребенка... Если мы исключим из современной кухни все старые, традиционные для нас блюда, мы, конечно же, обедним ее.

Деятель Вольного экономического общества, автор «Словаря поваренного...» В. Левшин искренне сожалел, что «простые, из отечественных произведений состоявшие приготовления, должны были уступать чужеземным, многосложным, хотя с великими околичностями изобретенным, убыточным, многими не свойственными нам приправами набитым, но зато и вредным здоровью приготовлениям...». И сегодня, спустя двести лет, приходится сожалеть, что все новые и новые «достижения» вытесняют вкусную и здоровую русскую пищу, что чудесные русские квасы и медки заменила пепси-кола, знаменитые подовые пироги вытеснены пиццей, «с великими околичностями изобретенной», сочные биточки по-казацки — гамбургскими бифштексами Макдональдса, густые кисели (помните «кисельные берега»?) — желе и т. д.

Конечно, кулинария развивается, обогащается за счет культурного обмена с другими народами, появля-

ются и входят в быт новые продукты, новые блюда. Это естественный и закономерный процесс. Русская горчичная заправка породила соус майонез, который прочно вошел в наш быт, появились новые, невиданные ранее на Руси рыбы (минтай, путассу и др.), но и из них можно приготовить блюда, соответствующие нашим национальным вкусам (рыбу, запеченную по-монастырски, тельное и др.). Не знали наши предки томатов, а теперь без них нельзя себе представить селянку, да и называем мы ее нынче иначе — солянкой. Не знали во времена Ломоносова редиса, а теперь салаты из него готовят повсеместно, не ведали в ту пору в Холмогорах риса, а сегодня он прочно вошел в наш быт, как вошли еще десятки продуктов. Поэтому наряду со старинными блюдами Русского Севера, найдете вы в этой книге не только сельдь с заправкой, но и сельдь «под шубой», салаты не только с растительным маслом, но и с майонезом и не только из трески, но и из кальмаров и другие современные блюда.

Меняется наш быт: появились в домах электрические и газовые плиты, мясорубки, холодильники и даже кухонные комбайны. Поэтому нет нужды рубить мясо для пельменей сечкой, его быстрее промолоть, выпекать рыбки можно не только в русской печи, но и в газовой или электрической духовке. Конечно, знатоки могут сказать, что при этом изменится вкус традиционных блюд, но это неизбежные издержки технического прогресса.

Основой нашей национальной кухни была деревенская крестьянская кухня. Она сложилась под влиянием природных, исторических и социально-экономических условий. Вероятно, пища горожанина раннего периода нашей истории мало чем отличалась от деревенского стола, так как чаще всего городом становилось сельское поселение и в нем сохранялись местные черты быта. Население города еще долгое время было связано с сельским хозяйством и хранило крестьянские традиции, но постепенно натуральное хозяйство стало уступать место товарному, менялся хозяйственный уклад, усложнялось приготовление пищи. Расширялась и городская торговля, что, в свою очередь, давало горожанам возможность приобретать привозные, подчас и заморские, продукты. Особым богатством и разнообразием отличалась кухня богатых горожан. Так, в «Домострое» перечень блюд богатого горожанина включает 135 кушаний,

среди них тетерева под шафраном, зайцы верченые (жаренные на вертеле), фаршированные куры и т. п. Конечно, крестьянская кухня таких блюд не знала. И, говоря о русской национальной кухне, нельзя ограничиваться только простыми народными блюдами деревенской кухни, так как в условиях города на их основе были созданы многие замечательные кушанья, создавшие славу нашей национальной кулинарии.

Велика наша Родина, и как разнообразны ее природные условия, типы жилищ, одежда и фольклор, так разнообразны и особенности местной кухни. На Юге любят борщи, на Севере — щи, для дончанина уха без помидоров — абсурд, а жителю Архангельска такое блюдо покажется странным, зато на берегах Белого моря традиционное блюдо — уха на молоке. Одним словом, «что ни город, то свой нор, что ни деревня — свой обычай». И все же есть общие черты, характерные для русской кухни. Объясняется это общностью исторических судеб восточных славян. Ведь традиционный наш быт и в том числе кухня сложились на берегах Днепра, где в IX—XII веках все восточное славянство объединилось в одно из крупнейших государств Европы — Киевскую Русь. Расселяясь по русской равнине, киевляне уносили с собой и свои обычаи. Что касается традиций кухни, то многие ее черты определялись особым типом кухонного очага — русской печью, позволявшей варить, тушить, жарить, запекать, сушить продукты, печь хлеб, пироги и пирожки, готовить самые разнообразные мучные изделия (недаром в иных местах Архангельской области русскую печь зовут «пекаркой»).

Решающую роль в формировании национальной кухни играл хозяйственный уклад. Почти на всей территории расселения русских велось многоотраслевое хозяйство — земледелие сочеталось с животноводством, часто и с рыболовством, пчеловодством, собираньем грибов, ягод, орехов, дикорастущих съедобных трав.

Обосновавшись на берегах нижнего течения Северной Двины и берегах Белого моря, новгородцы и сюда принесли древние кулинарные традиции. Однако в новых природных условиях они приобрели совершенно новые черты: появился особый тип пирогов — рыбники, пирожки с черемухой, пироги с морошкой, пышки превратились в шаньги. Причем если на Юге пресное тесто со временем уступило место дрожжевому (кисломu), то на Севере изделия из пресного теста (пироги, калитки

и др.) продолжают и по сей день пользоваться любовью. Значительное место в рационе заняли блюда из грибов — груздей, рыжиков и других, почти не известных в средней полосе и на юге России.

В корне изменился характер рыбных блюд. Славяне издревле селились по берегам рек, которые не только служили им транспортными артериями и снабжали водой, но и щедро одаривали рыбой. Естественно, что предки теперешних жителей Русского Севера знали и любили только пресноводную рыбу, но, освоив морской промысел, они узнали и полюбили морскую рыбу — треску, пикшу, зубатку, палтуса и др. Недаром на долгие годы за ними закрепилась слава «трескоедов». Однако не утратили они своей привязанности и к блюдам из речной рыбы. Рядом с треской почитаемой гостей на столе северян всегда была щука, и по сей день с аппетитом хлебуют здесь ушку из речного ерша. Кстати, если в Древней Руси «ухами» называли отвары из кур, мяса и рыбы, то на Севере название это сохранилось только за рыбным отваром.

Как и в Новгороде, на Севере значительное место в крестьянском столе занимали репа и капуста. Репа некогда была самым распространенным овощем на Руси, и неурожай ее был таким же народным бедствием, как шашевитие врагов или эпидемия чумы. Картофель, без которого теперь ни одна семья не обходится, пришел к нам из заморских стран сравнительно недавно, и о том, с каким трудом и неохотой приживался он на Севере, вы прочтете в этой книге. Ну а капуста, как и много веков тому назад, прочно удерживает свои позиции в нашем рационе. Словом, придя на Север, славяне не утратили любви к тем продуктам, которые были для них привычны с детства. Однако пришли наши предки не на безлюдные места, а на земли, заселенные абorigенами — финно-угорскими племенами. И начался сложный и длительный процесс ассимиляции, постепенное ославянивание Севера. Славяне принесли сюда, в Поморье, культуру земледельческого хозяйства и животноводства, а у местных жителей заимствовали навыки охоты и рыболовства в новых для себя условиях. Заимствовали и кое-что из местных традиций, в частности связанных с употреблением в пищу сырых продуктов. Так появилась на столе русских северян строганина из сырой мороженой рыбы. Новинкой стали и блюда из оленины.

Близкими соседями аборигенов, живших на территории, которую занимает нынешняя Архангельская область, были карелы. В IX веке, когда на Севере появились первые новгородцы, карелы населяли северо-западное побережье Ладожского озера, позднее, в XI—XII веках, они освоили западную часть современной Карелии, а затем стали продвигаться далее на Север — к Белому морю и на Восток — в район между Ладожским и Онежским озерами, постепенно ассимилируя с вепсами. Здесь основным занятием карелов стало земледелие, а древние промыслы — охота и рыболовство — остались в качестве подсобных.

Можно предположить, что именно у карелов научились русские люди варить молочную уху (калакейто), делать закуску из икры и молок рыбы (саламат карельский), варить суп из сушеной рыбы (карельская маймарокка) и т. п.

Особенно живучими на Севере оказались традиции, связанные с древнеязыческим верованием славян. Одна из них — приносить в жертву языческим богам блины — символ солнца, возрождения жизни. И даже когда были забыты прежние кумиры (а поклонялись им на Севере гораздо дольше, чем на Юге), русский человек, обращенный в христианскую веру, продолжал печь на Масленицу блины, а на похороны варить поминальную сладкую кашу (кутью) и кисель. И хотя на Егория, который, как считали на Руси, «на порог весну приволок», певчие птицы далеко не всегда возвращались из теплых краев на Север, здесь по традиции пекли к этому дню «жаворонков» из теста и запекали в них «на счастье» уголек, монетку или щепочку — кому что попадет. Сохранились на Севере и замечательные ритуальные русские пряники, но они здесь приобрели свой, местный, колорит, превратившись либо в архангельских козулю, либо в сольвычегодские печатные пряники. Поэтому пусть не удивляет читателей то, что они встретят в книге о северной кухне и старинные общерусские, и чисто местные, и даже общесвропейские блюда.

Трудно теперь сказать, какие блюда чисто русские, а какие были заимствованы у других народов. Так, старинную русскую закуску из свеклы и других продуктов во всем мире называют «русским салатом», а мы называем ее по-французски — «винегрет». Много веков тому назад так же, как и в наши дни, готовили на Руси отварную рыбу с маслом и вареным яйцом. На Севере

таким образом подавали треску. «Обед прощальный (перед выходом на промысел.— Н. К.), по обыкновению, бывает сытный и жирный,— читаем мы у С. В. Максимова в книге «Год на Севере»,— где первым блюдом — треска, облитая яйцами и плавающая в масле, последним — жареная семга или навага». А теперь мы это исконно русское блюдо почему-то называем рыбой польски. Хотя если обратиться к очень объемной (около 700 страниц) книге «Польская кухня», изданной в Варшаве в 1958 году, то напрасно мы будем искать в ней судака, шуку или другую рыбу «по-польски». Их там нет. И только в русских кулинарных книгах можно встретить даже вовсе не традиционную для поляков треску... «по-польски».

В сегодняшнем меню северян, особенно в общепите, наряду с исконно русскими блюдами есть и заморские гости. Например, рядом с чисто северным грибным салатом соседствуют южные баклажаны. И то, что в Архангельске наряду со щами варят борщ украинский, а наряду с треской готовят блюда из мойвы, что в Каргополе знают вкус шашлыка, а в Няндоме умеют жарить бифштекс, не лишает северную кухню своеобразия. Надо только помнить, что «хорошо перенимать чужое хорошее, но своего оставлять не должно и всегда его надобно считать всему основанием».

Н. Ковалев



РАССКАЗ О ПРОДУКТАХ, ИХ ПЕРВИЧНОЙ ОБРАБОТКЕ, А ТАКЖЕ О ТОМ, КАК ПРАВИЛЬНО СОЛИТЬ

ХОЛОДНАЯ ОБРАБОТКА ПРОДУКТОВ

Собираясь готовить обед, давайте внимательно посмотрим на наличие продуктов на кухне и сразу оценим, какие они, эти продукты, то есть определим их свежесть, у мяса — возраст и степень упитанности, у овощей и фруктов — размеры и зрелость. Определив все это, примем решение, что же более разумно приготовить из этих продуктов. Вот что советует на этот счет В. В. Похлебкин:

«Представим, к примеру, что у нас есть прекрасное упитанное мясо, хорошая живая речная рыба, крупный, неповрежденный картофель и другие овощи в столь же отличном состоянии, свежие, зрелые, ароматные фрукты. Что приготовить на обед в этом случае?

Для опытного, любящего свое дело кулинара, решение ясно с первого же взгляда на эти припасы. На первое — уха. На второе — бифштекс (если это бычье мясо и вырезка), рагу или гуляш (если это передняя часть говядины), тушеное мясо (если это баранина), свиная отбивная (если это свинина), но в любом случае — мясо куском. На третье — свежие фрукты в натуральном виде.

Гарнир, в свою очередь, — только из крупно нарезанных овощей: тушеный картофель, тонко, но длинно нарезанная морковь, обжаренная до золотисто-оранже-

вого отлива, отваренные целиком и чуть спасерованные золотистые репки, наструганный белоснежный сырой клубень сельдерея с зеленым пером лука (целиком) и ярко-красный, разрезанный лишь пополам, помидор.

Такой обед и гармоничен, и приятен, и роскошен. Чем мотивирован выбор этих блюд? Раз рыба высокой свежести — лучше всего приготовить из нее уху: ведь такая возможность относительно редка. Делать же мясной суп из хорошего мяса — значит загубить его. А жарить хорошую рыбу на второе — недооценивать ее прекрасный вкус. На второе же — мясо целиком, как оно есть, независимо от вида животного. Когда мясо отличного качества, его легко и приятно есть в «натуральном» виде.

Продукты высокого качества надо как можно меньше изменять, как можно больше сохранять их в естественном виде при кулинарной обработке. Они должны внешним видом и вкусом говорить сами за себя. Повар лишь помогает выявить их хорошо сохранившийся естественный вкус сдержанной, ненавязчивой обработкой, направленной на придание еде добротного вида, но не на перделку, изменение и приукрашивание их естественного вида.

Однако представим себе и противоположный случай. Мясо, из которого нам надо что-то приготовить, тощее, старое, жесткое, рыба не одинаковая (есть и морская, есть и речная, но мороженая, частично оттаявшая, потерявшая привлекательный внешний вид), овощи разнокалиберные, частично гнилые, пораженные жучком, фрукты битые, увядшие. Что делать?

Прежде всего тщательно обследовать все продукты, прикинуть, сколько будет отходов, удалить все, что хотя бы немного испорчено. Сырые продукты могут иметь некрасивый вид, могут быть плохого качества в смысле кондиции: старое, неупитанное мясо, мелкие овощи, побитые фрукты, кислые и невкусные. Все это не страшно для кулинара. Эти пороки могут быть исправлены кулинарной обработкой. Но несвежий, тухлый, испорченный продукт неисправим!

Это правило нужно, что называется, зарубить себе на носу. Пытаться «исправить» испорченный продукт — это не только самое большое нарушение поварской этики, но и бесцельно потраченные силы, средства и время.

Если же продукты нестандартны, но свежи или испорчены лишь частично, то первое, что следует сде-

лать,— это отделить и выбросить всю испорченную часть. Из оставшейся части продуктов можно готовить обед, но меню на сей раз будет выглядеть по-иному. На первое — мясной бульон с кореньями и фрикадельками, с пирожками, начиненными мясом, рисом, луком с морковью. На второе — рыбные котлеты с картофельным и морковно-репьяным пюре. На третье — фруктовый кисель.

Такое решение единственно правильное, причем это меню не дает почувствовать, что продукты были невысокого качества. Тощее, жесткое мясо дает неплохой по аромату и в то же время нежирный, приятный бульон, а само мясо, чтобы сделать его удобным для разжевывания, превращается в фарш для фрикаделек или слегка обжаривается с луком, чесноком, сельдереем и тогда из него делается начинка для пирожков. Рыба также превращается в фарш или в тельное, если она лишь некрасива, но приятна на вкус. Все овощи «пюрируются» и включаются в картофельное пюре, к которому для повышения его мягкости, воздушности, нежности и улучшения вкуса прибавляют еще немного масла, молока и яйцо...

Нетрудно заметить, что для приготовления обеда из худших в кондиционном отношении продуктов приходится в качестве вспомогательных, улучшающих средств использовать, хотя и в небольших количествах, дополнительные продукты помимо основных четырех (мяса, рыбы, овощей и фруктов)... в то время как в первом случае дополнительных продуктов не понадобилось. Из этого видно, что худшие продукты требуют всегда большей затраты труда и средств, чем хорошие. Например, для приготовления обеда по второму варианту требуется почти вдвое больше времени, чем для обеда по первому варианту.

Таким образом, дорогие продукты в конечном счете обходятся дешевле. Итак, первый аспект кулинарного подхода к сырым пищевым продуктам состоит в том, чтобы уметь выбрать способ использования и разделки данных продуктов. Хороший повар должен увидеть готовый обед еще в сырых неразделанных продуктах... Когда же оценены возможности продукта, когда ясен план кулинарной работы, когда взвешены все за и против в отношении совместимости имеющихся продуктов в намеченном обеде, тогда наступает другая фаза ку-

динарного подхода к пищевому сырью — его предварительная обработка.

Самая большая ошибка (я бы назвал ее драматической) допускается при первичной обработке овощей. Достаточно занести неаккуратной обработкой запах земли, например, в свеклу, чтобы этот «аромат» оказался неистребимым во вкусе борща, какими бы пряностями этот борщ не насыщали. Хороший кулинар знает, что в тщательной, аккуратной первичной обработке более чем половина успеха в приготовлении хорошего блюда.

Что же необходимо сделать?

Прежде всего принять правильный порядок, правильную очерочность обработки продуктов. В нашем случае, когда у нас имеются мясо, рыба, овощи и фрукты (допустим, что все они сильно загрязнены), порядок обработки должен быть следующим, если работу ведет один человек: во-первых, надо отмыть фрукты, привести их в порядок; во-вторых, перейти к первичной обработке мяса; в-третьих, обработать овощи; в-четвертых, — рыбу. При таком порядке запах одного продукта не перенесется на другой. Но достаточно начать первичную обработку с рыбы, как аромат всех продуктов будет ухудшен, а возможно, и испорчен.

Наряду с соблюдением порядка первичной обработки исключительно важное значение имеют тщательность и аккуратность. С первого взгляда эти два понятия могут показаться синонимами. Однако с точки зрения высокой кулинарии эти два разных термина, за которыми стоят разные понятия».

Итак, давайте остановимся на правилах обработки различных продуктов. Первый из рецептурных разделов нашей книги расскажет вам о приготовлении блюд из рыбы. Вот с этого продукта и начнем. У рыбы особенно важно определить степень ее свежести, поскольку употребление несвежего продукта может вызвать опасное отравление. Чтобы определить доброкачественность парной рыбы, надо внимательно осмотреть ее. У хорошей рыбы гладкая, блестящая, плотно прилегающая к телу чешуя, выпуклые, прозрачные глаза, ярко-красные жабры и невздутое брюшко. Определить качество можно и по запаху: у несвежей рыбы он неприятный, гнилостный. Если рыба крупная, проткните ее нагретым ножом и принюхайтесь к нему или к проколу, несвежий запах сразу проявится.

Мороженую рыбу перед разделкой необходимо заморозить, оставив ее открытой на блюде при температуре от 10 до 18 градусов. Мелкая рыба оттаивает быстрее, крупной для полной оттайки потребуется несколько часов. Можно оттаивать рыбу и в холодной воде (1,5—2 л на 1 кг рыбы). Но при этом рыба теряет свой сок, а вместе с ним и ценные минеральные вещества. Чтобы уменьшить эти потери, рекомендуется подсолить воду, предназначенную для оттайки (7—10 г соли на 1 л воды). Никогда не оттаивайте рыбу в теплой воде, в ней она станет дряблой и невкусной.

Разделка бесчешуйчатой рыбы состоит в удалении ножницами плавников, хвоста, в отсечении головы (если это необходимо, у мелкой речной рыбы, например, ершей, из которых вы будете варить бульон, голову не обрезают) и удалении жабр и внутренностей. Чешуйчатую рыбу следует очистить от чешуи. Чешуя легко сходит, если чистить рыбу в тазу с холодной водой. Руки при этом надо держать под водой, чтобы чешуя не разлеталась. Все это надо делать тщательно, особенно — удалять жабры и внутренности. Жабры можно просто вырвать или вырезать вместе с головой (например, у наваги).

У морского окуня и судака надо в первую очередь удалить спинной плавник, так как укол его вызывает труднозаживляемую рану, может привести к образованию панариция. Для удаления спинного плавника по обе его стороны делают ножом надрезы и выдергивают плавник в направлении от хвоста к голове, держа его полотенцем.

Чтобы удалить внутренности, тушку рыбы разрезают по брюшку от головы до анального отверстия, извлекают печень с желчным пузырем и осторожно его удаляют (если пузырь лопнет и желчь попадет на мясо рыбы, оно будет непригодным к употреблению). Затем удаляют остальные внутренности. Пленку, прикрывающую позвоночные кости, режут по длине. В. В. Похлебкин рекомендует разрезать рыбу не с брюшка, а со спины, удаляя при этом центральную кость вместе с мелкими костями спинных плавников, внутренности же вынимать через отверстие, образовавшееся в результате удаления головы. Если рыба крупная, такой вариант разделки вполне приемлем. У рыбы, которую разделяют на филе, отделяют не только центральную кость, но и ре-

берные кости, их срезают с мякоти ножом, начиная с утолщенной части.

У крупной камбалы для удаления специфического запаха рекомендуется снимать темную часть кожи.

Обработанную рыбу промывают проточной водой.

А теперь — об обработке овощей. «Первичная обработка их состоит в последовательном отмывании от грязи, чистке от кожуры и изъятии поврежденных мест. В данном случае тщательность и аккуратность особенно четко выступают как разные понятия. Прежде всего овощи надо отмыть, а затем уже отсекают поврежденные места. Отмывать надо в два приема. Сначала тщательно освободить от грубой, марающей грязи (земли, песка, глины) и лишь после этого аккуратно очистить (протереть) с помощью щетки (можно воспользоваться старой зубной щеткой или приобрести специально для этой цели), потом тщательно вытереть насухо и только затем приступить к снятию кожуры. После того как тщательно снят поверхностный слой кожуры, надо тщательно вычистить, вырезать все повреждения и вкрапления (глазки у картофеля, «синячки», рытвины и т. д.). Но это не все — чистить овощи надо сухими, а не мокрыми руками и аккуратно складывать очищенные овощи в посуду с холодной водой, а не сваливать на разделочную доску.

Если в стадии холодной обработки допустить какую-либо небрежность, например, плохо отмыть картофель от земли, не вырезать «синячки», наполовину удалить «глазки», да еще обмыть его не холодной, а тепловатой водой, то пюре, сваренное из такого картофеля, получится серым, невкусным, с примесью запаха земли и удобрений, хотя кожура была снята начисто. Ухудшится и консистенция пюре. Значит, такая «маленькая» операция, как вторичная чистка картофеля после снятия кожуры, весьма важна».

Свежую белокачанную капусту, предназначенную для приготовления пищи, очищают от зеленых покровных листьев, нарезают на четыре части, удаляют кочерыжку и нарезают.

При обнаружении гусениц очищенную головку капусты кладут в холодную подсоленную воду (1 ст. ложка соли на 1 л воды) и выдерживают 5—10 мин. Гусеницы выползают из внутренних слоев и всплывают. Сильно поврежденную гусеницей капусту придется выбросить.

У цветной капусты обрезают грубые концы цветоножек, удаляют крошущие листья и грубую кочерыжку.

У репчатого лука срезают корневую мочку, засохшую часть стебля, удаляют покровную шелуху и моют. Дав стечь воде, нарезают лук кусочками требуемых размеров, кольцами или полукольцами.

Зеленый лук обмывают, очищают от покровных листьев, обрезают корневище, снова моют под холодной проточной водой, обсушивают и только после этого измельчают.

При кулинарной холодной обработке у моркови срезают ботву, тонкую часть корневища, удаляют поврежденные места. Но сначала ее моют щеткой, отмывая от земли. Очищенную морковь, как и прочие овощи, моют под проточной водой.

У корней петрушки и сельдерея отрезают ботву (зелень) и узкую часть корневища. Потом их моют, соскабливают кожицу, удаляют поврежденные места и вновь обмывают. Так же поступают с редькой.

У репы и брюквы в пищу пригодны чистые, целые, неповрежденные корневища, у которых обрезают корешок и зачищают верхнюю часть, затем овощи тщательно моют (как картофель и морковь, их лучше мыть щеткой), срезают кожицу, снова моют и просушивают.

Свеклу тоже моют, очищают от кожуры, но корень (до измельчения) до конца не отрезают, чтобы не вытек сок и свекла не побелела. Помытую после очистки свеклу можно хранить до измельчения в воде, подкисленной уксусом, это сохранит ее яркий цвет.

Чеснок перед употреблением в пищу очищают от покровных рубашек, разделяют на дольки, с которых снимают сухую оболочку.

Хрен перед обработкой выдерживают в течение 8—12 ч. в холодной воде, затем очищают, срезают поврежденные места, моют, просушивают полотенцем и сразу трут на мелкой терке.

Никакие овощи после измельчения больше не обмывают.

«Холодная обработка овощей или их разделка на части, мельчение, имеет также немалое значение. Размеры и форма нарезки продуктов оказывают влияние на их вкус после тепловой обработки. Например, целая отварная морковь будет отличаться по вкусу от той же моркови, нарезанной кубиками или соломкой. То же самое относится и к другим овощам. Но это не все.

Чем крупнее размеры любого продукта, тем дольше он варится. Поэтому от вида нарезки зависит еще и время варки блюда. Вот почему надо следить, чтобы не было разнобоя в размерах и форме нарезки в одном и том же блюде.

Наконец от формы нарезки овощей зависит и то, какой тепловой обработке их следует подвергнуть. Так, целые или крупно нарезанные овощи обыкновенно отваривают, а мелко нарезанные обжаривают. Картофель режется кусочками, дольками, кубиками (в супы, для тушения), брусками, соломкой (для обжаривания). Морковь лучше всего нарезать соломкой и вдоль, а не поперек. Кубики и крупные куски моркови, а тем более целая, сладковато-приторны. Мелкой соломкой нарезают свеклу, репу, кольраби, а брюкву и редьку — мелкими кубиками величиной с горошину. Это позволяет не только быстрее сварить овощи, но и лишить их некоторых природных отрицательных качеств — приторности или горечи.

Что же касается капусты, то ее лучше всего нарезать после удаления кочерыжки полосками шириной 0,5—1 сантиметр, идущими перпендикулярно и параллельно оси кочана. В результате получаются кубики, распадающиеся на неравные чешуйки. Делать это надо острым и широким ножом, стараясь не мять, не давить капусту, чтобы не вытек ее драгоценный и вкусный сок. Шинковать капусту длинной соломкой, особенно на шинковке, нежелательно. Такая капуста невкусна и в квашении и в тушении, ибо она теряет до 55% собственного сока, который затем замещают водой, отчего готовая квашеная капуста становится белесой, теряет свой привлекательный янтарный оттенок и, конечно, вкус.

Прекрасным примером того, как форма нарезки овощей влияет на их вкус, может служить лук. Если бросить в суп целую луковицу, то, выварившись, она становится не только безвкусной, но и неприятной. Но попробуйте нарезать лук мельчайшими кубиками. Такой лук сделает суп намного вкуснее и красивее и одновременно не будет в нем заметен — он растворится. Да и при обжаривании нарезанный крупными кубиками лук обладает более нежным вкусом, чем нарезанный кольцами. Зато для селедки подходит лук, нарезанный тонкими колечками, ибо в таком виде он более едок на вкус и лучше отбивает запах селедки...

При обработке овощей необходимо помнить еще и о том, что их надо хорошо промыть от гербицидов и ядохимикатов, а также остатков минеральных удобрений. Это существенно меняет ныне порядок и приемы обработки овощей.

Дело в том, что природа защищает ткань овощей от проникновения в нее вредных химических веществ. Овощи сами отторгают инородные, вредные вещества. Но отторгают либо в кожуру (корнеплоды), либо в полости (луковые, трубчатые). Важно поэтому чистить или разрезать овощи, учитывая это. Луковые (линейные) овощи вскрывают (надрезают) вдоль стебля до середины и тотчас же промывают их струей воды, а затем уже производят дальнейшую обработку и нарезку.

С корнеплодов снимают весь слой кожуры, каким бы толстым, плотным он ни был».

Грибы перед обработкой тщательно осмотрите, отбросьте те, которые вызовут у вас сомнение насчет их съедобности. Отбросить надо и червивые или старые — перезревшие и дряблые грибы. Затем грибы очищают от прилипших к ним листьев и иголок, с ножек соскабливают кожицу. При этой обработке грибы сразу сортируют: в одну посуду складывают предназначенные для соления, в другую — для варки и обжаривания, в третью — для сушки. Первые замачивают, вторые на несколько раз промывают в большого размера дуршлаге под проточной водой и сразу подвергают термической обработке, третьи обтирают чистой тряпочкой, накалывают на деревянные спицы и кладут в духовку на просушивание.

Мясо, перед тем как приступить к его кулинарной обработке, тоже надо придирчиво осмотреть, чтобы оценить не только его возраст и упитанность, но и — прежде всего — доброкачественность. Свежесть охлажденного мяса определяют по внешнему виду, запаху, цвету и консистенции. Окраска говядины должна быть красной, свинины — розово-красной, баранины — красно-коричневой, телятины — светло-розовой. Жир по консистенции — плотным и нелипким. Чтобы узнать доброкачественное ли мясо, когда оно оттаяло, надавите на него пальцем, если образующаяся ямка быстро выравняется, значит мясо хорошее. Но если есть какие-то сомнения, проверьте его так же, как проверяете рыбу: проколите нагретым ножом и понюхайте нож. Если запах будет гнилостным, ни в коем случае не рискуйте. Лучше вместо буль-

она подать молочный суп или жидкую кашу, нежели отравиться. Отравление мясом очень опасно.

Что касается тщательности в обработке мяса (говядины, баранины, свинины), то она состоит в «снятии с него поверхностной пленки, крупных сухожилий, потемневших, испорченных мест, следов печати ветеринара, приставшей бумаги, разложившейся мускульной или костной ткани (почернение пористого костного вещества), заветренного и прогорклого жирового слоя — и все это при сохранении целостности куска. Обработка идет по поверхности крупного куска без его расчленения, разделки... Этим ограничивается обработка супового мяса. Но когда мясо предназначено для вторых блюд, разделка его приобретает огромное значение.

Для всех блюд мясо надо нарезать поперек волокон: для гуляша — обязательно с кусочком жира, для рагу — с косточкой, а для жаркого — с трубчатой костью или чаще с суставом. Мясо, целиком отделенное от кости, срезанное с нее, теряет половину своих вкусовых достоинств. В то же время крайне важно освободить мясо от всех жил и прожилок, пленок, или, как они правильно называются, фасций, отделяющих друг от друга мелкие группы мышц.

Даже если мясо не очень упитанное и хорошее, то полное удаление фасций сделает его более мягким, особенно если его еще отбить.

Ускорить приготовление мяса можно измельчением его. Самый распространенный метод измельчения — получение фарша. В мясной фарш добавляют компоненты, позволяющие лучше склеить его: хлеб, муку, молоко, тертый картофель, яйцо. Менее распространен у нас азиатский способ измельчения мяса — сечка или нарезание мяса кубиками величиной с горошину. Такое мясо, поджаренное на перекаленном масле с луком и овощами, нарезанными точно так же, может быть приготовлено в течение 5 минут.

Для обычного тушения рациональнее нарезать мясо крупными кубиками. Но если мясо молодое и упитанное, то лучше отваривать, тушить или запекать его крупным куском. Правда, на это потребуется и несколько больше времени, но мясо будет гораздо вкуснее.

Большое значение в предварительной обработке мяса имеют такие меры, как вымачивание, маринование и нанесение защитной поверхности перед тепловой обра-

боткой. Все это значительно ускоряет приготовление мяса и делает его мягче.

Вымачиванию в течение нескольких часов в молоке или в обыкновенной, но очень холодной и часто меняемой воде подвергают обычно лишь мясо дичи — оленину, зайчатину, крольчатину, а также лесную и болотную птицу. Мясо домашнего скота нельзя вымачивать. (И размораживают мясо крупными кусками на воздухе, а не в воде.— Л. Ч.).

Маринование — это то же вымачивание, но с добавлением незначительной доли уксуса (1—2 ст. ложки) и пряностей (лука, чеснока, можжевельника, мяты, черного перца). Мариновать можно как дичь, так и мясо домашних животных. В отличие от воды маринад в течение нескольких часов не меняют. Маринование может быть сухим: пряности и уксус смешивают с солью и равномерно перемешивают эту смесь с мясом. Выдерживают мясо в маринаде в прохладном месте от 3 до 18 часов».

Обработка субпродуктов, к которым относятся печень, почки, вымя, рубец (желудок), хвосты, головы, мозги, языки, ливер (сердце, горло, легкие), состоит в следующем.

Печень промывают, вырезают желчные протоки и крупные кровеносные сосуды, снимают пленку, тщательно промывают в холодной воде и дают ей стечь.

Почки промывают, срезают лишний жир, надрезав с одной стороны, снимают пленку с жировой капсулой, после чего подготовленные говяжьи почки вымачивают в холодной воде в течение 3—4 ч (чтобы удалить специфический запах). Бараньи, телячьи и свиные почки не вымачивают.

У вымени удаляют крупные сосуды, после чего его хорошо промывают в холодной воде.

Рубец выворачивают, тщательно моют, затем на 4—5 мин. погружают в кипяток, после чего при помощи ножа снимают с него слизистую оболочку и вновь хорошо промывают. (Любое мясо надо мыть очень тщательно).

Хвосты крупного рогатого скота разрубаят на кусочки, отмачивают в холодной воде в течение 3—4 ч. и прополаскивают. Для приготовления бульона они готовы, но если из них будет готовиться второе блюдо (типа рагу), то перед его приготовлением хвосты надо промыть кипятком.

Мозги вымачивают в холодной воде в течение 1—1,5 ч. и осторожно снимают с них пленки.

Языки промывают, зачищают и удаляют загрязнения.

Кости, из которых вы собираетесь варить бульон, надо разрубить, чтобы они лучше выварились. После измельчения кости промывают проточной холодной водой.

Мясо домашней птицы и дичи ощипывают, опаливают, потрошат, а затем или заправляют, придавая форму, или разрубают. (Напоминаем, что мясо дичи еще и вымачивают).

Чтобы тушку птицы легче ощипать, ее надо на 1 мин. погрузить в кипяток, а затем выдергивать перья (сразу по нескольку штук) в направлении, обратном их положению. Оставшиеся пеньки тоже выщипывают.

Перед опаливанием птицу натирают пшеничной мукой грубого помола, от этого все волоски принимают вертикальное положение. Опаливать птицу надо быстро, чтобы не растопить жир.

После опаливания у птицы удаляют лапы, голову, гортань, зоб, разрезают кожу от грудной клетки до анального отверстия (не доходя на 1,5 см) и, введя пальцы в брюшную полость, осторожно удаляют внутренности. Делают это аккуратно, чтобы не раздавить желчный пузырь. Затем тушку промывают под проточной холодной водой.

Если птицу предполагается подать целиком (в отварном, жареном или тушеном виде), то следует с двух сторон брюшка подрезать кожу и заправить туда ножки.

Разрубают тушку, отделяя от нее ножки и крылышки вместе с мякотью, затем тушку рубят на переднюю и заднюю части, а грудинку и спинку еще пополам (если птица крупная, можно разрубить еще на несколько кусков).

Разделав птицу, следует обработать пищевые отходы. С печени осторожно срезают желчный пузырь. Желудок разрезают и удаляют пленку, выстилающую его внутреннюю часть. Лапки погружают в горячую воду на 2 мин, после чего обсушивают и опаливают, обрубают когти и снимают кожу. Головку тоже опаливают, удаляют пеньки, клюв и глаза. Сердце разрезают и под проточной водой промывают от крови. Шейку ощипывают от пеньков и опаливают. Пищевые отходы используют для приготовления бульона.

Холодной обработке подвергаются и крупы. Рис перебирают, удаляя посторонние примеси и необрушенные зерна. После этого его хорошо, на несколько раз, промывают. Пшено тоже перебирают, убирают мусор, а затем трижды промывают. Первый раз водой, температура которой 40° (теплая), второй — 50° и третий — 60° (горячая). Такая промывка позволяет удалить из крупы мучель, придающий готовым изделиям горечь. Перловую крупу перебирают, моют и замачивают на 2—3 ч. в холодной воде, чтобы она лучше разварилась. Гречневую и пшеничную крупу перебирают и подсушивают в духовом шкафу при температуре в 100—110° (жарить крупу не следует). Манную и прочие дробленые крупы просеивают и подсушивают в духовке при той же температуре, периодически помешивая.

Горох перебирают, моют 2—3 раза и замачивают в холодной воде на 4 часа, а затем промывают в дуршлаге или сите проточной водой.

Муку перед употреблением надо проверить на вкус (она должна быть сладковатой, без горького или кислого привкуса), а затем просеять и удалить из нее комочки и посторонние примеси.

Молоко перед термической обработкой надо проверить на вкус, если есть сомнения относительно его свежести, надо скипятить небольшое его количество. Несвежее молоко сразу свернется, тогда остальное можно поставить на простоквашу. Порошковое молоко надо выливать из бидончика осторожно, чтобы не взболтать возможный осадок.

Яйца перед использованием следует внимательно осмотреть на свет. Если яйцо несвежее, через скорлупу видно одно или несколько темных пятен. Затем каждое яйцо разбивают в отдельности и только после проверки сливают в общую посуду.

ТЕПЛОВАЯ ОБРАБОТКА ПРОДУКТОВ

Под этим термином подразумеваются различные способы приготовления пищи: варка, припускание, запекание, тушение, жаренье, пряженье и т. д. «Основная цель приготовления пищи,— отмечает В. В. Похлебкин,— состоит... в том, чтобы максимально облегчить ее усвоение организмом, не говоря уже о том, чтобы сделать ее более вкусной». При этом очень важно сохранить в продуктах питательные вещества и витамины.

«Поешь рыбки, ноги будут прытки» — такая «приказка» существовала у поморов. Смысл ее объясним: рыба — полезнейший из продуктов, источник энергии и витаминов. Это доказал французский врач Ален Бомбар. Тридцать лет назад на маленькой резиновой лодке под названием «Еретик» он пересек Атлантический океан. При этом на борту «Еретика» не было ни продуктов, ни воды. Бомбар хотел доказать, что люди, потерпевшие кораблекрушение, длительное время могут обходиться без пищи и воды. Плавание продолжалось 65 дней. И все это время источником поддержания жизненных сил путешественника были морепродукты и прежде всего — рыба. Она давала Бомбару пресную воду и полноценный белок, жиры и углеводы. Морские продукты снабжали путешественника витаминами А, В, В₂. Потребности в витамине С он покрывал за счет планктона. И пришел к финишу совершенно здоровым, бодрым, полным сил.

Однако неумелой тепловой обработкой можно «убить» все полезное, что есть в продукте. Ту же рыбу стоит только переварить, и подавать ее на второе будет бессмысленно: она станет невкусной, жесткой и — «пустой». Впрочем, и любой другой продукт важно не переварить и не пережарить. Во всем нужна мера.

Итак, более подробно о том, как правильно варить и жарить или, говоря по-научному, обрабатывать продукты жидкими средами. И вновь обратимся к В. В. Похлебкину.

Тепловая обработка, пишет он, чаще всего происходит через воздействие жидкой среды на пищевой продукт. На пути открытого огня или излучаемого тепла обычно имеется помимо посуды с ее металлической, керамической или каменной средой еще какая-нибудь жидкая среда — вода, молоко, кислота, нагретый жир.

Часто эти среды сочетаются, образуя самые разнообразные комбинации. Как относятся эти комбинации к теплу, как влияет на них тепло, как они влияют в нагретом или раскаленном виде на продукт — все это надо заранее знать, прежде чем что-либо готовить на кухне. Но нередко об этом забывают, и результатом может быть либо пригорание, чад, испорченная еда, либо — что чаще всего и случается — просто невкусная пища. Многие считают, что невкусная еда — результат того, что человек, ее приготовивший, не умеет готовить, у него нет к тому способностей. Но вернее сказать, что не-

вкусная еда, как правило, результат кулинарной неграмотности. Кулинарно грамотный человек, даже не облада никаким дарованием, всегда приготовит вкусное, доброкачественное блюдо по готовому рецепту.

НЕСОВМЕСТИМОСТЬ И СОВМЕСТИМОСТЬ СРЕД

Первое, что необходимо знать и хорошо запомнить о жидких средах,— это правило их несовместимости.

Вода и жир — вечные, непримиримые антагонисты. Где жир — там не место воде. Скорода, на которой хотят жарить, должна быть сухой, как пустыня, прежде чем на нее нальют масло, а когда нальют, то в него не должно попасть ни капли воды. А такое часто бывает, когда хозяйка, например, жарит и одновременно что-либо моет (тарелку, ложку), а потом, поленившись взять полотенце, чтобы вытереть слегка замоченные пальцы, продолжает помешивать вилкой или ножом то, что жарится на сковороде. Достаточно небольшой капле попасть на сковороду, как начнется шипенье, чад, масло станет разбрызгиваться, а хозяйка даже не заметит, что все это произошло от капли воды. Начнет подливать еще масла, думая, что пригорание и внезапный чад — от недостатка масла, и в этот момент с влажных рук упадет на сковороду еще одна капля — пригорание усилится, чад не прекратится, а хозяйка будет недоумевать, что случилось, и винить во всем плохое масло или жир, открывать окно, проветривать комнату и тратить значительно больше времени и сил, чем потребовалось бы для того, чтобы тщательно вытереть руки.

Масло, жиры всегда отторгают воду «с возмущением». Но вода, если она доминирует, равнодушно принимает масло. Однако союз масла и воды непрочен и недолговечен. Как только масла становится больше (а это происходит по мере выпаривания воды), оно начинает резко отторгать воду. Вот почему в конце тушения, если за этим процессом плохо следить, кастрюли и котелки сильно пригорают: вода, которой в начале тушения бывает больше, чем масла, выпаривается, а масло, оставшись на дне с небольшим количеством воды, моментально превращается из мирной среды в агрессивную.

Еще большими антагонистами являются белковые и кислые среды, кислые и крахмальные, например, кислые соки и молоко, пищевые кислоты и различные кисельно-соусные среды.

Кислоты разрушают любую нежную жировую, молочную, белковую, яичную или крахмальную эмульсию не только когда они преобладают над ней, но и когда они находятся в меньшинстве. Вот почему, если нужно подкислить какой-нибудь соус или подливку, то это делают только после того, как соус полностью остыл, но ни в коем случае не тогда, когда он еще варится. Но даже и в холодную эмульсионную среду кислоты добавляются осторожно, в крайне незначительном количестве, а кушанье в этом случае немедленно подается на стол и никогда не оставляется на хранение.

Применяемые искусными кулинарами в качестве мизерных добавок коньяк, вино, водка заметно ускоряют кипение воды и резко усиливают, обостряют, улучшают вкус кислых сред, а иногда даже усиливают и их аромат. Вот почему прибавление чайной ложки коньяка, водки, вина в кисленький кисель, компот, напиток значительно улучшает вкус и аромат всего кушанья, хотя такая прибавка составит всего, быть может, тысячную долю массы блюда (на 1 кг или 1—1,5 л изделия достаточно лишь 1 чайной ложки).

Так обстоит дело с совместимостью и несовместимостью жидких сред. Но как ведут себя эти среды, каждая из них, когда они ни с чем не смешиваются, а нагреваются самостоятельно?

Оказывается, и здесь есть правила, без знания которых столь же трудно приготовить вкусное блюдо, как и ориентироваться в лесу без компаса.

Вода. Лучше всего мы знаем о поведении воды. Здесь как будто бы нет никаких тайн и подводных камней. Вода не может подгореть, как масло. Она не может внезапно убежать, как молоко. И все же она может причинить неприятности кулинару.

Вода довольно легко и быстро перекипает, то есть превращается в пар, а следовательно, уменьшается в объеме, или, как мы говорим, выкипает.

Кипения воды важно не допускать лишь в некоторых случаях, в которых оно как раз чаще всего допускается. Нарушение этого правила не ведет к катастрофе, и потому мы легко преступаем его. И все же если вода перекипает, то невкусными становятся чай, напитки, в состав которых наряду с водой входят фруктовые натуральные соки, супы-пюре и все блюда, в отношении которых имеется указание «не доводить до кипения», «подогреть, но не кипятить». Это относится чаще всего

к овощным и фруктовым продуктам... Если их сварить, допустив длительное кипение, то они лишатся не только вкуса и аромата, но и витаминов и некоторых других полезных веществ.

Гораздо хуже допустить выкипание воды, понижение ее объема ниже той нормы, которая должна сохраняться в блюде.

Чаще всего выкипают супы. Но это мало кого беспокоит: подливают воду, чтобы восстановить объем. Но суп, его вкус таким простым путем исправить уже невозможно. Утрачивается, изменяется не только вкус, но и цвет, консистенция супа, наконец, его биохимический состав. Чем сложнее по составу суп и чем более высококачественные продукты используются для его приготовления, тем губельнее для него подлив воды после выкипания.

Особенно резко ухудшается блюдо, когда в результате нарушения солевого соотношения хозяйка, как правило, уже не может объективно определить степень солёности супа и, чувствуя резкое ухудшение вкуса, а также действие сырой, не перемешавшейся с супом воды, старается восстановить, как ей кажется, слишком пресный вкус поспешным досаливанием. Результатом всегда бывает пересол, уже ничем не устранимый. Чтобы избежать этой часто встречающейся ошибки, во-первых, никогда не следует солить суп до того, как он полностью сварится, а во-вторых, надо подливать, если уж это неизбежно (например, нехватка супа на несколько человек) лишь кипяток, а не холодную сырую воду, причем кипяток не перекипевший, а свежевскипевший. Это хотя и не выправит полностью положения, но все же смягчит резкость ошибки. Солить долитые супы следует всегда умереннее, чем недолитые, даже если солят в конце приготовления. Еще более осторожно следует обращаться с водой при тушении. Здесь разрешается подливать жидкость по мере ее выкипания, чтобы сохранить консистенцию подливки и не допустить пригорания, но такой подлив надо делать не сразу, когда жидкость выкипела, а постепенно, небольшими порциями (ложечкой) в течение всего приготовления, и всегда подливать лишь крутой кипяток.

Молоко. Прежде всего несколько слов надо сказать о смешивании воды с молоком. Целый ряд молочных супов готовится отнюдь не на цельном молоке, а на смеси молока с водой, причем такие супы всегда вкус-

нее, чем чисто молочные. Однако порядок смешивания воды с молоком — искусство, от которого и зависит вкус супа. Сначала надо в воде сварить основной пищевой компонент супа — рыбу, овощи, вермишель, лапшу, макароны, кнели, клецки, а затем, севид жидкий навар или выложив твердую часть супа, смешать жидкость с горячим, вскипяченным молоком и лишь затем прогреть вместе, не допуская кипения. Чтобы связь воды с молоком вышла нерасторжимой, надо загустить водно-молочную смесь мучной подболткой (1 ст. ложка муки на 1,2—2 л. суповой жидкости). Загущение делают, разумеется, если твердая часть водно-молочного супа не мучная.

Само по себе молоко отдельно как среда, в которой варят или кипятят, не используется, ибо одно, без добавления воды, оно неспособно к длительному нагреву, так как, едва достигнув точки кипения, либо бежит, либо подгорает, чем портит все блюдо. Поэтому все так называемые блюда на молоке готовят так: либо отваривают твердую часть в воде, а затем подогревают ее в молочно-водной смеси, либо отваривают слегка в воде и после ее выпаривания заливают холодным или теплым молоком и доваривают в нем крайне непродолжительное время — до закипания. Наконец есть и третий способ обработки продукта горячим молоком: заливают кипящим молоком совершенно сырой, сухой продукт, например, манную крупу, и выдерживают его под плотной крышкой до готовности (полного распаривания). Температура горячего (кипящего) молока достаточна, чтобы некоторые продукты (нежные крупы, яйца) сварились без дополнительного подогревания на огне... Следует подчеркнуть, что блюда, приготовленные лишь одним теплом молочной среды, отличаются особо нежным вкусом и консистенцией...

Масло, жиры. Наиболее коварной и трудноуправляемой жидкой средой являются масла, жиры. Они настолько быстро раскаляются, что уследить за ними труднее, чем за кипящим молоком. И все же их можно укротить полностью, если знать, как это сделать. Прежде чем что-либо жарить на жирах, маслах, их надо подготовить для этого — очистить, если это животные жиры, и прокалить, если растительные. Полученный таким образом чистый, вернее очищенный и, следовательно, более уплотненный и однородный жир может служить основой для обработки любого пищевого продукта,

будь то мясо, рыба, овощи, грибы, мучные, яичные изделия и даже фрукты. Чистота очищенного или переработанного масла или жира будет иметь решающее значение и для самого процесса жарения и для вкуса блюда в целом.

Очистка жиров. Очистку жиров производят в два приема. Вначале жир — особенно если он представляет собой не чисто нутряной, а поверхностный срез лишнего жира говядины, баранины, утки, курицы — пропускают через мясорубку в любых пропорциях и смесях, а затем вытапливают на сковородке и процеживают. Полученный жидкий, расплавленный жир смешивают примерно с литром воды (не меньше этого количества при любом количестве жира и любой посуде), добавляют не менее одного стакана молока, крепко солят и медленно доводят до кипения при непрерывном размешивании, чтобы водно-молочный соленый раствор хорошо промыл весь жир. После 3—5 минут кипения жидкости дают остыть, ставят ее на холод и затем снимают сверху «лепешку» жира. Такой очищенный жир хорошо хранится в холодильнике, не прогоркает и лучше пригоден для жарения, чем сливочное масло. Он может быть улучшен добавлением к нему растительных масел. Но и они должны быть предварительно подготовлены для кулинарного использования.

Целый ряд растительных масел еще слабо используется в нашей домашней кухне именно потому, что многие не умеют и не знают, как надо прокаливать их. Между тем жарить на них продукты гораздо удобнее, чем на сливочном масле, да и блюдо получается вкуснее... Основной секрет состоит в том, чтобы жарить не на «жарящемся», «кипящем» масле, а на «спокойном». Таким «спокойным» маслом может быть только прокаленное масло.

Прокаливание масла. В качестве посуды для этой цели лучше всего использовать толстостенную металлическую кастрюлю (но только не эмалированную!) или очень глубокую сковородку, которую надо предварительно очистить солью, затем накаливать и лишь тогда налить в нее растительное масло, причем так, чтобы оно ровным слоем покрывало дно. Толщина слоя масла в зависимости от того, что и сколь много вы намерены жарить, может быть от 0,5 до 2 сантиметров, но самая обычная — 1 сантиметр. Огонь и при накаливании пустой посуды, и при прокаливании уже налитого масла

должен быть весьма умеренным и совершенно не касаться дна кастрюли. Надо, чтобы масло ни в коем случае не закипало, а лишь накаливало в течение нескольких минут. Внешне оно будет по-прежнему оставаться совершенно спокойным, но заметно посветлеет, и соль, брошенная в него, станет потрескивать и «стрелять», отскакивать от поверхности масла, если она крупная. Из прокаленного масла начнет выделяться беловатый дымок. Это значит, что масло достаточно прокалилось и готово принять в свою среду все, что вы пожелаете в нем жарить. Точно так же следует поступать и со всяким иным жиром, прежде чем начать готовить на нем. Короче говоря, перекаливание — обязательный процесс в работе с жирами на кухне. Подливать холодное неперекаленное масло в готовящуюся пищу — значит, испортить вкус блюда.

Попробуйте пожарить в перекаленном масле лук. Для этого крупно нарежьте его и бросьте в подсолнечное перекаленное масло. Оно сильно зашипит — и это будет одним из признаков, что масло готово. Теперь можно прибавить огонь, так как температура масла от введения в него лука понизилась. Но ни в коем случае не жарьте на слишком большом огне, в этом нет никакой необходимости. Ваш лук прекрасно приготовится на умеренном огне — станет ровно золотистым, вкусным, мягким, ароматным и совершенно лишенным того специфического запаха пережаренного лука, который порой доносится с лестничных клеток. Лук, поджаренный в прокаленном масле, является основой для ряда самостоятельных блюд. Прибавьте к нему, например, шинкованные морковь или капусту, или нарезанный кубиками картофель, или вымоченный в течение суток горох, или отварной рис — и вы получите пять разных блюд. При этом обязательно добавляйте пряности: в морковь — черный или красный перец, в картофель — петрушку и укроп, в отварной рис — красный перец и чеснок. Аромат и вкус таких обычных продуктов, как рис, картофель, в сочетании с перекаленным маслом станет от этого неузнаваемым, новым, ярким.

В прокаленном растительном масле можно успешно обжаривать и мясо. При этом фарш из рубленого мяса (или рыбы) с добавлением, разумеется, яиц, хлеба, лука, перца надо разделявать на небольшие кнели и обваливать в муке (а не в сухарях).

Жарятся такие кнели в прокаленном масле не более 4—6 минут (по 2—3 минуты на каждой стороне).

Каждая хозяйка быстро оценит преимущества приготовления на прокаленном масле по следующим результатам. Масло и находящиеся в нем продукты не будут подгорать, посуда к концу готовки останется такой же чистой, блестящей изнутри, как и вначале. В кухне не будет дыма и чада. А главное — еда будет вкусная, нежная, приятная. И в довершение всего гости, если им случится отобедать у вас, похвалят вас за то, что вы готовите... без подсолнечного масла.

Качество прокаленного масла будет еще лучше, если смешивать разные жиры.

Смешивать жиры проще всего парами: подсолнечное масло — со свиным, бараньим или говяжьим жиром; кулинарный жир — с льняным маслом или свиным салом; горчичное, соевое, кукурузное масло — с бараньим жиром или маргарином и т. д. Практически любое растительное масло хорошо сочетается с любым животным жиром.

Смешивать жиры надо лишь в горячем, топленом виде, затем полученную смесь перекаливать, как было сказано выше.

«НЕДОСОЛ НА СТОЛЕ, А ПЕРЕСОЛ...»

Когда продукт — будь то мясо, рыба или овощи — прошел все операции от разделки до тепловой обработки и когда блюдо уже почти готово, то, даже если все сделано правильно, оно еще не имеет законченного вкуса, ему еще чего-то не хватает.

Это что-то, конечно, соль. Особенно нуждаются в добавлении соли рыба, яйца, грибы и овощи. Мясо вопреки распространенному мнению нуждается в гораздо меньшем количестве соли как добавки... его легче испортить пересолом, чем недосолом. Чаще всего добавления к мясу пряностей вполне достаточно, чтобы подчеркнуть его вкус, в то время как превышение степени посола, даже весьма незначительное, сразу резко ухудшает не только вкус, но и консистенцию мяса, делает его жестче, особенно если оно нежирное... Высокая кухня, хороший вкус требуют посолить мясо столь умеренно, чтобы оно оставалось сладким, нежным и имело бы выраженный «мясной» запах. Наоборот, рыба, как отварная, так и тем более жареная и копченая, должна

обладать ярко выраженной «солинкой», не носящей, однако, оттенка неприятной солености.

Овощи солятся круче, чем мясо, но слабее, чем рыба, грибы — чуть-чуть круче овощей. Однако и для овощей, и для грибов малейший перебор соли, то есть нарушение вкусовой меры, ощущается как неприятный пересол и портит блюдо. Исправить его практически невозможно. Поэтому овощи и грибы следует солить крайне осторожно — гораздо осторожнее, чем рыбу или мясо.

Пересол мяса сравнительно легко исправим путем добавления либо пресного мучного или масляного соуса, который моментально оттягивает соль на себя, либо путем добавления к жареному мясу сметаны, которая дает вкусную подливку с избытком соли и мясного сока. Однако при этом не следует нагревать сметану на огне в той же посуде, ибо эффекта не последует (разве что придется употребить слишком большое количество сметаны). Горячее готовое пересоленное мясо надо просто переложить в чашку (миску) с холодной сметаной и дать постоять до тех пор, пока мясо остынет. Лишь после этого можно нагреть эту чашку (лучше всего не металлическую, а фарфоровую) в водяной бане. Этот способ эффективен на все сто процентов...

Способ исправления пересоленной рыбы аналогичен исправлению мяса: пресный мучной соус, несоленое картофельное пюре, сметану в смеси с большим количеством пряных трав (укропом, петрушкой, луком) слегка тушат вместе с пересоленной рыбой. Но действие этих спасителей будет не столь радикальным, как в случае с мясом, особенно при больших пересолах.

Еще труднее поддаются исправлению пересоленные овощи. Практически их нельзя исправить, не переделав само блюдо.

Если, например, пересолен картофель, морковь и другие корнеплоды (брюква, свекла и т. д.), то единственным выходом из положения может быть превращение их в пюре и смешивание с равным количеством пюре из вовсе несоленых корнеплодов. При этом на приготовление уходит вдвое больше времени, не говоря уже о двойном расходе продуктов. В более легких случаях пересол может быть «прикрыт» не приготовлением пресного пюре того же состава, а добавлением в соленное пюре муки, сметаны, жиров, яиц (лучше одного взбитого белка), но пюрирования пересоленной части

продуктов избежать нельзя. Таким образом, пересол овощей всегда ведет к изменению формы и характера блюда, а в худшем случае — к выбрасыванию.

Пересоленные грибы исправляют добавлением муки, риса, картофельного пюре, сметаны, лука — в зависимости от степени пересола. Иногда добавление новой порции грибов так же может быть использовано как прием, снижающий пересол. Однако в этом случае блюдо получается «пестрым» по вкусу, ибо пересоленные части грибов при равномерном перемешивании с пресными грибами могут, конечно, создать приблизительную иллюзию слабосоленого блюда, но исправить полностью пересол такой прием не в состоянии...

Чаще всего домашние хозяйки пересаливают супы, то есть жидкие блюда, где значительное количество жидкости «сбивает» неопытных людей, не умеющих путем пробы уловить, достаточно ли посолен суп. Ошибки вкусовых восприятий происходят тогда, когда пробуют слишком горячую жидкость или жирную часть ее. Если к тому же такие пробы следуют непрерывно одна за другой, то можно чрезвычайно сильно пересолить суп, ибо от частых проб ощущение солености быстро притупляется. В таких случаях пересол неожиданно обнаруживается с первой же ложки кем-либо из обедающих. Чтобы избежать таких ошибок, надо, во-первых, остужать суп, взятый для пробы, причем в деревянной, некрашенной ложке, а не в металлической, которая нагревается и остается горячей, даже когда суп в ней остыл; во-вторых, никогда не пробовать суп, взятый с верхним жировым слоем, а всегда зачерпывать жидкость для пробы из середины кастрюли. Особенно это относится к супам из баранины. Бараний жир сообщает блюду чрезвычайную пресность и потому многим кажется, что суп не посолен (проба-то взята сверху!), в то время как он уже пересолен.

Как же исправить пересоленные супы? Нерадивые хозяйки подливают воду и быстро решают проблему. Такой способ никогда не применяется в хорошей кухне. Подлить воду к супу в процессе варки, а тем более в конце ее — означает испортить блюдо; ни один уважающий себя специалист не поступит столь безграмотно.

Куриные, мясные пересоленные супы исправляются либо засыпкой в них дополнительных порций пресной

лапши, риса, картофеля (но не вермишели и макарон, уже посоленных на производстве), либо (в исключительных случаях) засыпкой (подсевом) муки с последующим осветлением бульона яичным взбитым белком или мясным фаршем (оттяжкой) и процеживанием...

Как же следует солить, чтобы не допускать пересола, что можно использовать кроме опыта, интуиции, чувства вкуса? Какие ориентиры могут помочь в этом деле начинающему и еще неопытному повару?..

Как правило, подавляющее большинство как жидких, так и твердых блюд солится в конце приготовления или, по крайней мере, ближе к концу приготовления. Уже одно это правило гарантирует правильное применение соли. Когда блюдо почти готово, то можно солить, не ошибаясь: его объем больше не изменится, лишняя жидкость не выкипит, консистенция мяса, рыбы, овощей будет такова, что соль равномерно и быстро проникнет в их ткань. Словом, солить к концу приготовления и надежно, и удобно — ошибок меньше. Есть даже продукты, которые надо солить исключительно после приготовления, после совершенной готовности. Такими продуктами являются бобовые: бобы, фасоль, чечевица, горох, маш. Но солить к концу приготовления необходимо еще и потому, что это ускоряет варку продуктов, вернее, менее задерживает ее.

Соль употребляется в начале варки лишь в двух случаях: во-первых, когда готовится среда (вода, бульон, молоко) для отваривания мучных продуктов или продуктов в мучной оболочке (лапши, вермишели, макарон и т. п.), и, во-вторых, когда готовится уха, калья или отварная рыба. В этих случаях жидкость солят раньше, чем в нее будут опущены все другие компоненты — рыба, овощи, пряности.

Круто солят, вдвое больше против обычного, все начинки в пироги, пирожки, голубцы, долму. Учитывается, что часть соли, порой большая, впитывается в пресную мучную оболочку...

Соусы, которые рассчитывают использовать как приправу, также солят несколько крепче обычной нормы, особенно если они предназначены для отварных блюд — мяса, рыбы.

Остальные блюда солят несколько меньше, чем субъективно кажется, и тогда при подаче на стол и остывании до нужной температуры они приобретают нормальную степень солёности.



«ТРЕЩОЧКИ НЕ ПОЕШЬ — НЕ ПОРАБОТАЕШЬ»

БЛЮДА ИЗ РЫБЫ

«Если черепаховый суп у англичан есть национальный суп, то у русских, вероятно, уху можно признать за самый национальный суп», — к такому выводу пришел знаменитый французский кулинар Антуан Карем после тщательного изучения русской кухни. И это не случайно. В русской кухне рыбные блюда были в изобилии, одного этого «самого национального супа» — на любой вкус: уха осетровая, рыбацкая, бурлацкая, мблочная, уха белая, уха желтая... Объясняется такое изобилие природными условиями Руси, вдоль и поперек рассеченной реками и речушками, в достатке покрытой озерами. Обилие пресных водоемов сформировало и определенный вкус россиян к рыбному столу — главным образом к свежей речной рыбе. Особенно ценились осетры. Эту породу называли «красной» — словом, которым на Руси отмечали все дорогое и редкое. При новгородском князе даже особое лицо состояло — осетринник, сборщик подати осетрами с «рыбных ловель». Но осетры водились не везде, да и не всем были по карману. В крестьянских семьях и пескарей ели так, что «за ушами трещало», знали здесь и секреты приготовления самых разных блюд из щуки и другой речной рыбы.

Иное дело — север России. Здесь речной рыбе издавна предпочитали морскую: треску, палтуса, зубатку, камбалу, окуня, навагу. В поморских селах что ни мужик, то рыбац, что ни подросток, то звук — помощник

на промысле. Рыба кормила большие рыбацкие семьи круглый год. Голодными считались те годы, когда неудачными оказывались морские промыслы. В этом отношении любопытен дневник одного из жителей Варзуги конца XIX века, в котором наряду с крупными местными и общегосударственными событиями — стихийные бедствия, холера в Архангельске, смерть царя, манифест нового царя — каждый день повторялась фраза: «Рыбы нету». Ведь кроме как на рыбу здесь и надеяться было не на что, скудная северная земля мало чем могла одарить хлебопашца. Даже в конце XIX столетия, в 1872 году, газета «Архангельские губернские ведомости» отмечала, что «земледельческий труд у нас, можно сказать, в первобытном состоянии. Скудость приспособлений к хлебопашеству земли, отсутствие правильной системы сельского хозяйства незavidно характеризуют земледелие. Не способствуют его развитию суровый климат и тощая почва». И куда как выгоднее здесь были рыбный и звериный промыслы. «Была бы рыбка, — приговаривали северяне, — а хлеб будет». При этом не столько надеялись на собственный урожай, сколько на то, что за проданную рыбу удастся купить муки. Зато в соседней Вологодской губернии, где земледелие и скотоводство были главными занятиями населения, бытовала другая пословица: «Когда голодно, тогда и рыбно».

У поморов всякой рыбе было свое назначение. Навага здесь шла в основном «на двойну уху, для скусу». Камбалу и морского ерша запекали в рыбники, отваривали солеными и с удовольствием ели «мочок» — хлеб, которым макали в густой от разварившейся рыбы отвар. Зубатку ели во всех видах — свежей, соленой, запеченной, варили из нее уху. Сиги и палтус запекали в рыбники, последний, как правило, по праздникам. О палтусе говорили, что он «гостит не часто». Зато треска была на столе хозяйкой... И чего только с ней не делали! Варили свежей и соленой, запекали и в молоке, и в твороге, и с кашей, и с картошкой, сушили, вялили... И приговаривали: «Трешшочки не поешь, дак и не поработаешь». На зиму заготавливали мелкую сушеную рыбу — сушик. Из нее варили ароматную, аппетитную уху. Повсеместно употреблялась и сельдь, причем не только в привычном для нас сегодня соленом виде, а запеченная или отваренная в малом количестве воды — припущенная.

Лучшие виды рыбы — семга, соловецкая сельдь, палтус, сига — шли на продажу. Вот как об этом рассказывает большой знаток рыбной кухни, автор книги «Рыба на вашем столе» В. В. Усов: «С морской рыбой россияне познакомились лишь в эпоху Петра I, когда в 1721 году «для желаемой пользы и умножения торговли у города Архангельского и в Кольском порте от рыбных промыслов... содержимых князем Меншиковым с компанию», государь повелел «оные промыслы отдавать купечеству в вольное производство». «Вольное производство» самым благоприятным образом сказалось на добыче морской рыбы и морского зверя». И рыба эта зимой по санному пути «поплыла» в Петербург и Москву. «Поначалу многих смущали незнакомые названия: треска... навага... мойва. Но уже в 1808 году один из популярнейших словарей того времени — «Источник здоровья, или Словарь употребительных снедей» — уверял читателей: «Для употребления в пищу морская рыба почитается питательнейшею и здоровейшею...»

Первой морской рыбой, обогатившей русское меню, была треска. В России «мода» на треску не сразу преодолела консервативность вкусов россиян. И принимались самые разные меры с целью повысить спрос на эту рыбу. Многочисленные кулинарные книги прошлого века охотно давали хозяйкам советы о том, как нужно выбирать и разделывать свежемороженую треску. В конце концов эти усилия увенчались успехом. Треску стали готовить во всех видах.

Значительное место в старой русской кухне отводилось наваге. Навагу развозили по всей России, доставляли даже в Астрахань, где и без того продавалось множество видов каспийской и волжской рыбы.

Славилась и северная сельдь. Но далеко не все ее сорта были равноценны. Вот что пишет о промысле сельди и ее особенностях С. В. Максимов в книге «Год на Севере»: «...исключительный улов сельдей производится только в Белом море. Делом этим заняты все приморские селения, поместившиеся вблизи мелких, защищенных от морских ветров губ... Главными местами улова этой рыбы надо почитать Поньгаму (селение Карельского берега), Соловецкий монастырь и деревню Сороку (главнее всех). Вылавливаемая в Поньгаме сельдь самая крупная из беломорских родов этой рыбы и составляет один из лучших сортов ее... В губах островов Соловецкого монастыря попадает галадья (мел-

кая беломорская сельдь) и вылавливается в таком огромном количестве, что по летам дает монастырю возможность кормить ухую и жареными рыбами людное население обитатели и огромное количество посещающих ее богомольцев. Для этой цели каждое утро выметываются невода. Монастырь в то же время сельдей этих засаливает до 5000 пудов, которые и сбывает в Архангельске; другая часть засола остается на монастырское потребление. Так как засол этот совершается с большой опрятностью и вниманием, то соловецкие сельди считаются самыми лучшими из всех беломорских... Сорочья сельдь — самая мелкая, но зато и самая вкусная: уха из нее легко может спорить с прославленной стерляжьей». Но потреблялась она на месте, поскольку засол ее, замечает автор, был «отвратительно дурен».

Сельдь в этих местах не только солили, но и коптили. Особенно много и в разных видах употребляли ее в постные дни. Кстати, именно на посты приходилось наибольшее количество рыбных блюд в столе различных слоев населения, как городского, так и деревенского. В эти дни, замечает В. В. Усов, «бедняки зачастую довольствовались лишь селедочным рассолом, в который макали репу, а позднее повсеместно заменивший ее картофель». Впрочем, и разговлялись поморы зачастую рыбой, а не мясом. Подтверждение тому находим, в частности, у С. В. Максимова. «Поешь трешочки-то, хорошо ведь!» — предлагал ему старый помор. И в ответ на отказ резюмировал: «Не привышное, вишь, дело-то тебе, не привышное. Мы так вот и о пасхе ей разговляемся: на сковородке яйцами обливаем, да со скромным маслом и едим всласть: знатно кушанье!»

Какие же блюда из рыбы готовили наши предки? Во-первых, самые разные холодные закуски: отварную рыбу, соленую икру, рыбный студень и — забытое сегодня, к сожалению, тельное: порубленное ножом рыбное филе перемешивали с измельченным луком, добавляли яйца (а зачастую обходились без них), формировали массу в «батон», заворачивали его в тонкую тряпочку и отваривали. Готовое блюдо получалось ровным, белым, напоминало тело, потому, вероятно, и называлось тельным. Подавали его и холодным, и горячим. На Печоре рыбу еще и квасили (печорский посол).

Из супов самым распространенным на Севере был, конечно же, рыбный — уха (ее здесь некогда звали «юшкой»). Поморы, имевшие рыбу в изобилии, готови-

ли двойную, а то и тройную уху: сначала отваривали в большом количестве мелкую рыбешку, затем в этот крепкий, процеженный бульон закладывали более ценную рыбу, причем при варке тройной ухи и ей находилась «перемена», скажем, на смену вынутым из ухи сивам могли положить стерлядь. В богатых домах готовили уху не только обычную (белую), но и желтую — с шафраном или черную — с корицей, гвоздикой, перцем. Особенно ценилась в русской кухне уха из жирных пород рыб. Поверхность такой «юшки» отливала золотистым цветом. Но самая что ни на есть северная уха — молочная, у нее вкус и аромат особые. Впрочем, в разных местах обширнейшей Архангельской губернии готовили уху по-своему. Поморы — с молоком, архангелогородцы — с тресковой печенью, а онежане — с солеными рыжиками. На Терском и Кандалакшском берегах Поморья готовили уху из тресковой печени (без рыбы). По-местному она называлась воёкса.

Особенности русской печи обусловили тепловую обработку рыбы при приготовлении горячих блюд из нее. Рыбу готовили разварной, томленной, запеченной и гораздо реже — жареной. Запекали, как правило, крупные куски рыбы, а томили — мелкую, чаще речную. Помыв, ее закладывали в ладки и выдерживали в печи до полного распускания чешуи. При этом все косточки рыбы распаривались, она получалась мягкой, нежной. Мелкую рыбу, например, беломорскую селедочку, северяне старшего поколения и по сей день не жарят, а припускают — кладут в глубокий противень, подливают немного бульона или воды, для вкуса добавляют пряностей и варят под крышкой на слабом огне до готовности. В рецептах русской кухни есть рыба, припущенная в огуречном рассоле. Подавалась она с картофелем и солеными огурцами. Поморы готовили из рыбы даже... кашу.

В дни праздников поморы делали жарехи — запекали в ладках дорогую рыбу (зубатку, палтуса), тресковую печень в молоке, варили уху из семги или кумжи. И непременно пекли пироги с рыбой — кулебяки и рыбники. Впрочем, эти пироги пекли на Севере повсеместно. Следует заметить, что в южных уездах Архангельской губернии (например, в Шенкурском) употребление морской рыбы было редкостью, так как она была покупной и стоила недешево. Достаток семьи здесь нередко оценивали именно по возможности покупать морскую рыбу

(«Хорошо живут — рыбу покупают»). Но даже здесь рыбники были обязательным блюдом на свадьбе, родинах и похоронах.

К сожалению, сегодня рыбы в меню северян немного. Объясняется это тем, что традиционные для нас виды — треска, палтус, зубатка — почти исчезли с прилавков магазинов, а к океаническим породам — ставриде и скумбрии — привыкаем мы с трудом, наверное, потому, что никто по-настоящему — так, что «пальчики оближешь» — ее не рекламирует. А вспомните, с какой опаской относились мы к нототении, как косились на неведомо откуда взявшегося клыкача. Но вот подали нам ту же рыбу в «семужьем» посоле, холодного копчения, и распробовали, и оценили, да так, что эти «незнакомки» тоже попали в разряд дефицита. Выходит, всякая рыба может быть очень вкусной, если ее правильно приготовить. В современных условиях с появлением новых продуктов — томата, майонеза и прочих и новых для нас даров моря — кальмаров, морской капусты, креветок появилась возможность широко разнообразить рыбное меню. А рыба на столе — здоровье в доме.

ХОЛОДНЫЕ БЛЮДА

1. Треска отварная

Рыбу, разделанную на филе (с кожей и реберными костями), нарезать по одному куску на порцию, некрупные экземпляры рыбы, не пластуя, нарезать на куски (кругляши).

В посуду с кипящим пряным отваром положить в один ряд куски рыбы кожей вверх и варить 10—15 мин. Перед подачей вареную рыбу вынуть шумовкой из остывшего отвара, положить кожей вверх на блюдо, сбоку уложить отварной картофель.

Рыбу можно подать горячей (как второе блюдо). В этом случае ее поливают соусом томатным (79), яично-масляным соусом (78) или растопленным сливочным маслом. К холодному блюду можно подать тертый хрен.

Рыба 120 г, картофель 2—3 шт., масло сливочное 1 ч. ложка.

Для приготовленияпряного отвара на 1 л воды берут 1 ч. ложку соли, перец 4—5 шт., 1 лавровый лист, морковь 1/2 шт., пол-луковицы, веточку петрушки, можно добавить 1/2 стакана огуречного рассола.

2. Треска, отваренная в молоке*

Рыбное филе нарезают на куски, кладут в ладку или гусятницу, заливают молоком и, неплотно прикрыв крышкой, доводят до кипения, затем добавляют нарезанный картофель, сметану, репчатый лук и ставят в ду-

ХОЗЯЙКЕ НА ЗАМЕТКУ

Как варить рыбу

Наиболее простой способ приготовления рыбы — отваривание ее в воде. Этот способ еще и более целесообразен, так как позволяет сохранить естественный вкус рыбы. В отваренном виде можно приготовить практически любую рыбу, кроме карася, леща,

наваги, корюшки, сельди и скумбрии, их целесообразно только жарить. (Хотя поморы варили из наваги уху, но сладковатый ее вкус мало кому понравится).

Чем меньше берется воды для варки, тем вкуснее получается рыба. Поэтому следует наливать в посуду такое количество воды, чтобы она лишь

* Блюда, приготовляемые по рецептам 2, 3, 4, 6, 7, 10 и 11, можно подавать и в горячем виде.

ховку, томят до кремового цвета молока. Подают, полив растительным маслом, посыпав зеленью.

На 250 г филе 1/2 стакана молока, 1/4 стакана сметаны, 1 ст. ложка сливочного масла, 1 луковица, соль по вкусу.

3. Треска, отваренная с морковью и лимоном

Подготовить и нарезать рыбу порционными кусками, положить в кастрюлю, добавить кусочек сливочного масла, шинкованную морковь, лавровый лист, душистый перец, соль, репчатый лук. Поверх рыбы положить лимон, нарезанный кружочками (без зерен). Залить водой так, чтобы только прикрыть рыбу и при полуоткрытой крышке варить ее до готовности.

Рыбу положить на блюдо, полить оставшимся отваром, сбоку положить гарнир — вареный картофель.

Рыба 120 г, морковь 1/3 шт., корень сельдерея 1/2 шт., 1 лавровый лист, 1 горошина перца, пол-луковицы, 1 кружочек лимона, масло 1 ч. ложка.

4. Треска отварная с яблоками и хреном

Подготовленную и нарезанную порционными кусками рыбу сбрызнуть уксусом и выдержать на холоде в течение 15—30 мин. Приготовить пряный отвар (1), процедить его и, залив им рыбу, варить ее до готовности. Натереть на мелкой терке корень хрена и яблоки (антоновские). Быстро, пока яблоки не потемнели, заправить их уксусом и сахаром, разбавить смесь бульо-

немного покрывала рыбу во время варки. При отваривании свежей рыбы на каждый литр воды берется 1 чайная ложка соли. Рыбу, предназначенную для порционной подачи, солят за 20 мин до готовности. Чтобы рыба получилась более вкусной, в воду можно прибавить половину одного корнеплода моркови и луковицу, 1—2 лавровых листа, немного перца и петрушки. Коренья и

лук надо предварительно очистить и нарезать.

При отваривании трески, палтуса, камбалы и другой морской рыбы, чтобы отбить специфический запах, рекомендуется, кроме корней и лука, добавлять огуречный рассол, гвоздику и укроп.

Все специи кипятят в воде в течение 10—15 мин и только после этого закладывают рыбу. Остужать ли отвар, зависит от размеров рыбы.

ном, выложить рыбу на блюдо и залить полученным соусом.

На 300 г рыбы 1/2 шт. моркови, 1 веточка петрушки, 1/2 шт. репчатого лука, 1/2 лаврового листа, 2—3 горошины перца, для соуса — 25 г хрена, 1 крупное яблоко.

5. Треска под маринадом

Приготовить под маринадом можно любую рыбу: треску, навагу, ледяную и т. д. Подготовленную рыбу посолить, посыпать перцем, обвалить в муке, поджарить на растительном масле, охладить и залить маринадом. Можно использовать и отварную рыбу.

Для приготовления маринада необходимо лук и морковь нарезать тонко, сложить в кастрюлю, добавить растительное масло и слегка обжарить. Затем добавить в кастрюлю томатное пюре и пряности (лавровый лист, перец, гвоздику), накрыть крышкой и тушить. После этого влить в кастрюлю полученный от варки рыбы или пищевых рыбных отходов (костей, голов) бульон или воду, добавить уксус, прокипятить, заправить солью, сахаром и охладить. Холодная рыба, залитая маринадом, подается в салатнике или глубоком блюде.

Маринад: морковь и лук по 2—3 шт., растительное масло 3—4 ст. ложки, 1 ст. ложка томатного пюре, 1—2 стакана бульона или воды, 2 ст. ложки 3%-го уксуса, 1 ч. ложка сахара, соль по вкусу.

6. Треска припущенная в томатном соусе с грибами

Филе разрезать на порционные куски и припустить с добавлением репчатого лука, моркови и петрушки.

Рыбу можно сварить целиком, большими или мелкими (весом по 80—100 г) кусками. Рыба, сваренная крупным куском, более сочна и вкусна. Крупные куски рыбы (весом 500 г и более) следует закладывать в холодную воду, а мелкие — в кипящую. От начала закипания воды до конца варки рыбы надо поддерживать слабое, но непрерывное кипение. Всякая рыба должна быть хорошо прова-

рена. Чешуйчатая рыба варится 15—20 мин. Соленую рыбу после вымачивания надо залить холодной водой и варить до готовности в течение 7—10 мин. Готовность рыбы можно определить, прокалывая ее деревянной шпилькой: если рыба готова, шпилька легко входит в мякоть.

Полученный при варке рыбы отвар используют для приготовления соуса к рыбе.

Полученный отвар использовать для приготовления соуса. На гарнир отварить картофель. Перед подачей полить на рыбу любые грибы. Полить томатным соусом (79) и посыпать зеленью.

Рыба 150 г, лук репчатый 1/4 шт., петрушка 1 веточка, морковь 1/3 шт., грибы 3—4 шт., картофель 2—3 шт., зелень, соус 1/2 стакана.

7. Мойва припущенная

Рыбу очищают, промывают, укладывают в глубокую сковороду, посыпают солью, кладут перец горошком, лавровый лист, репчатый лук, укроп, петрушку, заливают горячей водой так, чтобы она только прикрыла рыбу (это нужно для получения соуса), доводят до кипения и варят 3—5 мин. Муку пшеничную разводят холодной кипяченой водой и затем выливают в сковороду с рыбой, закрывают крышкой и проваривают еще 3—5 мин на медленном огне. Подают с отварным картофелем.

Рыба 300 г, лук репчатый 1 шт., 1 лавровый лист, перец 4—5 горошин, соль по вкусу, 3—4 веточки укропа, петрушки, мука пшеничная 1 ст. ложка.

8. Тельное отварное

Рыбу (треску, морского окуня, щуку) очищают, потрошат, промывают и разделяют на филе. Кладут его на доску кожей вниз и срезают мякоть с кожи. Часть этого филе оставляют кусками, из другой готовят

ХОЗЯЙКЕ НА ЗАМЕТКУ

Чтобы вымочить соленую рыбу, ее заливают холодной водой в соотношении 1:2 и, периодически меняя воду, выдерживают до вкуса средней солености, а затем разделяют. Крупную рыбу можно разрезать на куски. Вымачивание рыбы продолжается 6—10 ч в зависимости от содержания соли.

Чтобы определить доброкачественность соленой или свежей мороженой рыбы, ее на-

до проколоть горячим ножом, если рыба не свежая, появится гнилостный запах.

Соленую рыбу жарить и запекать не рекомендуется, ее лучше готовить отварной, припущенной или тушеной.

Рыбу лучше готовить в неглубокой посуде: она меньше разваривается.

Озерная рыба не будет пахнуть тиной, если тушки промыть в холодном крепком соляном отваре.

фарш. Для этого мясо пропускают через мясорубку вместе с замоченным в молоке хлебом. Затем добавляют в массу обжаренный лук, растопленное сливочное масло, сырые яйца, перец (можно чеснок) и все хорошо вымешивают. На марлю или целлофан кладут филе рыбы, на него — фарш и заворачивают в виде рулета толщиной в 6—8 см. Затем филе заворачивают в снятую кожу, марлю или целлофан и перевязывают. Подготовленный рулет кладут в посуду, заливают на $\frac{2}{3}$ высоты водой, солят, закрывают крышкой и варят в течение 30—40 мин на слабом огне. Затем охлаждают в этом же отваре. Готовое тельное разворачивают, нарезают кружочками и гарнируют солеными огурцами, отварными овощами, зеленым горошком, зеленью.

Рыба (мякоть) 100 г, хлеб 18 г, молоко 1 ст. ложка, чеснок 1 зубчик, яйцо $\frac{1}{10}$ шт., масло 1 ч. ложка.

9. Щука с чесноком

Куски отварной щуки кладут на блюдо, поливают бульоном с мелко нарубленным чесноком и гарнируют тельным, приготовленным из любой рыбы, и картофелем.

Щука отварная 150 г, картофель 2—3 шт., тельное 50 г, чеснок 1 зубчик.

10. Камбала отварная с маслом

Рыбу очистить и промыть. Крупную можно разрезать на куски. Соленую камбалу надо предварительно



вымочить. Свежую варить в соленом растворе или перед варкой подержать в тузлуке (концентрация соли должна быть такой, чтобы сырое яйцо держалось на поверхности воды). Выдержанная в тузлуке рыба меньше разваривается. Вообще камбалу и морского ерша варят недолго, так как эта рыба быстро разваривается. Остужают рыбу в отваре. Вынув, ее укладывают на блюдо, гарнируют картофелем и поливают растопленным сливочным маслом, в которое добавляют немного уксуса. Сверху посыпают зеленью.

Рыба 100 г, картофель 2—3 шт., масло 2 ст. ложки, уксус 3%-й 1/3 ч. ложки.

11. Камбала или палтус, отваренные в молоке, с луковым соусом

Нарезанную порционными кусками рыбу опустить в скипевшее молоко и отварить в нем. Испечь (без жира) в духовом шкафу репчатый лук. Готовый горячий лук протереть через сито и опустить в молоко. Заправить полученное пюре сливочным маслом, растертым с пассерованной (слегка обжаренной) мукой, влить в пюре немного кипятка и проварить до загустения, после чего заправить по вкусу лимонным соком, солью, сахаром. Готовую рыбу выложить на блюдо, залить соусом. На гарнир подать отварной картофель. Соус должен иметь приятный кисло-сладкий вкус. Вместо лимонного сока можно использовать лимонную кислоту.

На 250 г рыбы 1,5 стакана молока, 2 головки репчатого лука, 1 ст. ложка масла, 1/2 ложки муки.

СОВЕТУЕМ ПРИГОТОВИТЬ

Блюда из крабовых палочек

Новинка последних лет — крабовые палочки, приготовляемые на рыбокомбинате из свежей рыбы с добавлением специальной эссенции. Благодаря высокому содержанию белка они высокопитательны и в то же время очень приятны на вкус.

Салат из крабовых палочек.

Крабовые палочки оттаивают, нарезают поперек кружочка-

ми, добавляют сваренные вкрутую и нашинкованные яйца, зеленый лук и заправляют майонезом. Можно добавить отварной рис (на 4 палочки 1/2 яйца, 1 ст. ложка лука, 2 ст. ложки риса, 1 ст. ложка майонеза).

Заливное из крабовых палочек.

В форму для заливного наливают небольшое количест-

12. Закуска рыбная с редькой

Треску отваривают с пряностями (1), затем охлаждают и отделяют мясо от костей. Репчатый лук мелко шинкуют и ошпаривают кипятком. Мясо рыбы, лук и натертую редьку смешивают и заправляют подсолнечным маслом, можно заправить майонезом или сметаной.

На 500 г рыбы 3 шт. репчатого лука, 1 средней величины редька, подсолнечное масло или майонез по вкусу.

13. Сельдь с луком

Сельдь разделяют на филе и нарезают под углом на кусочки. Укладывают сельдь в селечницы, сверху кладут лук репчатый кольцами и поливают заправкой из растительного масла, горчицы, сахара и 3%-го уксуса.

На 1 сельдь 1 луковицу, 1 ст. ложку заправки.

14. Сельдь с картофелем и маслом

Подготовленную и уложенную на блюдо сельдь обложить веточками зелени. Отдельно подать свежесваренный очищенный картофель и сливочное масло.

На 1 крупную сельдь 3—4 шт. картофеля, 50 г сливочного масла.

15. Молоки соленой сельди

Молоки промывают, снимают пленку и растирают с желтками вареных яиц и горчицей. Этой массой на-

во желе, приготовленного на рыбном бульоне. Когда желе застынет, на него кладут нарезанные кольцами крабовые палочки и овощи, нарезанные мелкими кубиками, заливают охлажденным, но не застывшим желе и ставят в холодное место (на 2 палочки 1 шт. моркови, 1/2 соленого огурца, 2 листика салата, 1 ч. ложка желатина).



поливают корзинки, сделанные из половинок яичных белков, оформляют зеленою. Можно подать молоки с соленой сельдью.

Молоки 50 г, яйцо 1 шт., горчица по вкусу.

16. Икра рыбная отварная

При разделке щуки, сига или другой рыбы икру вынимают, промывают, снимают пленки, разрыхляют и кладут в посуду. Кипятят воду с шафраном (можно не добавлять) и заливают ею икру. Когда она побелеет (через 10—15 мин), жидкость сливают, а икру заправляют уксусом, солью, перцем, растительным маслом, добавляют рубленый репчатый лук, выдерживают на холоде и посыпают зеленым луком.

Икра 3 ст. ложки, масло растительное 1/2 ч. ложки, уксус 3—5%-й 1/2 ч. ложки, лук репчатый 1/4 шт., перец и др. пряности по вкусу.

17. Икра запеченная

В подготовленную икру добавить немного молока (так, чтобы оно лишь закрыло икру), посолить по вкусу и запечь в духовке. Готовую охлажденную икру порезать на порции.

18. Икра соленая

Можно солить икру сига, щуки, леща. Икру надо осторожно извлечь из рыбы, так, чтобы не повредить

ХОЗЯЙКЕ НА ЗАМЕТКУ

Рыбный бульон с желатином

В приготовлении желе для заливной рыбы используют рыбный бульон. Количество желатина, которое кладется в бульон, зависит от крепости рыбного отвара. Например, если бульон получен от варки судака (с головой и кожей), достаточно добавить 1—2 г желатина на 1 стакан бульона, в бульон от других пород рыб — 6—8 г на 1 стакан.

Замачивают желатин в холодной воде, взятой в пятикратном количестве по отношению к его весу. Бульон следует прокипятить на слабом огне в течение 3—5 мин, затем положить в него предварительно замоченный и отжатый желатин и, помешивая, довести бульон до закипания и полного растворения желатина. Затем слить бульон через ошпаренные кипятком бумажные салфетки в другую посу-

желчного пузыря, и промыть холодной кипяченой водой. Икру шуки ошпаривают кипятком (для обеззараживания). Затем икру освобождают от пленок и солят, осторожно помешивая до загустения. После этого икру складывают в чистые банки и ставят на холод.

На 50 г икры 50—75 г соли.

19. Беломорская селедочка с картофелем (поморское блюдо)

Картофель очистить и, разрезав на половинки, положить в чугунок или кастрюлю с кипящей водой, поверх картофеля положить селедочку и варить на слабом огне до готовности. Выложить сваренный картофель на блюдо, на него — селедочку. Полить луковой подливкой (82).

Картофель 4—5 шт., селедочка 8—10 шт.

20. Закуска из беломорской селедочки

Беломорскую селедочку обрабатывают: вместе с потрохами из внутренней полости удаляют черную пленку, отрезают голову, промывают.

Подготовленную рыбу подсаливают, кладут в алюминиевую посуду, заливают растительным маслом, сверху кладут специи и ставят на огонь. Когда масло закипит, огонь уменьшают и варят на слабом огне около 30—40 мин, охлаждают и подают, оформляя зеленью.

На 500 г рыбы 1 ч. ложка (с верхом) соли, 1/2 стакана растительного масла, специи.

ду, дать слегка остыть и залить подготовленную рыбу.

Чтобы желе получилось прозрачным, используют сырой яичный белок (1 белок на 4—5 стаканов бульона). Белок взбивают в миске, вливают стакан охлажденного бульона, добавляют столовую ложку уксуса или лимонного сока, все тщательно перемешивают и выливают в остальной бульон. Он должен быть горячим (но не кипящим!). На медлен-

ном огне бульон доводят до кипения, снимают с огня и дают отстояться в течение 15—20 мин. Затем осторожно, не взбалтывая, процеживают через салфетку или 3—4 слоя марли.



21. Беломорская селедочка в горчичной заправке

Соленую селедочку обрабатывают и заливают заправкой, которую готовят следующим образом: горчицу растирают с сахарным песком, растительным маслом и уксусом. Селедочку выдерживают в заправке 3—4 часа.

На 5—6 шт. беломорской селедочки 1 ч. ложка горчицы, 1 ч. ложка сахара, 1 ст. ложка растительного масла, 1/2 ч. ложки 3%-го уксуса.

22. Рыбный студень

Студень можно варить из голов, плавников, костей, которые остались после разделки рыбы. Их промывают, заливают холодной водой, добавляют специи (перец и лавровый лист), лук и варят около 1,5 ч сначала на сильном, а после закипания — на слабом огне, периодически снимая жир и пену. Можно варить бульон из рыбной мелочи (ершей, окуньков и т. д.).

Готовый бульон процеживают и еще раз кипятят.

Свежую рыбу потрошат, делят на куски и отваривают в небольшом количестве воды. Куски рыбы укладывают на блюдо, заливают бульоном и охлаждают. Так поморы готовили студень и ели его в праздники. Отвар был очень крепким и хорошо застывал при охлаждении. В настоящее время хозяйки при варке студня добавляют желатин.

На 500 г рыбной мелочи или пищевых отходов 500 г воды, 1—2 шт. репчатого лука, специи, желатин 2 ч. ложки, 1—2 шт. некрупной рыбы.

ВСПОМНИМ ЗАБЫТОЕ

Соловецкая сельдь

Исторические документы сохранили описание посола соловецкой сельди. Оказывается, она подразделялась на четыре сорта.

Архимандричья — особо крупная, посоленная с пряностями (кориандром и богородской травкой), она шла в стол монастырской знати.

Городовая — так именовали свежепросольную сельдь.

Монастырская — крепкосольная.

Богомольничья — свежепросольная, но мелкая и помятая.

В старые времена поморы варили студень из рыбьей чешуи. Чешую собирали, сушили и отваривали в мешочке.



23. Рыба заливная

Для рыбных заливных рекомендуется любая мелко-костистая рыба, например, стерлядь, окунь морской, осетрина, палтус, камбала; из рыбных «новинок» — ледяная, сквама.

Филе отварной рыбы кладут в специальный лоток или блюдо высотой 1,5—2 см, украшают ломтиками лимона, моркови, нарезанной в виде звездочек, листочками зелени, «лапками» из соленых огурцов и заливают желе, приготовленным на рыбном бульоне, в 2—3 приема, чтобы прикрепить украшения, а затем оставшимся желе заливают рыбу так, чтобы она имела на своей поверхности слой желе не менее 0,5 см. Блюдо охлаждают.

На 500 г рыбы 1 стакан бульона, 2—3 ч. ложки желатина, белок 1 яйца (для осветления желе), специи, морковь, зелень, соленые огурцы и лимон для украшения.

24. Рыба заливная под майонезом

Рыбу разделить на филе (без кожи), посыпать солью. Мелкое филе свернуть пополам или в рулет. Варить на пару 10—15 мин до готовности, затем охладить. В майонез добавить половину набухшего желатина, предварительно залитого водой, тщательно перемешать и ввести остальной желатин. Выложенное на блюдо филе покрыть смесью майонеза с желатином и оставить до застывания. При подаче гарнировать овощами.

На 1 кг рыбы 1 банка майонеза, 1 ст. ложка желатина, огурцы, помидоры свежие или консервированные, зелень.



25. Щука фаршированная

Рыбу нарезать порционными круглыми кусками и острым тонким кончиком ножа, стараясь не повредить кожу, сделать в каждом куске выемку, оставляя слой мякоти толщиной около 0,5 см. Пропустить через мясорубку вынутую мякоть вместе с репчатым луком и размоченным в холодном молоке пшеничным хлебом. (К мякоти щуки можно добавить мякоть другой рыбы). Заправить фарш солью, молотым перцем и сырым яйцом. Заполнить этим фаршем куски рыбы, с боков загладить каждый кусок, смачивая руки под струей холодной воды. Опустить в кипящий пряный отвар (1). Молодую щуку достаточно варить 30—40 мин, старую рыбу — до 2 ч. Варить следует, не закрывая кастрюлю крышкой. Остывшую щуку выкладывают на блюдо в виде целой рыбы. Украшают ломтиками моркови и свеклы. Отдельно к рыбе можно подать любой острый соус.

Фаршировать можно и другую крупную рыбу, но только малокостистую.

Если рыба нежирная, в фарш надо добавить немного размягченного сливочного масла (1 ст. ложку). Для сочности в фарш можно добавить молоко, а для аромата — 1—2 зубчика чеснока.

Рыба 1 кг (1 шт.), хлеб пшеничный 30 г (1 ломтик), 1 яйцо, 1 луковица, морковь 2 шт., 1 лавровый лист, молоко 1 ст. ложка, соль и перец по вкусу.

ХОЗЯЙКЕ НА ЗАМЕТКУ

Варим уху

Уху варят на медленном огне. Это удлиняет время приготовления, но зато улучшает вкус ухи. Приправу — лук, укроп, лавровый лист, перец горошком — кладут за 5 мин до окончания варки. В уху из нежной рыбы (стерляди и т. п.) не кладут лавровый лист и перец, чтобы не заглушать нежный аромат рыбы. Свежий лук и укроп при подаче ухи

на стол можно положить в каждую порцию. Иногда уху готовят с пшенной крупой, которая по виду напоминает икру.







Молочная уха ▲

◀ *Мясо с грибами*

26. Закуска из рыбы отварной с картофелем

Мякоть вареной рыбы режут мелкими ломтиками, добавляют холодный отварной картофель, нарезанный кружками, мелко нашинкованный репчатый лук (можно обжарить на растительном масле) и все поливают растительным маслом с добавлением слабо разведенного уксуса.

Рыба (треска, окунь) 50 г, картофель 1—2 шт., лук репчатый 1 шт., масло растительное 2 ч. ложки, уксус 3%-й 1/2 ч. ложки.

27. Миноги маринованные

Миноги натирают солью для удаления слизи, промывают, солят, панируют в муке и обжаривают на сковороде, смазанной растительным маслом. Жареных миног кладут в эмалированную посуду и заливают маринадом. Сверху кладут гнет. Через 30 мин рыба готова к подаче на стол.

Приготовление маринада: в уксус (3%-й) кладут специи и кипятят, затем охлаждают.

28. Салат из тресковой печени

Печень трески и сваренное вкрутую яйцо нарезать крупными кусками, репчатый лук мелко нашинковать. Все выложить в стеклянную вазу и украсить зеленью и дольками яйца.

На 1 банку печени трески 2 яйца, 1 луковица, зелень.

СОВЕТУЕМ ПРИГОТОВИТЬ

Салат из морской капусты

Морская капуста. Так называют разновидности бурых водорослей — ламинариевых. Это очень полезный, питательный морской продукт. Содержание белков в ее сухой массе составляет 15—20%, они хорошо перевариваются и усваиваются на 60—80%. Богата морская капуста и витамином С (от 15 до 240 мг), а также витаминами группы В.

Кроме того, морская капуста содержит множество микроэлементов и прежде всего — йод, от недостатка которого страдают многие северяне. Полезна она и тем, что соотношение в ней калия и натрия близко к оптимальному, что очень важно для работы сердечной мышцы. Приготовление блюд из морской капусты облегчается тем, что наша промышленность выпускает много консервов из нее.

29. Саламат поморский

Это оригинальное по вкусу блюдо готовили так: отваривали икру, молоки и печень рыбы, охлаждали, смешивали с соленой сиговой икрой, добавляли мелко нарезанный репчатый лук и перец.

РЫБНЫЕ СУПЫ

30. Рыбный бульон

Он составляет основу большинства рыбных супов и в первую очередь основу ухи.

Для приготовления рыбного бульона в основном используются пищевые отходы рыбы — головы, кости, плавники, кожа. Варят бульон и из мелкой рыбы. А можно использовать то и другое. Перед варкой бульона крупные головы и кости рыбы разрубают на 2—4 части и хорошо промывают, у голов предварительно удаляют жабры и глаза. Мелкую рыбу, не очищая от чешуи, потрошат и промывают. Затем все закладывают в посуду, заливают холодной водой (2 л на 1 кг), закрывают крышкой и варят. Перед закипанием бульона с его поверхности удаляют пену, добавляют нарезанные лук, петрушку, соль и продолжают варку при слабом кипении в течение 50—60 мин. Готовому бульону дают отстояться 20—30 мин, снимают с его поверхности жир и процеживают.

31. Уха из речной рыбы (белая)

Она готовится, как рыбный бульон (30). Солят такую уху обычно в готовом виде, уже процеженную.

Из этих консервов можно приготовить ряд недорогих и вкусных блюд, например, салат. Готовят его так: белокочанную капусту шинкуют и перетирают с солью. Сладкий перец тоже шинкуют, предварительно очистив от семян. Все это соединяют с морской консервированной капустой, шинкованным зеленым луком, поливают растительным маслом, добавляют по вкусу соль и сахар, укладывают в салатник и украшают ломтиками свежих огурцов, зеленью лука. Морскую консервированную

капусту и белокочанную надо брать примерно в равных количествах.



Перед окончанием варки в уху можно добавить лавровый лист, перец и укроп. (Поморы добавляли только укроп). Можно покрошить укроп в тарелки при подаче ухи на стол.

Мелкая рыба 200 г, лук репчатый 1/4 шт., соль и укроп по вкусу.

32. Уха из стерляди или сига (желтая)

Это так называемая двойная уха. По такому принципу готовились многие разновидности ухи.

Хорошо промытые куски стерляди опустить в кипяток на 20—30 секунд, затем облить холодной водой. Сиги достаточно вымыть. Рыбу опускают в предварительно приготовленный процеженный бульон, сваренный из речной мелочи, и затем варят 10—15 мин (в зависимости от величины кусков), удаляя пену.

Если рыба недостаточно жирная и на поверхности ухи нет желтоватых блесток жира, цвет ухе можно придать с помощью моркови и сливочного масла. Для этого морковь, измельченную на терке, обжаривают на сливочном масле до оранжевого цвета масла, процеживают и масло добавляют к ухе. Подают уху с кусочками рыбы. Отдельно можно подать расстегаи с визигой.

Рыбный бульон 400 г, стерлядь или сиг 100 г, масло сливочное 1/2 ч. ложки, морковь 1/2 шт., зелень, соль.

Уху из стерляди можно приготовить на бульоне, полученном от варки головы, плавников, хрящей и др. пищевых отходов этой рыбы.

ИЗ СТАРИННЫХ РЕЦЕПТОВ

Щучина

Одна из разновидностей холодного рыбного супа, к сожалению, совершенно забытого ныне,— щучина. Из названия, однако, вовсе не следует, что этот суп приготавливали только из щуки, для щучины шла и другая рыба.

Для приготовления щучины рыбу отваривали и, дав ей остыть, отделяли мясо от костей. Нарезали мелко огурцы,

зеленый лук, укроп и натерли немного хрена или редьки (перед подачей на стол). Приготовленную смесь солили и приправляли горчицей. Оставшийся от варки бульон должен был застыть и превратиться в студень. Его разводили старыми кислыми щаами или квасом и заливали приготовленной ранее смесью из огурцов, лука, укропа и хрена или редьки. Рыбу подавали в супе или отдельно.

33. Уха рыбацкая

Из обработанной мелкой рыбы надо приготовить рыбный бульон. Затем заложить в него картофель целыми клубнями, лук головками и варить 15—20 мин после чего положить в бульон куски подготовленной рыбы (стерляди, щуки, сига) и варить до готовности рыбы, постоянно снимая с поверхности бульона пену. Незадолго до окончания варки добавить соль, перец горошком, лавровый лист. При подаче ухи на стол в каждую тарелку кладут кусочки рыбы, картофель, посыпают бульон луком и зеленью.

Эту уху также можно подкрасить морковным маслом (32).

Рыбная мелочь 150 г, рыба 60 г, картофель 2 шт., лук 1 шт., масло сливочное (морковное) 1 ч. ложка, зелень и соль по вкусу.

34. Уха из трески и тресковой печени («архангельская»)

«Архангельской» эту уху называли поморы, в самом же губернском центре она такого названия не имела.

Для приготовления этой ухи треску надо почистить и разделать. Из рыбных отходов (плавников и костей) сварить бульон, процедить, затем положить в него куски рыбы, репчатый лук и варить в течение 15—20 мин. на медленном нагреве. За 2—3 мин. до окончания варки добавить мелко нарезанную тресковую печень и зе-

ИЗ БЛОКНОТА ЭТНОГРАФА

Наконец мы вошли в трапезную... Стол для богомольцев поставлен отдельно. На счет монастыря каждого кормят три дня... При мне на обед было подано: соленая сельдь, окрошка из щуки со свежими огурцами, суп из палтуса, уха из свежих сельдей, пшенная каша с маслом и молоком. Кроме того, перед каждым лежал громадный кусок хлеба, фунта в 2½. Мясо, разумеется, не подается никогда,

и монахи быстро привыкают к этому, тем более что большинство — крестьяне и дома у себя редко видели мясо. Северный крестьянин питается трескою и прочими рыбами... хлебом, брусникой, морошкой, солеными грибами (волнухами) и у моря — сельдью.

В. И. Немирович-Данченко

ленный лук. В конце варки добавить перец горошком, лавровый лист, стебли укропа.

Рыбные отходы 200 г, треска 96 г, репчатый лук 1 шт., стебли укропа, лавровый лист 1—2 шт., 4—5 горошин черного перца, пень трески 1 ч. ложка.

35. Уха из филе трески

В среднем течении Северной Двины ее называли «поморской».

В кипящую воду положить соль, горошины перца, картофель, нарезанный ломтиками, и слегка спассерованный в масле нарубленный лук. Филе трески нарезать кусочками и, не размораживая, положить в суп, когда картофель сварится до полуготовности. В готовый суп налить кипяченое горячее молоко, добавить кусочки сливочного масла и измельченную зелень.

На 200 г филе трески 0,5 л воды, 2—3 шт. картофеля, пол-луковицы, 1 ст. ложка масла, 3—4 горошины перца, 1 стакан молока, 1 ч. ложка порезанной зелени.

36. Уха молочная (первый вариант)

В отличие от описанной выше разновидности ухи (35), ее готовят из трески и окуня. Последний придает ухе жирность.

Рыбу, нарезанную кусками, закладывают в кипящую воду или бульон, снова доводят до кипения, вливают

ИЗ СТАРИННЫХ РЕЦЕПТОВ _____

Уха обыкновенная

Сварить бульон из кореньев и пряностей, процедить, положить 2—3 фунта очищенной, посоленной и разрезанной на куски рыбы (щук, окуней, ершей), толченых или нашинкованных кореньев, варить до готовности.

Перед обедом влить, если кто желает, 1/2 стакана шампанского, опустить три ломтика лимона и петрушки.

горячее молоко и добавляют нарезанный полукольцами лук. Солят по вкусу. При подаче уху можно заправить сливочным маслом.

Рыба 200 г, вода 2 стакана, молоко 2/3 стакана, масло сливочное 1 ч. ложка, пол-луковицы.

37. Уха молочная (второй вариант)

Эту уху варят из речной рыбы. Готовили ее в основном в южных районах Архангельской области.

Свежую речную рыбу обрабатывают и опускают в небольшое количество кипящей воды, туда же кладут крупно нарезанный картофель, репчатый лук, нарезанный полукольцами, и, немного поварив, добавляют в отвар молоко, сливки или сметану. В конце варки в уху закладывают специи. Иногда эту уху заправляют еще и мучной пассеровкой.

На 250—300 г свежей рыбы, 1/2 л молока (или 1/2 л воды и 2 ст. ложки сметаны), картофель 1 шт., 1/2 луковицы, соль по вкусу.

38. Уха из сушика и соленых рыжиков

Рецепт этой ухи записан в Онежском районе.

Сушеные в русской печи речные окуньки, ерши, снетки перебрать, промыть в холодной воде и варить 10—15 мин, затем добавить репчатый лук, специи и продолжить варить на медленном огне. За 5—10 мин

ХОЗЯЙКЕ НА ЗАМЕТКУ

Разделка рыбы

С чешуйчатых рыб сначала снимают чешую. Для этого рыбу кладут на разделочную доску и, держа левой рукой хвостовую часть, правой рукой с помощью ножа или рыбачистки удаляют чешую. Рыбу с плотной чешуей лучше на 15—20 секунд погрузить в кипяток, а затем соскабливать чешую тупой стороной ножа. После снятия чешуи удаляют

все плавники и потрошат через разрезанное брюшко, промывают.

Особенности разделки некоторых пород рыб

Камбала. У рыбы косым надрезом отделяют голову и удаляют внутренности. Затем соскабливают чешую со светлой стороны рыбы и обрезают плавники. Для устранения специфического запаха снимите кожу с темной стороны,

до окончания варки добавить мелко нарубленные солевые рыжики, мучную подболтку (1 ст. ложку муки развести в 1/2 холодного бульона или воды) и довести уху до готовности. Отдельно на тарелке подать кулебяку или кусок рыбника.

39. Уха с пельменями из рыбы

Рыбу разделать, отделив мякоть от костей, из отходов сварить уху. Мякоть пропустить через мясорубку вместе с луком, добавить соль и перец. Муку просеять, насыпать на стол горкой, в которую налить воду, смешанную с яйцом и солью, и быстро замесить крутое тесто. Сделать из него пельмени с рыбным фаршем. Отварить их в рыбном бульоне. Вынимают пельмени шумовкой, кладут в тарелки и заливают ухой, посыпая зеленью. Можно использовать и готовые пельмени.

Уха 200 г, пельмени 5—6 шт., зелень.

Для пельменей: тесто — мука 40 г, яйцо 1/10 шт., вода 15 г; фарш — мякоть рыбы 74 г, лук 1/10 шт.

40. Уха из щуки

Обработанную и нарезанную на куски рыбу положить в кастрюлю, залить 1 л холодной воды, добавить коренья, лук, пряности и варить при медленном нагреве 10 мин. Затем вынуть рыбу и снять мясо с костей. Кости, плавники и несколько кусочков рыбы положить обратно в кастрюлю и варить, снимая пену, еще 50 мин.

Навага. У этой рыбы желчный пузырь расположен близко к жаберным крышкам, поэтому при разделке для удаления внутренностей следует нижнюю челюсть рыбы отрезать с частью брюшка.

Стерлядь. У рыбы отрубают голову с грудными плавниками, срезают нижние и спинной плавники, а также спинные жучки вместе с полоской кожи и вынимают визигу: мякоть рыбы надрезают коль-

цом у хвоста, не перерезая визиги и, держа одной рукой за хвостовой плавник, вытягивают визигу.

Оттаивание мороженой рыбы

Крупную мороженую рыбу можно оттаивать в воде комнатной температуры. Рыбу небольших размеров лучше оттаивать на воздухе. Мелкую мороженую рыбу (навагу, мойву) рекомендуется раздирать в мороженом виде.

Затем бульон процедить, добавить туда нарезанный мелкими дольками картофель и варить до его готовности. Иногда в эту уху добавляли натертых сухарей, подкисляли ее пахтой, кислым молоком или долькой лимона. Заправляют уху сметаной.

На 250 г мелкой щуки с головой 1 шт. картофеля, 1/4 луковицы, специи, 1 ч. ложка сметаны, кислое молоко по вкусу.

41. Уха из полярной тресочки

В кипящую подсоленную воду опустить рыбу. Через 10 минут в кипящий бульон положить пряности, лук, петрушку, картофель и варить 10—15 мин. За 5—7 мин. до окончания варки в бульон добавить нарезанную печень. Перед подачей на стол уху посыпать зеленью.

На 125 г рыбы 400 г воды, 1/2 шт. картофеля, 1/4 луковицы, 1/4 корня петрушки, лавровый лист, перец, соль по вкусу.

42. Уха любительская

Такую уху лучше всего варить на рыбалке, потому что вкус ее зависит от свежести рыбы, кроме того, особую пикантность ей придает запах костра.

Только что пойманных ершей моют и, не потроша, кладут в котелок в таком количестве, чтобы они занимали треть объема посуды. Добавляют 2—3 луковицы, 3—4 лавровых листа, несколько горошин перца. Затем наливают воду и вешают котелок над огнем. Бульон после варки процеживают, кладут кусочки крупной рыбы, сваренной в соленой воде, несколько листочков щавеля и варят до готовности.

ХОЗЯЙКЕ НА ЗАМЕТКУ

Засол рыбы

Подготовленную рыбу укладывают в посуду рядами и заливают крепким рассолом так, чтобы она полностью была закрыта жидкостью. Для рассола берется кипяченая вода. Выдерживают рыбу в рассоле от 2 до 5 дней без гнета. Количество соли определяют с помощью сырого яйца (если яйцо держится на поверхности, рассол готов).

Вымачивание сельди

Чтобы соленая сельдь стала мягче, нежнее на вкус, ее вымачивают в холодной воде, чае или молоке. Продолжительность вымачивания зависит от крепости посола и вкуса хозяйки. При вымачивании жидкость следует периодически менять. В холодной воде или молоке вымачивают сельдь более плотной консистенции (беломорскую, атлан-

43. Щи из квашеной капусты с соленой рыбой

Их готовят на рыбном бульоне. Капусту перебирают, крупные куски шинкуют. Морковь и лук мелко нарезают и слегка обжаривают на растительном масле, непрерывно помешивая (они не должны изменить цвет!). Затем к ним добавляют томат и еще раз обжаривают все вместе.

Квашеную капусту тушат в течение часа, добавляют коренья, обжаренные с томатом, и тушат все вместе еще около получаса. Муку прогревают на сковородке, помешивая лопаточкой, до появления светло-кремовой окраски, разводят водой, добавляют в щи.

Подают щи с соленой рыбой, посыпав зеленью.

Соленая рыба (килька, салака, треска) 50 г, капуста квашеная 150 г, морковь 1/2 шт., петрушка 1 корешок, лук репчатый 1/2 шт., томат-пюре 1/2 ст. ложки, мука 1 ч. ложка, масло растительное 2 ч. ложки, зелень.

44. Солянка рыбная

Для приготовления солянки можно брать любую свежую рыбу, но не мелкую и не очень костистую. Снятое с рыбы филе нарезают кусочками (по 2—3 куска на порцию), а из костей и голов варят бульон.

Очищенный лук тонко шинкуют и слегка поджаривают в кастрюле с маслом, добавляют томат-пюре и тушат 5—6 мин, после чего в кастрюлю кладут кусочки рыбы, нарезанные ломтиками огурцы и помидоры и все

тическую), а в настое чая — мягкую сельдь иваси.

Заготовка сущика

Свежую рыбу (мелочь) потрошат, хорошо моют и на ночь кладут в подсоленную воду. Утром рыбу выкладывают на сито и подсушивают, а затем раскладывают на противни и сушат в русской печи или духовом шкафу. Сушат рыбу при слабом нагреве

очага в течение 12—24 ч. Из сущика варили суп и готовили кашицы. Можно сушить и неподсоленную рыбу.



это заливают подготовленным горячим бульоном, солят и варят 10—15 мин. Перед подачей на стол в солянку можно положить вымытые маслины и зелень. Можно добавить ломтик лимона.

Следует заметить, что старинные солянки готовили без томата и маслин. С появлением томата вкус этих супов изменился, стал острее. По-старинному можно готовить солянку для тех, кто не любит томат.

На 250 г рыбы 2—3 соленых огурца, 1/2—1 шт. лука, 1—2 помидора, 1 ст. ложка томат-пюре, 1 ст. ложка сливочного масла.

45. Треска со сметаной и квасом (окрошка рыбная)

Современную окрошку составляют квас и целый набор продуктов: яйца, свежие огурцы, мякоть мяса или рыбы, зелень. Но наши предки готовили это блюдо значительно проще. Свежую или свежепросоленную вареную треску отделяли от костей, складывали в глиняную посуду, туда же крошили репчатый лук и заливали квасом. Соотношение компонентов зависит от вкусов семьи. Разливая окрошку по тарелкам, в каждую добавляют по 1 ч. ложке сметаны.

ГОРЯЧИЕ БЛЮДА

46. Треска, тушенная в молоке

Раньше северяне готовили это блюдо так: в глиняный горшок складывали сваренный до полуготовности

СТРАНИЦЫ ИСТОРИИ

В марте 1894 года в Москве состоялась выставка рыболовства и рыбоводства. На ней среди консервов заграничных и южнорусских фабрик была представлена и продукция фабрики В. Черепанова из Архангельска. По качеству, количеству сортов и доступности цен эти консервы, как свидетельствует отзыв в № 101 газеты «Торговля и Промышленность», заняли одно из первых мест. Фабрике

г-на В. Черепанова была присуждена серебряная медаль выставки. «Последнее обстоятельство главным образом отрадно тем,— писала газета,— что консервное дело у нас в России еще, можно сказать, только что нарождающееся, мало разработано и не имеет за собой прочной основы».



картофель, нашинкованный сырой лук, куски сырой рыбы, если была возможность, то добавляли пряности — перец горошком и лавровый лист.

В принципе, и сегодня это блюдо можно приготовить так же, а можно и иначе — предварительно обжарив рыбу и лук. В этом случае лучше обойтись без картофеля. Филе трески режут на куски по 80—100 г, панируют в муке и обжаривают с двух сторон. В посуду (лучше глиняную) укладывают слой жареного лука, сверху слой рыбы и снова слой лука, добавляют пряности, заливают молоком и тушат (доводят до кипения молока). Можно обжарить только рыбу, а лук использовать сырой, тогда при тушении блюдо готовят до размягчения лука. Подают рыбу с отварным картофелем или рассыпчатой гречневой кашей. При подаче треску можно посыпать зеленью.

Рыба 120 г, мука 1 ч. ложка, масло растительное 1 ч. ложка, лук репчатый 1 шт., молоко 1/2 стакана, гарнир 150 г, зелень.

47. Треска, тушенная с картофелем, луком и помидорами

Это еще одна разновидность традиционного северного блюда, несколько модернизированного добавкой к обычному набору продуктов еще и помидоров.

Очищенный, промытый и нарезанный тонкими ломтиками лук слегка поджарить в масле на сковороде. На эту же сковороду положить подготовленные и подсоленные куски сырой рыбы, подлить 3—4 ст. ложки

ИЗ СТАРИННЫХ РЕЦЕПТОВ

Рыбы печення холодная

Карасей свежих, выпотрошив и оставив в них икру, запечь на горячем поду, поворачивая с боку на бок. Когда пропекутся, надрезать с боков и покласть на сковороду, подмостив из лучинок решетку, засушить в печи. Подавать на блюде, когда остынут.

Таковым образом пекут и других рыб.



воды, покрыть рыбу ломтиками помидоров, посолить и поперчить их по вкусу, уложить вокруг рыбы кружочки жареного картофеля. Сверху полить сливочным маслом, накрыть сковороду крышкой и поставить в духовой шкаф на 20—30 мин. При подаче на стол посыпать мелко нарезанной зеленью и полить томатным соусом (79).

Рыба 75 г, пол-луковицы, 2 шт. картофеля, 1 помидор, 1 ч. ложка масла.

48. Треска, тушенная в сметане

Рыбу, разделанную на куски по 80—100 г, кладут в ладку на слой нарезанного дольками сырого картофеля, сверху укладывают репчатый лук, на дно наливают немного воды, закрывают крышкой и припускают в течение 10—15 мин, затем добавляют сметану и тушат еще в течение 15 мин в духовом шкафу. Подают, посыпав зеленью.

Рыба 500 г, картофель 4—5 шт., лук репчатый 2—3 шт., растительное масло 1 ч. ложка, сметана 1 стакан.

49. Треска, тушенная с капустой

Порционные куски рыбы или рыбного филе посыпать солью, перцем, запанировать в муке и обжарить на подсолнечном масле. В тушеную капусту, квашеную или свежую (155, 156), добавить томатный соус (79), немного ошпаренного в кипятке тмина и перемешать.

СОВЕТ РЫБОЛОВУ

Как хранить пойманную рыбу

Лучший способ хранения рыбы свежей — это содержание ее живой в воде. «Уснувшую» рыбу нужно немедленно вынуть из воды, иначе она быстро испортится.

Если нет возможности хранить рыбу живой, ее закалывают, присаливают (предварительно вытерев кровь) ранку и жабры. Подсохшую рыбу размещают в корзине, пере-

кладывая осокой или крапивой.

Для более длительного хранения рыбу потрошат (мыть в воде нельзя, надо только протереть тряпкой), удалив жабры, присыпают солью изнутри и протирают солью сверху (против чешуи). На свежем воздухе рыбу слегка вялят, а потом, заложив в выпотрошенную брюшную полость крапиву, укладывают в корзину.

В глубокую сковороду (кастрюлю) положить слоем подготовленную капусту, на нее — ряд кусков обжаренной рыбы и снова — слой капусты. Так наполнить посуду до верха, уложив в нее два-три слоя рыбы с капустой. Полить томатным соусом и тушить в течение одного часа. При подаче положить на тарелку кусок рыбы, покрыть ее капустой, можно полить оставшимся соусом.

Рыба 120 г, мука 1 ч. ложка, капуста тушеная 150 г, соус 50 г, перец.

В те времена, когда не было томата, томатный соус при тушении заменяли грибным (83). Это можно сделать и сейчас.

50. Рыба, тушенная со щавелем

Порционные куски трески посыпать солью, перцем, запанировать в муке и обжарить на растительном масле. Репчатый лук нашинковать, прокниятить, помещивая в посуде с маслом, затем добавить к нему листья свежего, тщательно вымытого щавеля без черешков, мелко рубленный и растертый с солью чеснок, разрезанные на дольки помидоры или томат-пюре, все аккуратно перемешать и дать прокипеть. Жареную рыбу уложить в ладку, залить полученным соусом и тушить в закрытой посуде на плите в течение 30 мин. При подаче кусок рыбы покрыть щавелевой массой, сверху посыпать зеленью.

Рыба (камбала, ставрида, треска) 120 г, растительное масло 2 ч. ложки, щавель 100 г, помидоры 1 шт. или томат-пюре 1 ч. ложка, лук репчатый 1 шт., чеснок 1 зубчик, зелень.

ПОЛЕЗНО ЗНАТЬ

Рыба в союзе с... чаем

Устранить специфический запах океанической рыбы можно с помощью чая. Чай придает рыбному блюду неповторимый аромат.

Попробуйте приготовить рыбу с чайной приправой. Для этого филе рыбы нарежьте небольшими ломтями толщиной 2—3 см, сложите в эмалированную посуду и равномерно засыпьте двумя чайны-

ми ложками чая, а затем — перцем, но не молотым, а горошком, предварительно раздробив его. Закройте крышкой и оставьте на 15 мин. Затем добавьте стакан молока и поставьте на огонь. Когда молоко закипит, добавьте его еще стакан, 200 г отварного риса и чайную ложку сухого чая. Дайте потомиться смеси на очень слабом огне под крышкой до готовности рыбы.

51. Рыба, запеченная под майонезом

В современной кухне с появлением майонеза промышленной выработки в меню стали широко включать рыбные блюда с добавлением этого соуса. Причем его успешно используют для приготовления не только холодных, но и горячих блюд.

Филе любой рыбы нарезать на куски по 80—100 г, посыпать их солью, перцем, сбрызнуть лимонным соком или лимонной кислотой, посыпать рубленой зеленью и оставить на холоде на 15—20 мин (замариновать). Вынутую из маринада рыбу сбрызнуть растительным маслом, затем каждый кусок запанировать в пшеничной муке и обжарить с двух сторон. Подготовленную рыбу посыпать тертым сыром, каждый кусок полить майонезом, смешанным с сырым взбитым яйцом, а потом запечь в духовом шкафу до румяной корочки. На гарнир подать отварной картофель.

Рыба 200 г, мука 1/2 ч. ложки, растительное масло для маринования 1 ч. ложка, соль, перец, масло для жаренья 3/4 ст. ложки, сыр тертый 1 ч. ложка, майонез 2 ст. ложки, яйцо 1/5 шт.

52. Рыба, запеченная с картофелем и помидорами

Филе трески (без кожи и костей) нарезать кусками по 80—100 г, посыпать их солью, перцем и запанировать в пшеничной муке. Обжарить на растительном масле с двух сторон. На смазанную сковороду положить готовую рыбу, а вокруг нее кружочки жареного

ХОЗЯЙКЕ НА ЗАМЕТКУ

Как пожарить рыбу

Жареная рыба получается вкуснее, если ее перед жарением подержать в молоке, а затем обвалить в муке и жарить в кипящем растительном масле. Чтобы жир не разбрызгивался, надо сковороду покрыть перевернутым дуршлагом.

Чтобы рыба хорошо подрумянилась, ее перед жарением рекомендуется обсушить.

Для устранения сильного запаха при жарении рыбы в растительное масло положите одну картофелину, очищенную и нарезанную ломтиками.

Пищевые отходы, остающиеся при подготовке рыбы к жарению, надо использовать для варки небольшого количества бульона, на котором можно приготовить вкусный соус.

картофеля, приготовленного из отварного. На картофель уложить кружочки свежих помидоров. Залить все это смесью яиц, взбитых с молоком, и запечь в духовке.

Рыба 150 г, масло сливочное 2 ч. ложки, мука пшеничная 1/2 ч. ложки, картофель 2—3 шт., помидоры 1 шт., яйцо 1/2 шт., молоко 1/2 ст. ложки, соль, перец.

53. Треска, запеченная с сыром

Филе трески промыть, разделить на куски, слегка посолить, смочить во взбитом яйце, а затем запанировать в муке и обжарить с двух сторон в кипящем растительном масле. На каждый кусочек положить горкой натертый на терке с крупными отверстиями сыр, а на него — майонез. Поставить в духовой шкаф и запекать при температуре 160—180° 20—25 мин. Готовую рыбу украсить зеленью.

Филе трески 500 г, яйцо 1 шт., мука пшеничная 1,5 ст. ложки, масло растительное 2—3 ст. ложки, сыр любой тертый 2 ст. ложки, майонез 1/2 банки.

54. Треска, запеченная под яйцом с молоком

Филе трески (можно окуня) нарезать на куски по 80—100 г, посыпать солью, перцем, запанировать в муке и поджарить на растительном масле с двух сторон. Поджаренную рыбу поместить на сковороду, вокруг уложить нарезанный кружочками поджаренный (из сырого) картофель. На куски рыбы положить слегка об-



жаренный лук, залить смесью яиц и молока и запечь в духовом шкафу до золотисто-желтого цвета.

Рыба 100 г, мука 1 ч. ложка, масло растительное 1 ст. ложка, лук репчатый 1 шт., яйцо 1/2 шт., молоко 1 ст. ложка, картофель отварной 2 шт., соль.

Можно это блюдо приготовить иначе. Треску нарезать на порции и припустить в пряном отваре (1). Отдельно отваривают картофель, нарезают его ломтиками и укладывают на сковороду поверх рыбы, заливают молоком, добавляют растительное масло, посыпают рубленым репчатым луком и ставят в жарочный шкаф до образования золотистой корочки.

Треска 140 г, молоко 1,5 столовой ложки, картофель 2—3 шт., 1 луковица, масло растительное 1 ч. ложка.

55. Рыба, запеченная под сметанным соусом с грибами

Филе рыбы нарезать на порционные куски весом по 100—120 г, посолить, поперчить, запанировать в муке и обжарить с двух сторон на растительном масле.

Свежие или сушеные грибы отварить, нарезать кусочками и поджарить на масле.

На сковороду положить куски обжаренной рыбы, вокруг — обжаренные грибы и все это залить сметанным соусом (76). Сверху посыпать тертым сыром и запечь. При подаче на стол посыпать зеленью.

Рыба (треска, окунь, макрурус) 120 г, мука 1 ч. ложка, масло растительное 1 ст. ложка, грибы 50 г, соус сметанный 2/3 стакана, зелень.

ИЗ СТАРИННЫХ РЕЦЕПТОВ

Паровая рыба

Дно кастрюли смазать маслом, уложить рыбу, подлить бульон, добавить петрушку, лук, соль, лимонную кислоту или белое сухое вино. Можно добавить отвар белых грибов. Кастрюлю плотно закрыть и довести рыбу до готовности вначале при сильном нагреве, а затем уменьшив его. На бульоне приготовить соус паровой. Ломтики белого хлеба

обжарить, положить на них рыбу, полить соусом, сверху уложить припущенные белые грибы, ломтики лимона без семян и цедры. Вокруг уложить отварной картофель, полить его маслом и посыпать зеленью.



56. Треска, запеченная с творогом

Филе трески нарезают на порционные куски весом по 100—120 г, варят в небольшом количестве воды. Затем рыбу кладут на сковороду, вокруг укладывают творог, сверху на рыбу — репчатый лук, слегка обжаренный в масле, и все заливают соусом белым (74). Запекают в жарочном шкафу при температуре 200—220° в течение 15—20 мин. Подают, посыпав зеленью.

Треска 100—120 г, масло растительное 1 ст. ложка, творог 1 стакан, репчатый лук 1 шт., мука пшеничная 1 ст. ложка.

Поморы запекали треску с творогом без соуса, лишь сбрызнув растительным маслом.

57. Треска, запеченная по-русски

Филе трески нарезают порционными кусками, солят, перчат, кладут на сковороду, предварительно подлив на нее 2—3 ст. ложки белого соуса (74), вокруг рыбы укладывают отварной картофель, нарезанный кружочками, все это заливают белым соусом, посыпают сыром и запекают.

Треска 120 г, белый соус 2/3 стакана, сыр тертый 1 ч. ложка, картофель 2—3 шт.

58. Камбала, палтус, запеченные с кашей

Филе рыбы нарезают на порции, солят, перчат, панируют в муке и обжаривают на растительном масле.

СОВЕТУЕМ ПРИГОТОВИТЬ _____

Блюда из кальмаров

На прилавки наших магазинов поступают уже разделанные кальмары в виде плоских филе, покрытых слизистой пленкой. Многие рекомендуют эту пленку смывать теплой водой, но можно избавиться себя от этой неприятной операции: пленка почти полностью растворится при варке, а остатки ее легко смываются

под струей холодной воды уже с вареных филе.

Купив в магазине филе кальмаров, его надо промыть в холодной воде, а затем сварить: положить в кастрюлю, залить холодной водой (2 л на 1 кг кальмаров), добавить столовую ложку соли, быстро довести до кипения и через две минуты снять с огня. Затем воду (она станет темной) надо слить, а кальмаров промыть под струей холодной

На сковороду укладывают рассыпчатую гречневую, ячневую или пшеничную кашу, заправленную маслом, а на нее — рыбу. Все это заливают сметанным соусом (76), посыпают тертым сыром и запекают.

Это блюдо, как и треска, запеченная с творогом, тоже из числа поморских. Поморы запекали с кашей отварную рыбу, полив ее маслом.

Рыба 125 г, мука 1 ч. ложка, масло растительное 1 ч. ложка, сыр тертый 1 ч. ложка, каша готовая 150 г, соус 2/3 стакана, зелень.

59. Сельдь свежая, запеченная с яйцом

Филе свежей сельди посыпать солью, перцем, запанировать в муке и обжарить на растительном масле. Обжаренную рыбу положить на сковороду. Сырое яйцо смешать со сметаной, рубленным сыром, репчатым луком и посолить. Залить рыбу смесью и запечь в духовом шкафу. При подаче посыпать зеленью.

Так же можно запечь скумбрию.

Сельдь 100 г, мука 1 ч. ложка, масло 1 ч. ложка, яйцо 1 шт., сыр 1 ч. ложка, сметана 2 ч. ложки, лук репчатый 1/2 шт., перец, зелень.

60. Рыба, запеченная под молочным соусом

Дно смазанной маслом сковороды выложить ломтиками вареного картофеля или картофельным пюре, на него положить сваренные в пряном отваре (1) куски

воды. После этого из них можно приготовить много вкусных и питательных блюд.

жить в блюдо и залить майонезом (на 100 г кальмаров 1 ст. ложка майонеза).

Кальмары в сметанном соусе. Шинкуют лук, пассеруют его с маслом, добавляют к отварным шинкованным кальмарам, заливают сметаной или сметанным соусом и доводят до кипения.

Кальмары под майонезом. Отваренные кальмары нарезать узкими полосками, уло-



рыбы (трески, окуня). Приготовить жидкий соус (81), добавить в него рубленый и слегка обжаренный лук, проварить и довести до вкуса солью и сахаром. Залить соусом рыбу, посыпать сыром и запечь. Подают, посыпав зеленью.

Рыба 120 г, овощи и специи дляпряного отвара 10 г, масло сливочное 2 ч. ложки, лук 1/2 шт., сыр тертый 1 ч. ложка, картофель отварной 2—3 шт., соус 2/3 стакана.

61. Рыба, запеченная под луковой подливкой с грибами

Сваренные в пряном отваре куски рыбы, нарезанные из филе, положить на сковороду, обложить ломтиками вареного картофеля, залить луковой подливкой (82), добавить обжаренные грибы, посыпать тертым сыром и запечь в духовом шкафу.

Рыба может использоваться разная: треска, щука, налим, макрурус, ледяная.

Рыба 120 г, овощи для пряного отвара 10 г, масло сливочное 1 ч. ложка, сыр тертый 1 ч. ложка, картофель 2—3 шт., подливка 2/3 стакана.

62. Рыба со сметаной и солеными грибами

Так подают треску, зубатку, хек. Рыбу припускают в течение 15—30 мин. К бульону, полученному от припускания рыбы, добавляют сметану и упаривают смесь наполовину. Соленые грибы (рыжики, лисички) мелко рубят, ошпаривают кипятком, отжимают, кладут в сме-

СОВЕТУЕМ ПРИГОТОВИТЬ

Сельдь под «шубой»

Овощи (картофель, морковь, свеклу) отваривают в кожуре, очищают и натирают на крупной терке. На большое круглое или овальное блюдо укладывают слоями картофель, морковь, свеклу, затем кладут нарезанную тонкими ломтиками сельдь (без кожи и костей), смазывают майонезом и вновь слоями укладывают овощи. Поверхность

свеклы заливают майонезом и посыпают мелко нарезанным крутым яйцом и зеленью (на 300 г сельди 3 шт. моркови, 3—4 шт. картофеля, 1 шт. свеклы, 1 банка майонеза, 1 яйцо, зелень).



тану с бульоном и прогревают, не доводя до кипения. При подаче рыбу поливают сметаной с грибами и гарнируют картофелем.

Рыба 150 г, 1 луковица, масло для припускания рыбы 1/2 ч. ложки, сметана 1/2 стакана, грибы соленые 50 г, картофель отварной 2—3 шт.

63. Миноги с овощами (онежское блюдо)

Брюкву, морковь, картофель очистить и, нарезав крупными кусками, заложить в кипящую воду, добавить измельченный лук, соль, пряности. Миноги нарезать кусками длиной 5 см. Когда овощи будут сварены до полуготовности, положить рыбу и довести до готовности. (Жидкости в овощах должна выпариться почти полностью). В готовое блюдо кладут масло. Подают с салатом из зеленого лука (131).

На 6 среднего размера миног 1/2 л воды, 3 средних шт. картофеля, 1/4 брюквы, 1 морковь, 1 луковица, 3 горошины перца, 1 ст. ложка масла.

64. Рыба жареная

Рыбу можно жарить с небольшим количеством жира или погруженной в жир. Чтобы рыба равномерно прожаривалась, рыбное филе или же крупную рыбу нарезают на куски толщиной не более 3 см. Мелкую рыбу жарят целой.

ИЗ БЛОКНОТА ЭТНОГРАФА

Рыба на архангельском базаре

...Сельди доставляются на базар в свежем и соленом виде. Свежая появляется в продаже в начале зимы и ценится довольно дорого. Вообще здешняя сельдь нежна и приятна на вкус. Засоленная сельдь продается или в небольших бочонках — «сельдянках», или в больших, пудов в семь или восемь, из послед-

них продается в розницу по фунтам. Засоленная в сельдянках считается лучшей, в особенности засаливаемая монахами Соловецкого монастыря.

Есть на базаре и семга. Летом (по-видимому, поздним летом или ранней осенью.— Л. Ч.)— свежая и малосоленная, в остальное время года — соленая, зимой можно купить мороженую. Цена ее колеблется в зависимости от

Жарят рыбу на растительном масле. Очищенную, вымытую и нарезанную рыбу (треску, окуня, зубатку) за 15—20 мин до обжаривания желательно замочить в молоке, смешанном с солью и перцем (1/4 стакана молока, 1/2 чайной ложки соли, перец по вкусу) и обвалять в муке или сухарях.

Жарят рыбу в неглубокой алюминиевой кастрюле или на чугунной сковороде в таком количестве хорошо прогретого жира, которое позволяет погрузить ее наполовину. Опустив рыбу в горячий жир, ее обжаривают сначала с одной, а затем с другой стороны до золотистого цвета.

Оставшийся после жарения рыбы жир можно использовать для следующей обжарки рыбы (но не более двух раз!). Для этого жир следует процедить и слить в чистую посуду с крышкой.

Если верхний слой рыбы быстро прожарился, а в середине куски еще сыроваты, сковороду, накрыв крышкой, ставят в нежарко прогретый духовой шкаф на 5—7 мин.

На гарнир подают жареный картофель, гречневую или ячневую кашу, салат из квашеной капусты (122).

Для жарения можно использовать треску, окунь, навагу, скумбрию, ставриду, корюшку, камбалу, ледяную и др. рыбу.

На 750 г рыбы (500 г готового филе) по 2 ст. ложки масла и муки.

взличины, качества и места улова. Лучшей считается порогская и варзугская...

На рынке имеются две рыбные лавки — Мерзлютина и Ширкина, лучше других обставленные и имеющие лучший и более разнообразный выбор рыбных продуктов. Здесь в зимнее время в продаже даже появляются в замороженном виде кумжа, чир, пелядь, нельма, хариус, судак, карась и омуль — в соленом

виде. Самая дорогая и наилучшая — пелядь и чир...

В лавчонках, лежащих ближе к реке, из «обрезов», наполненных водой, летом продают живую рыбу: налимов крупных размеров, щук, окуней и ершей...

Ф. Ш пер к



65. Рыба, жаренная в сухарях

Подготовленную рыбу промыть, обсушить, посолить, посыпать перцем и обвалить сначала в муке, а затем, смочив в смеси яйца с молоком, обвалить в сухарях. За 10—15 мин до подачи на стол рыбу обжарить в жире. Подают такую рыбу на разогретом блюде. Гарнир — жареный картофель. К рыбе можно подать майонез или горячий томатный соус (79).

Так можно жарить практически любую рыбу.

На 300 г рыбы 1/2 стакана толченых сухарей, 1 яйцо, 1/4 стакана молока, 2 ст. ложки муки, 100 г жира для жарения.

66. Рыба, жаренная в тесте

Приготовить тесто: в миске смешать муку и соль, добавить растительного масла, затем развести теплым молоком или водой и тщательно, так, чтобы не было комков, размешать. Миску с тестом накрыть и дать ему немного постоять.

Рыбное филе нарезать кусочками толщиной 1 см и длиной 5—7 см, посыпать солью, перцем, нарубленной зеленью, отжать на рыбу сок лимона, прибавить ложку растительного масла, перемешать и оставить так на 15—20 мин. Можно использовать и мелкую рыбу, например, мойву, корюшку, некрупную навагу.

Непосредственно перед обжариванием рыбы в тесто добавляют два яичных белка, взбитых в пену. Кусочек рыбы накалывают на вилку и, обмакнув в тесто, погру-

СОВЕТУЕМ ПРИГОТОВИТЬ

Пудинг рыбный

Рыбное филе (200 г) очистить от кожи и оставшихся косточек, дважды пропустить через мясорубку, соединить со стаканом сметанного соуса (76), взбитым желтком одного яйца, посолить, поперчить, хорошо вымешать, затем добавить взбитый в пену белок и еще раз, но уже осторожно, перемешать.

Подготовленную массу пере-

ложить в смазанную сливочным маслом металлическую форму и варить пудинг в водяной бане в духовом шкафу. Готовый пудинг выложить на тарелку и полить сметанным или томатным соусом.

На гарнир можно подать жареный или отварной картофель или жареные грибы. Если пудинг полить сметанным соусом и гарнировать отварным картофелем, получится отличное диетическое блюдо.

жают в приготовленный в кастрюле горячий жир. При обжаривании кастрюлю с рыбой надо покачивать, чтобы кусочки рыбы полностью покрывались жиром. Подают эту рыбу на стол в виде пирамиды, уложенной на подогретое блюдо. Украшают ветками зелени. Отдельно подают майонез.

Столетие назад на Севере тоже готовили рыбу, жаренную в тесте, но тесто было более плотным, из смеси ржаной (обдирной) муки с пшеничной.

На 100 г филе 1 ст. ложка муки, 2 ч. ложки растительного масла, 1/2 лимона, 1/2 яйца, 100 г жира для жарения.

67. Поджарка из рыбы

Филе трески нарезать на маленькие кусочки, посыпать солью и перцем. Репчатый лук тонко нашинковать и пожарить на подсолнечном масле, положить в ту же сковороду треску и жарить до готовности. Подать с жареным картофелем.

Рыба 120 г, 1 луковица, масло подсолнечное 1 ст. ложка, на гарнир картофель 2 шт.

Таким же образом можно пожарить и другую рыбу, например, камбалу или палтус, и подать, положив на каждый кусочек рыбы половину жареного помидора и посыпав зеленью, смешанной с чесноком.

Камбалу или палтус можно подать и под смесью жареных грибов и соленых огурцов. Для этого мелко нарубленный репчатый лук и грибы обжаривают (отдельно) на подсолнечном или топленом сливочном мас-



ле. В разогретое сливочное масло кладут нарезанные соломкой соленые огурцы (без кожицы и семян), слегка обжаренные грибы и прогревают смесь. Затем ею поливают предварительно уложенную на жареный лук рыбу и посыпают зеленью.

Масло 1 ст. ложка, лук 1 шт., соленые огурцы 1/3 шт. (20 г), грибы 30 г.

68. Навага жареная

Навагу оттаивают, затем аккуратно обрабатывают, стараясь не повредить икру, удаляют внутренности и жабры, хорошо промывают.

На сковороду наливают растительное масло, рыбу обваливают в муке и жарят до готовности. Подают с жареным картофелем.

69. Навага фри

Запанировать рыбу в муке, яйце и сухарях и обжарить во фритюре, после чего поставить на 2—3 мин в жарочный шкаф.

Подать с жареным картофелем и кусочками лимона.

Рыба 100—120 г, мука 1 ч. ложка, яйцо 1/4 шт., сухари 2 ч. ложки, жир для фритюра 100 г, 1/10 среднего лимона, на гарнир 2—3 шт. картофеля.

70. Щука фаршированная

Это блюдо готовили исключительно в праздничные дни, так как оно трудоемко в приготовлении и, кроме того, требует от хозяйки определенных навыков.

ХОЗЯЙКЕ НА ЗАМЕТКУ

О рыбных консервах

Рыбные консервы бывают стерилизованные и нестерилизованные (пресервы). Первые не требуют особых условий хранения, а пресервы необходимо хранить в холодном месте и при этом помнить, что сроки их хранения ограничены.

В зависимости от типа заливки (или соуса) различают следующие основные виды

рыбных стерилизованных консервов: натуральные (в собственном соку), их особенностью является отсутствие вкусовых приправ, за исключением небольшого количества соли, вкус рыбы в этих консервах полностью сохраняется и их используют для бутербродов, салатов, в качестве вторых блюд, из лососевых консервов варят супы, добавляя в них картофель; консервы в томатном со-

Щуку очищают, промывают, надрезают кожу вокруг головы, отделяют ее от мякоти и снимают «чулком». При этом мякоть по мере необходимости подрезают ножом. Хребтовую кость перерубают так, чтобы хвостовой плавник остался с кожей. Оставшуюся тушку потрошат, промывают и отделяют мякоть от костей. Мякоть пропускают через мясорубку вместе с луком и чесноком, добавляют замоченный в молоке черствый белый хлеб, соль, перемешивают и вновь пропускают через мясорубку. Добавляют в фарш сливочное масло и хорошо вымешивают. Этим фаршем набивают кожу щуки. Фаршированную рыбу кладут в кастрюлю, подливают воду, добавляют перец, лавровый лист и припускают. Готовую рыбу нарезают на порции, укладывают на блюдо в виде целой рыбы, приставляют голову щуки, сваренную в бульоне, гарнируют отварным картофелем и отдельно подают рубленый чеснок с уксусом.

Рыба 100 г, лук 1/3 шт., хлеб 15 г, молоко 1 ст. ложка, масло сливочное 1 ч. ложка, яйцо 1/5 шт., чеснок 1 зубчик, уксус 3%-й 1/2 ч. ложки, картофель отварной 2—3 шт.

71. Мелкая жареная рыба с клюквой

Мелкую рыбу (мойву, карасей, беломорскую сельдь) жарят, как обычно. Клюкву толкут, отжимают сок, добавляют мед и упаривают почти наполовину. Жареную рыбу кладут на блюдо и поливают клюквенным соком.

Рыба 150 г, мука 1 ч. ложка, масло 1 ч. ложка, клюква 1/2 стакана, мед 50 г.

у се используются так же, как и натуральные, но для приготовления бутербродов их лучше тщательно растереть, смешать с соусом и добавить к ним тертый чеснок или лук и зелень, в рыбные супы из консервов в томатном соусе добавляют не только картофель, но и морковь, репу, жареный лук, овощи необходимо предварительно сварить и в готовый суп за 10 мин до подачи его

на стол положить консервы вместе с заливкой; консервы в масле изготавливают из подсушенной, копченой или обжаренной рыбы, они особенно хороши для приготовления паштетов на бутерброды.



72. Котлеты рыбные

Рыбное филе (без кожи) пропускают через мясорубку, смешивают с белым хлебом, размоченным в молоке, солью и перцем, снова пропускают через мясорубку и добавляют в массу размягченное масло. Если котлеты готовят из нежирной рыбы (трески, ледяной, путассу), то в массу можно добавить свиное сало, которое пропускают через мясорубку вместе с рыбой.

Фарш хорошо перемешивают, разделявают на котлеты и обваливают в сухарях. За 10—15 мин до подачи на стол котлеты жарят в разогретом масле. Для более полной готовности можно дожарить их в духовом шкафу в течение 5—7 мин. На стол котлеты подают на подогретом блюде, полив их маслом. На гарнир можно подать зеленый горошек, цветную капусту, отварные овощи в молочном соусе. Отдельно подается томатный соус (79).

500 г филе, 100 г белого хлеба, 1/2 стакана молока, 2 ст. ложки сухарей, 2 ст. ложки масла.

На севере Архангельской области готовят рыбную рубку с творогом: вместо хлеба в рыбный фарш добавляют отжатый нежирный творог.

Рыба 80 г, творог 24 г, яйцо 1/3 шт.

73. Тельное из рыбы (жареное)

Приготовить начинку. Лук тонко нарезать, поджарить в масле на сковороде, прибавить сваренные и нарезанные ломтиками свежие или соленые грибы (можно

ИЗ СТАРИННЫХ РЕЦЕПТОВ

Соус горчичный к рыбам

Взять по 1/2 стакана рыбного бульона и вина, 3 ложки горчицы, 1 — масла, крепко вскипятить, положить несколько ломтиков лимона, еще раз вскипятить. Растереть 4 желтка, прибавить немного муки и воды, смешать с приготовленным соусом и подогреть, но не кипятить, а залить им отварную рыбу.



сухие отварные), размешать, снять с огня, положить рубленое яйцо, зелень петрушки, соль, перец и еще раз перемешать.

Из рыбного филе приготовить массу, как для котлет (72). Сделать из нее круглые лепешки величиной с котлеты. На одну половину положить начинку, другой половиной прикрыть и соединить края, придав изделию форму полумесяца. (Тельное удобнее разделявать на смоченной в воде салфетке или марле). После этого тельное надо смочить взбитым яйцом и обвалить в сухарях. За 10—15 мин до подачи на стол тельное жарят так же, как рыбные котлеты. Отдельно подается соус томатный (79). Гарнир — зеленый горошек, жареный картофель.

Для начинки: грибы свежие 15 г (сухие 5 г), лук репчатый 1 шт., яйцо вареное 1/4 шт., масло 1 ч. ложка, зелень.

СОУСЫ К РЫБНЫМ БЛЮДАМ

74. Белый соус основной

Белую мучную пассеровку постепенно залить горячим рыбным бульоном, тщательно размешивая каждую порцию налитого бульона до образования однородной массы. Лучшее условие для смешивания мучной пассеровки с бульоном — температура того и другого продукта 50—60°: в этом случае при смешивании бульона и муки не образуются комочки. Затем добавить слегка обжаренный лук и варить 25—30 мин. При варке необ-

ХОЗЯЙКЕ НА ЗАМЕТКУ

Варим соус

Соусы дают возможность разнообразить ассортимент блюд,готавливаемых из одной и той же рыбы. От правильного подбора соуса во многом зависят вкус и даже внешний вид рыбного блюда. Например, непривычный и не очень приятный северянам вкус океанической рыбы можно значительно улучшить правильным подбором соуса.

Жидкой основой для соуса служит бульон, полученный от варки рыбы или рыбных пищевых отходов, а также бульон от припускания рыбы.

Употребляемые для рыбных соусов ароматические корни и лук предварительно пассеруют (слегка обжаривают, постоянно помешивая), это придает соусу более выраженный аромат.

Муку тоже пассеруют — прогревают на сковороде с

ходимо следить, чтобы соус не подгорел. Когда соус станет вязким, посолить его, посыпать перцем, добавить лавровый лист. Если в готовом соусе будут обнаружены комочки, процедить его и заправить кусочками сливочного масла. Этот соус можно использовать как основу для приготовления соусов с различными добавками.

Рыбный бульон 500 г, 1 ст. ложка маргарина, 1 ст. ложка муки, 1/3 луковицы, зелень, 1 г лимонной кислоты, 1 ст. ложка сливочного масла.

75. Соус рассол

В белый рыбный соус в конце варки добавить белое виноградное вино, прокипяченный процеженный огуречный рассол и варить в течение 8—10 мин. Готовый соус заправить солью, молотым перцем, сливочным маслом и процедить.

Белый соус 2 стакана, огуречный рассол 50 г, вино виноградное 1 ст. ложка, масло сливочное 1 ст. ложка.

76. Соус сметанный

Муку, пассерованную без жира, смешать со сливочным маслом, постепенно, непрерывно помешивая, ввести закипевшую сметану и все вновь тщательно перемешать до получения однородной массы, затем проварить в течение 5—7 мин до загустения, посолить и процедить. Можно приготовить сметанный соус с добавлением рыбного бульона. Для этого мучную пассеровку развести

жиром или без него. Для пассерования берут пшеничную муку не ниже первого сорта. Соотношение муки и жира 1:0,8. Жир нагревают до полного испарения влаги, затем всыпают муку и обжаривают, помешивая деревянной веселкой, до кремового цвета и запаха каленых орехов.

Во многие соусы добавляют томат-пюре. Вообще добавки могут служить разные

продукты: лук, уксус, каперсы, вино, перец, лавровый лист, чеснок, хрен...

Для придания соусу более нежной консистенции вводимое в него масло предварительно охлаждают, нарезают на кусочки и добавляют в соус постепенно, размешивая его до полного соединения с основной. Соус, заправленный сливочным маслом, до кипения не доводят, иначе масло всплывет на поверхность.

бульоном, проварить, добавив прокипяченную сметану, в течение 5—7 мин и посолить по вкусу. Этот соус используют для запекания рыбы или для изделий из котлетной массы.

Сметана 1 стакан, 1/2 ст. ложки муки, 1/2 ст. ложки сливочного масла; для соуса на рыбном бульоне — 1/2 стакана сметаны, 1/2 ст. ложки муки, 1/2 стакана рыбного бульона, 1/2 ст. ложки масла, соль по вкусу.

77. Соус «белое масло»

Репчатый лук мелко нарезать, залить уксусом, добавить соль, перец и выпарить на 3/4 объема. Перед употреблением добавить сливочное масло, взбивая венчиком в пену. Соус должен быть белым и слегка пенистым. Этот соус хорошо подать к отварной рыбе со специфическим запахом и кисловатым привкусом (ставриде, скумбрии, хеку).

1 луковица, уксус 3%-й 1/2 ч. ложки, масло сливочное 50 г, соль и перец по вкусу.

78. Соус яично-масляный

В разогретое сливочное масло положить сваренные вкрутую и мелко нарезанные яйца, прибавить нарезанную зелень петрушки и лимонный сок (или раствор лимонной кислоты), посолить и перемешать. Соус подается в соуснике, к рыбе «по-польски» в качестве подливы на тарелку.

Масло 100 г, яйца 2 шт., зелень 1 ч. ложка, лимонная кислота (или сок лимона) по вкусу.

ИЗ ИСТОРИИ РУССКОЙ КУХНИ

Слово «соус» появилось в русской кулинарной практике сравнительно недавно, но соусы как жидкие подливы к блюду существовали, вероятно, еще в Древней Руси. Просто именовались они иначе и готовились не совсем так, как нынешние.

На Руси были давно известны заправки на квасе и уксусе с горчицей, чесноком или луком. Горчица (горошуха) широко использовалась

еще в X—XI веках, а может быть, и много раньше. К таким приправам - заправкам можно отнести чесночную заправку с квасом, сметаной или уксусом, хрен с квасом, уксусом и сметаной, хрен с медом и уксусом. Часто вместо соуса в русской кухне использовали сливочное масло.

В кулинарных книгах XVI—XVII веков мы находим рецепты взваров и муковников.

79. Соус томатный

Морковь, петрушку и лук (по 1/2 шт.) очистить, промыть, мелко нарезать и поджарить в кастрюле с 1 ст. ложкой масла и таким же количеством муки. Затем прибавить 3 ст. ложки томат-пюре, размешать, развести 2 стаканами рыбного бульона, посолить (можно добавить сахар, перец, лимонную кислоту или сухое белое вино) и варить 8—10 мин на слабом огне. После этого соус снять с огня, положить 1 ст. ложку сливочного масла, перемешать до полного соединения его с соусом и процедить сквозь сито.

80. Соус томатный с грибами

Мелко нашинкованный лук пассеровать на растительном масле. Пассерованный лук и нарезанные тонкими кусочками грибы (свежие или сухие отваренные) соединить с томатным соусом (79) и варить 10—15 мин, после чего в соус добавить натертый чеснок и соль.

Томатный соус 450 г, грибы свежие 75 г, лук репчатый 150 г, подсолнечное масло 1 ч. ложка, чеснок 1 зубчик.

81. Соус молочный

Пассерованную с жиром или без жира муку развести горячим молоком, разбавленным водой, непрерывно помешивая веселкой, положить соль и кипятить 5—7 мин. В готовый соус средней густоты можно добавить сырые яичные желтки (1 шт. на 250 г соуса).

На 100 г соуса: по 5 г муки и маргарина, 80 г молока, 20 г горячей воды, соль по вкусу.

Старинное слово «взвар» не совсем соответствует нашему представлению о соусах. Что представляют собой соусы-взвары, можно судить по следующему их описанию: «Взвар луковый. Луковиц больших нарезать ломтиками, смочить уксусом, посластить медом, приправить перцем и уварить в сковородочке, пока уксус сгуστεί». «Взвар клюквенный. Из клюквы выдавить сок и подварить с медом до сгу-

щения, бросив счесть муки».

На первый взгляд кажется, что старинная русская кухня бедна соусными блюдами, но это далеко не так. Дело в том, что при изготовлении очень многих блюд соус готовился вместе с самим блюдом. В этих случаях к мясу или рыбе при обжарке или тушении добавляли пряности («щучка тушеная с зельями»), мучную пассеровку («подпалу»), квас, уксус или сметану.

82. Луковая подливка

Лук нарезать мелкими кольцами (можно крошкой). Картофельный отвар вскипятить, всыпать лук, дать закипеть, положить масло и довести смесь до небольшого загустения, затем посолить.

1/2 стакана отвара или 1/2 стакана кипяченой воды, 3—4 шт. средних по величине луковиц, 100 г сливочного масла.

83. Соус грибной

Грибы промыть, отварить (сухие предварительно отмочить в течение 3 часов и сварить в той же воде), отделить от бульона, нарезать и обжарить с мелко нарезанным луком. Муку пассеровать на сливочном масле, развести горячим грибным бульоном, прокипятить в течение 10—15 мин. Соединить с обжаренными грибами, посолить, добавить сметаны. Все прокипятить.

Мука пшеничная 1 ст. ложка, масло сливочное 25 г, грибы сушеные 25 г, лук репчатый 1/3 шт., бульон грибной 400 г, сметана 100 г.

Наряду со взварами, которые мы теперь назвали бы «соусы без загустителей», в русской кухне существовали и соусы с мучной пассеровкой. При тушении мяса добавляли пряности, пиво или квас, а затем в жидкость вводили обжаренную муку и получали очень своеобразные соусы — муковники. К старинным русским соусам (муковникам) следует отнести соусы сметанные, соус рассол, молочный и грибной.

В конце XIX века получили распространение соусы сметанно-томатные.

Позднее большое разнообразие в русскую кухню внес промышленный выпуск соуса майонез. Следует заметить, что по вкусу майонез очень близок старинным заправкам и потому органично вошел в состав многих традиционных русских блюд.



«ГУБИНА НЕ СЫТЬ, ДА КАК С НЕЮ БЫТЬ!»

Блюда из грибов

Грибы с незапамятных времен входят в ассортимент русской кухни. На столе наших предков грибные блюда занимали видное место. Особую роль они играли во время многочисленных постов. Ели их солеными, вареными, тушеными, запеченными, жареными. И сегодня в домах сельских жителей можно увидеть длинные связки коричнево-черных бус — сушеных грибов, в каждом погребе в зимнюю пору стоят кадушки или бочонки с «рыжиками» — так в некоторых местах нашей области, например в Холмогорском районе, называют все соленые грибы. Да и редкий горожанин не штурмует ранней осенью «грибной» поезд. Но сегодня мы отправляемся в лес с корзинкой или металлическим заплечным ящиком, который хоть в торговой сети и именуется кузовом, однако с настоящим, берестяным, тезкой — удивительным по простоте и удобству крестьянским изобретением — ни в какое сравнение не идет. А недалекие наши предки — деды и прадеды запрягали по осени лошадей, ставили на телеги двуручные плетеные короба и отправлялись в лес за урожаем — тем, что бабы да ребятишки из чащи к дороге наносят. В урожайные годы грибов в северных лесах родилось великое множество. Не случайно, наверное, появилась в народе поговорка: «Губина не сыть, да как с нею быть?» И впрямь, как быть, если эта самая губина (съедобные грибы) сама в корзину просится?



▲ Рыбники

Закуска из груздей ►



А почему же губина «не сытъ»? Ученые выяснили, что вообще-то грибы — высокопитательный продукт, в них много белков. Но вот усваиваются эти белки лишь в небольшом количестве. Наелся грибами досыта, а через пару часов вроде и не обедал...

Наука (пищевая отрасль) разделяет все дикорастущие съедобные грибы по их пищевой ценности на четыре категории. К первой относят самые ценные: белый гриб, груздь, рыжик, трюфели. Ко второй — грибы среднего качества: подосиновик, подберезовик, масленок. К третьей — моховик, валуй, сыроежку. К четвертой — козляк, горькушку, свинушку и другие малоценные грибы. Но северные крестьяне, зная не знавшие ни о каких категориях, тех грибов, которые наука отнесла к низшим разрядам, никогда не брали. На «жареху», грибовницу, на засушку впрок (впрочем, и на продажу тоже) собирали главным образом белые грибы, а на засолку — грузди и красные рыжики. Особенно ценился каргопольский рыжик, да не какой-нибудь, а самый свежий, молоденький, такой, что в бутылочное горлышко проскочит.

Корреспондент из Каргополя, учитель, известный на Севере историк-краевед К. А. Докучаев-Басков в статье «Грибной промысел в Каргопольском уезде Олонецкой губернии» («Архангельские губернские ведомости», 1912, № 12) писал об этом так: «К числу немногих побочных промыслов, дающих хотя бы временное подспорье для бедных жителей г. Каргополя и — главным образом — крестьян некоторых волостей его уезда, самым серьезным является сбор рыжиков: ими крестьяне уплачивают подати, на них покупают новые предметы своего хозяйства, справляют свои осенние праздники, заводят обновки и т. д...».

В лесах Каргопольского уезда, рассказывал Докучаев, растет масса грибов, среди которых на первом месте красный рыжик-боровик. Первый урожай его собирают в конце июня — начале июля, в сенокосную страду и время цветения ржи, потому такой рыжик зовется «сенокосником» или «колосовиком». Второй сбор — с конца июля и до заморозков, этот урожай богаче первого, рыжик мельче и чаще встречается группами. «Заготавливают здесь и подъяльшей — красно-зеленые ароматно пахнущие грибы, которые растут под елями и редко по одному, часто — «поездами». Соленый, он теряет свою окраску, становится темно-синим, а то и

черным и потому в общем имеет только местное значение, лишь небольшая часть идет в Петербург. Здесь же собирают грузди, подосиновики (желтый груздь), волнухи, белянки. Три последних вида — неизбежное солевое блюдо крестьян и мещан в постное время года как любимая приправа к картошке. Есть и белый гриб, но он под Каргополом растет местами. Собирается он исключительно для сбыта в город и продается сырком... «Обабок» (масленник) растет в сухом бору очень обильно, труда для сбора никакого не представляет. Собирают его здесь целыми телегами. Продают для сушки скупщикам... Для своего же обихода крестьяне насаживают их на спицы и сушат в домашних печах».

Опят и сыроежек, сообщал каргопольский корреспондент, здесь не собирают, как и массу других грибов, которые зовут «собачиками».

Несмотря на то, что ассортимент собираемых грибов был невелик, для русской кухни — в отличие от прочих — характерно обилие блюд грибного меню. Грибы растут и в Скандинавских странах, и в странах Центральной Европы, и в Канаде, и на севере США, и любители их тоже собирают, но в национальные традиционные блюда дикорастущие грибы, как правило, там не входят (иное дело — грибы культивируемые, например шампиньоны). Словом, такого любовного отношения к сбору и использованию дикорастущих грибов, какое характерно для русских людей, нет ни в одной стране мира. Не случайно с такой любовью о «третьей охоте» писали русские прозаики. Вспомним С. Т. Аксакова: «В числе разнообразных охот человеческих имеет свое место и смиренная охота ходить по грибы или брать грибы... Я даже готов отдать преимущество грибам, потому что их надобно отыскивать, следовательно, можно и не находить; тут примешивается некоторое умение, знание месторождения грибов, знание местности и счастья... Тут неизвестность, нечаянность, есть удача и неудача, а все это вместе подстрекает охоту в человеке и составляет особый интерес».

...Будем считать, что счастье и удача способствовали нам и лукошко наше — полное. Как справиться с добычей? Как почистить, что приготовить, каким образом заготовить впрок — об этом наш рассказ.

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ

84. Грибы с маслом

Соленые грибы (грузди, волнушки, рыжики) перебирают и режут на дольки. Добавляют к ним нашинкованный репчатый лук, заправляют растительным маслом, выкладывают в салатник и посыпают зеленым луком.

Грибы соленые 85 г, лук репчатый 10 г, масло растительное 1 ч. ложка, лук зеленый 1 ч. ложка.

85. Грибы в сметане

Нарезанные соленые грибы заправить сметаной, уложить в салатник, украсить зеленью. Можно добавить шинкованный репчатый лук. Вместо сметаны можно использовать майонез.

Грибы соленые 100 г, сметана (майонез) 1 ч. ложка.

86. Грибы соленые с картофелем

Отварной картофель нарезают ломтиками, добавляют соленые грибы, репчатый лук, поливают растительным маслом, посыпают перцем, кладут в салатник и посыпают зеленью.

Грибы 5—6 шт., картофель 1 шт., лук репчатый 1/2 шт., масло растительное 1 ст. ложка, зелень.

ХОЗЯЙКЕ НА ЗАМЕТКУ

Обработка свежих грибов

Грибы относятся к скоропортящимся продуктам, поэтому их необходимо переработать в день сбора. Отравления грибами могут быть вызваны не только употреблением ядовитых грибов, но и неправильным использованием съедобных.

Во избежание отравления съедобными грибами необходимо соблюдать ряд правил:

нож для чистки грибов должен быть острым и желательным из нержавеющей стали;

чтобы грибы не чернели во время обработки, их опускают по мере обработки в кастрюлю с холодной, слегка подсоленной водой, в которую добавляют немного уксуса;

очищенные грибы быстро промывают холодной водой и откидывают на решето, чтобы вода стекла;

87. Салат из соленых груздей

Соленые грузди нарезать, добавить мелко нашинкованный лук, консервированный зеленый горошек, растительное масло, готовую горчицу, все смешать, выложить в салатник.

На 100 г груздей 1—2 ст. ложки горошка, пол-луковицы, 1 ст. ложка растительного масла, 1/2 ч. ложки горчицы.

88. Грибы сушеные отварные с хреном или чесноком

Грибы перебирают, моют, замачивают в холодной воде на 3—4 часа и отваривают. Отвар сливают (на нем можно приготовить грибницу или соус), грибы прополаскивают, отжимают, шинкуют, солят и поливают хреном со сметаной или натертым на мелкой терке чесноком с квасом.

Грибы сухие 50 г, сметана или квас 1 ст. ложка, хрен или чеснок тертый 1 ч. ложка.

89. Грибная икра

Ее можно готовить как из свежих, так и из сушеных грибов.

Свежие грибы отваривают в течение часа, откидывают на дуршлаг, затем мелко шинкуют или пропускают через мясорубку. Сухие грибы промывают, замачивают на 3 часа и варят в этой же воде. Тоже откидывают на дуршлаг и измельчают. В приготовленную грибную массу добавляют по вкусу соль, мелко нарезанный жареный репчатый лук, перец, подсолнечное масло.

очищенные, особенно промытые грибы сразу же следует подвергнуть тепловой обработке (сварить, обжарить или потушить);

для варки грибов не рекомендуется пользоваться чугунной, медной или оловянной посудой;

грибные блюда употребляются в день их приготовления, но если грибов много и часть их осталась, грибы можно поместить в холодиль-

ник, но хранить их более 24—30 ч не рекомендуется, перед вторичным употреблением отваренные грибы лучше прожарить;

нельзя оставлять на следующий день грибные блюда, приготовленные с картофелем;

если нет возможности обработать грибы в первый день, их надо сохранить в холодильнике непромытыми и непорезанными.

СУПЫ ИЗ ГРИБОВ

90. Грибной бульон

Свежие грибы тщательно обрабатывают, промывают, заливают холодной водой и, доведя ее до кипения, варят на слабом огне около часа. Сушеные грибы перебирают, моют, заливают на 3—4 часа холодной водой для набухания. Затем варят в этой же воде до тех пор, пока грибы не станут мягкими (40—50 мин). Готовый бульон процеживают.

На 1 л воды 25 г сушеных грибов или 125 г свежих.

91. Грибной суп с картофелем

Готовый грибной бульон довести до кипения, затем опустить в него картофель, обжаренные лук и морковь и проварить до готовности картофеля. Когда картофель близок к готовности, в бульон опускают вареные нашинкованные грибы (их можно предварительно обжарить в сливочном масле) и солят. При подаче на стол в тарелки можно добавить сметану и зелень.

Грибы сушеные 25 г, вода 1 л, морковь 1 шт., пол-луковицы, масло 1 ч. ложка, картофель 2—3 шт., сметана 1 ч. ложка.

92. Грибной суп без картофеля

Рубленые грибы и лук подрумянить на сливочном масле в кастрюле, добавить муку, затем, тщательно перемешивая, медленно влить бульон. Суп варить еще

ИЗ СТАРИННЫХ РЕЦЕПТОВ

Салат из сыроежек

Свежие сыроежки отварить в соленом кипятке (воды брать немного). Расщипать лук, нарубить зелени и заправить сметаной.

Сыроежки жареные

Сыроежки пожарить в сметане с маслом, посыпать рублеными яйцами и подать к столу.



30 мин, снять с огня и, интенсивно помешивая, заправить смесью взбитого желтка и молока (лучше — сливок). Добавить по вкусу соль. Подавая на стол, посыпать зеленью.

Грибы свежие 500 г, пол-луковицы, масло сливочное 25 г, мука 1 ст. ложка, 1/2 яичного желтка, молоко (сливки) 50 г.

93. Грибовница с крупой

В готовый грибной бульон всыпать крупу (пшеничную, ячневую), затем положить нашинкованные отварные грибы с пассерованным репчатым луком. В конце варки добавить соль. При подаче в тарелку кладут сметану и зелень.

Грибы сушеные белые 4—5 шт., пол-луковицы, крупа 2 ст. ложка, сметана 1 ст. ложка, соль, масло 1 ч. ложка.

Можно использовать геркулес (2 ст. ложки на порцию супа), в этом случае крупа всыпается в последнюю очередь и доводится до готовности.

94. Грибная похлебка (горячая)

Очистить и нарезать картофель, положить в горшок, добавить грибы, поджаренные с луком, залить водой и варить все до готовности, в конце варки похлебку можно заправить мучной пассеровкой.

Картофель 1—2 шт., грибы сухие 50 г, лук репчатый 1 шт., мука пшеничная 1 ч. ложка, масло сливочное 1 ст. ложка.

ХОЗЯЙКЕ НА ЗАМЕТКУ

Как посолить грибы

Традиционно на Севере для холодной засолки используют рыжики, грузди и волнушки. Но можно посолить и сыроежки.

Грибы надо перебрать, очистить от мусора. Затем грузди, волнушки и сыроежки замачивают в холодной воде на 2—3 дня. Воду ежедневно меняют. Рыжики достаточно только промыть. Перед за-

солкой все грибы тщательно промывают. Подготовленные таким образом грибы укладывают рядами в хорошо промытые бочонки, кадушки или стеклянные банки. На дно посуды сыпят немного соли, кладут укроп и смородиновый лист, затем — грибы слоем 5—6 см, пересыпают ряд солью, вновь добавляют черно-смородиновый лист и укроп и так чередуют до полного заполнения емкости. В каче-

95. Грибная похлебка (холодная)

Соленые грибы (рыжики, грузди) отмочить, отжать, положить в блюдо и залить квасом. Можно добавить репчатый лук.

Это блюдо ели, как правило, в постные дни.

96. Солянка на грибном бульоне

Очистить и тщательно промыть холодной водой белые грибы (подберезовики). Сложить в посуду, залить горячей водой, добавить луковичу и варить 45—50 мин, после чего отвар процедить. Слегка обжарить на масле нашинкованный репчатый лук (в конце жарения добавить томат-пюре), очистить от кожуры и семян соленые огурцы и нарезать их ломтиками, сполоснуть отваренные грибы и нашинковать. Сложить все продукты в горячий бульон, добавить соль и проварить на небольшом огне при слабом кипении 10 мин. Перед подачей на стол заправить солянку сметаной, дать вскипеть. В каждую тарелку положить зелень, лимон.

Эту солянку можно приготовить и из сухих грибов. Можно в бульон вместо свежих добавить соленые грибы (в этом случае огурцы класть не надо).

На 500 г свежих грибов или 50 г сухих 4 соленых огурца, 2 луковицы, 2 ст. ложки томат-пюре, 2 ст. ложки сливочного масла.

97. Солянка из рыжиков (в народе называли похлебкой)

В приготовленный из костей говядины бульон закладывают мелко нарубленные рыжики (реже — грузди),

стве добавок можно использовать лавровый лист, душистый перец и чеснок. На 1 кг грибов берется 50 г соли для груздей, волнушек и сыроежек и 40 г — для рыжиков. Когда емкость заполнена, ее накрывают завернутым в чистую марлю деревянным кружком, соответствующим размеру посуды, сверху кладут небольшой груз (лучше всего — хорошо промытый камень). Когда грибы осядут, к ним

можно добавить новую порцию. Есть грибы можно не ранее чем через 40—45 дней после добавки дополнительной порции.

При солении горячим способом очищенные грибы тщательно промывают, а затем отваривают в соленой воде (2 ст. ложки соли на 1 л воды и 1/2 стакана воды на 1 кг грибов). Во время варки грибы помешивают, чтобы они не пригорели.

добавляют мелко рубленный репчатый лук и варят до мягкости, затем заправляют мукой, обжаренной на масле и разведенной бульоном или водой. При подаче в тарелку добавляют сметану.

Для бульона: на 500 г мясных костей 2,5—3 л воды, 1 морковь.
Для солянки: рыжики (или грузди) 300 г, 1 луковича, масло сливочное 1 ст. ложка, соль по вкусу.

98. Щи из квашеной капусты с грибами

Эти щи готовят так же, как щи из квашеной капусты с мясом (135, 188), но на грибном бульоне.

Мелко нарезанный лук поджарить на масле до золотистого цвета. Коренья (морковь и корень петрушки) спассеровать отдельно с томат-пюре и добавить в капусту, когда она протушится. Залить грибным горячим бульоном, опустить нашинкованные вареные грибы, посолить. К шам можно подать гречневую кашу.

Грибы сушеные 5—6 шт., капуста квашеная 120 г, морковь 1 шт., петрушка 1 шт., лук репчатый 1/2 шт., томат-пюре 1/2 ст. ложки, мука 1 ч. ложка, масло (или маргарин) 1 ч. ложка, сметана 1 ч. ложка, зелень.

99. Суп грибной с ушками (бобками)

Это блюдо числится в белорусской кухне, но, по рассказам старожилов, в начале нынешнего столетия его готовили на севере Архангельской губернии. Можно предположить, что сюда рецепт его принесли ссыльные.

Когда грибы сварятся, воду сливают, грибы откидывают на сито и остужают. Затем солят, как при холодном способе, с той же пропорцией соли.

Горячим способом можно засолить не только названные выше, но и белые грибы, подберезовики, подосиновики, маслята и лисички. Грузди, лисички и сыроежки варят 20—30 мин, белые грибы, подберезовики, подосиновики и

волнушки — 10—15 мин. При горячем способе засолки грибы значительно быстрее становятся готовыми для употребления в пищу: сыроежки можно есть через 2—3 дня, грузди — через 8 дней, остальные — через 20—30.

Если на рассоле появится плесень, уберите ее, протрите стенки посуды, а круг и гнет промойте, ошпарьте кипятком, остудите и вновь положите на грибы.

Блюдо было не каждодневным, так как требовало времени для приготовления, но по семейным праздникам его готовили и в крестьянских, и в городских домах.

Из вареных грибов и лука, мелко шинкуя и обжаривая то и другое, готовят фарш (можно добавить отварное пшено или рис). Из пшеничной муки замешивают пресное крутое тесто и делают из него ушки: тесто режут на квадраты, кладут на каждый чайную ложку фарша и сворачивают треугольником, затем еще раз загибают два угла к середине. Ушки варят или жарят. При подаче кладут в тарелки и заливают грибным бульоном.

В Верхнетоемском районе варили грибовницу с кусочками пресного теста. Раскатав, его просто рвали на кусочки и опускали их в кипящий бульон.

Фарш: грибы сушеные 50 г (свежие, лучше — рыжики, 2—3 шт.), лук репчатый 1/4 шт., масло 1 ч. ложка.

Тесто: мука пшеничная 7 ч. ложек, яйцо 1/8 шт., вода 1 стакан, соль 1 ч. ложка.

Грибной бульон (84).

100. Молочный грибной суп

Белые свежие грибы очищают, промывают, нарезают и припускают с маслом. Кипятят воду, добавляют соль, кладут нарезанный картофель, варят почти до готовности, кладут пассерованный лук, грибы, доливают молоком и доваривают.

Молоко 200 г, вода 200 г, грибы свежие 40 г, 1/4 луковицы, масло сливочное 1 ч. ложка, картофель 1/3 шт.

ХОЗЯЙКЕ НА ЗАМЕТКУ

Как высушить грибы

Самые вкусные, конечно, белые грибы, но можно сушить и подосиновики, подберезовики, маслята, моховики. Перед сушкой грибы надо протереть сухой тряпкой. Мыть их не следует, так как промытые они плохо сохнут.

Для сушки шляпки отделяют от ножек и нарезают (но не мелко!). Сушить грибы можно в умеренно нагретых

духовках, русской печи, над горячей плитой. В жаркие дни грибы можно сушить на солнце, нанизав на нитку. Для лучшей циркуляции воздуха труба, заслонка печи и дверца духовки должны быть открыты. Лучше всего сушить грибы нанизанными на тонкие деревянные спицы или на соломке, постеленной на противень. Начинайте сушить грибы при 40—50°, а после того, как они проявятся, повышай-

ГОРЯЧИЕ БЛЮДА

101. Грибы в сметане

Подготовленные свежие грибы (белые, подберезовики) нарезать ломтиками, посолить и, помешивая, обжарить на масле. Перед окончанием жарения в грибы добавить муку, перемешать, залить сметаной, добавить по вкусу соль и довести до кипения. Перед подачей на стол посыпать грибы зеленью.

Грибы в сметане можно запечь в духовке. Для этого их надо посыпать сыром и поставить в сковороде на 5—7 мин в жаркий духовой шкаф.

На 500 г свежих грибов 1/2 стакана сметаны, 1 ч. ложка муки, 2 ст. ложки масла.

102. Грибы, жаренные с луком и картофелем

Грибы, нарезанные тонкими ломтиками, посолить, обжарить на масле и смешать с заранее поджаренным луком. Этим приготовление блюда может ограничиться. Тогда жареный картофель следует подать в качестве гарнира. Но блюдо будет вкуснее, если слегка обжаренный картофель добавить в готовые грибы и подержать на слабом огне под закрытой крышкой 7—10 мин.

На 500 г свежих грибов 1 луковица, картофель 2 шт., 5 ст. ложек масла.

те температуру до 60—75°. Над горячей плитой, печкой и на солнце грибы удобно сушить ненарезанными. Когда грибы подсохнут, уменьшатся в размере, но будут еще мягкими, неломкими, их лучше недолго просушить в печке или духовке.

Высушенные грибы нанизывают на нитки, шляпками вниз, или укладывают в мешочки из ткани и хранят в сухом, проветриваемом помещении.

Можно хранить и в стеклянных банках под полиэтиленовой крышкой с очень мелкими отверстиями. Если грибы все же отсыреют, их надо снова подсушить.



103. Грибы, тушенные в масле

Грибы (подберезовики, лисички) очистить, промыть и вскипятить в подсоленной воде. Откинуть на дуршлаг, переложить в горшочек с разогретым маслом, добавить 2—3 ст. ложки мясного бульона, обжаренный лук, накрыть крышкой и тушить примерно 30 мин.

На 500 г свежих грибов 3 ст. ложки масла, пол-луковицы.

104. Грибы, тушенные в сливках (молоке)

Свежие грибы (белые, подберезовики, подосиновики, а лучше — маслята) очистить, промыть и ошпарить, а затем нарезать дольками, посолить и слегка обжарить. После этого сложить их в горшок и залить кипячеными сливками или молоком. Зелень петрушки и укропа связать, вложить в середину пучка корицу, гвоздику, перец, лавровый лист и положить их в грибы. Грибы еще немного посолить, накрыть крышкой и поставить в умеренно горячую русскую печь (или духовку) на 1 ч для тушения. Когда грибы будут готовы, связанную зелень вынуть, а грибы подать в горшочке, в котором они тушились.

На 500 г грибов 1 ст. ложка сливок (молока), 1 ст. ложка масла, зелень, пряности.

105. Грибы, тушенные в сметане (грибы в горшочке)

Перебрать подготовленные к тушению грибы, шляпки маленьких грибов оставить целыми, крупные разре-

ВСПОМНИМ ЗАБЫТОЕ

Похлебка по-суворовски

Сварить рыбный бульон. Замочить в холодной воде грибы, затем промыть их, отварить и нарезать. Подготовить и нарезать рыбу и картофель. Спассеровать грибы, морковь, корни сельдерея, лук. Подготовленные продукты положить в глиняный горшочек, залить рыбным бульоном и поставить в духовку. Перед окончанием варки до-



зять на 4 части, ножки порезать поперек на дольки и сложить в горшочек, добавить укроп, соль, перец, перемешать, налить полный горшочек сметаны, закрыть крышкой, обмазать тестом соединение крышки с горшком и запечь в духовом шкафу.

Грибы свежие 300 г, сметана 1—2 стакана, укроп, соль, перец по вкусу.

106. Рыжики жареные

Рыжики (шляпки), очищенные и промытые, заливают водой и солят. Доводят до кипения, откидывают на сито и, когда грибы обсохнут, панируют в муке, затем обжаривают на масле с пассерованным луком. Подают с зеленью.

На 500 г свежих грибов 3—4 ст. ложки масла, 2 луковицы.

107. Грибы по-деревенски

Соленые грибы (грузди, водняшки, рыжики и др.) отделить от рассола и промыть, нашинковать, смешать с жареным репчатым луком. Картофель отварить и очистить, нарезать ломтиками, уложить на дно сковороды, смазанной жиром. Сверху положить грибы с луком и вновь закрыть слоем картофеля. Перемешанную с мукой сметану развести водой, залить ею грибы с картофелем, сверху полить растительным маслом и запечь. Подать на стол в этой же посуде горячими.

Грибы 6—7 шт., растительное масло 2 ч. ложки, картофель 2—3 шт., пол-луковицы, 1/2 ч. ложки муки, 1 ст. ложка сметаны, 1/4 стакана воды.

бавить свежие помидоры, нарезанные дольками. При подаче положить рубленый чеснок, зелень петрушки.

Рыба 70 г, картофель 50 г, лук репчатый 10 г, корень сельдерея 5 г, грибы сушеные 20 г, помидоры свежие 20 г, чеснок 2 г, масло сливочное 10 г, зелень петрушки 5 г, бульон 350 г.



108. Грибы в тесте

Сварить белые грибы, откинуть на сито, дать стечь воде, затем слегка посолить и обвалять в пшеничной муке. Перед жаркой опустить в жидкое тесто и жарить в жире. Для приготовления теста муку разводят теплым молоком или водой (20—40°C) и хорошо размешивают (чтобы не было комков). Добавляют соль, растительное масло и оставляют на 10—15 мин для набухания клейковины. Перед жаркой грибов в тесто добавляют взбитые яичные белки.

Для теста: мука 1/2 стакана, белки 2-х яиц, молоко или вода 4 ст. ложки, растительное масло 1 ч. ложка.

109. Картофель, тушенный с луком и грибами

Картофель очищают, промывают и нарезают кубиками, обжаривают, кладут в ладку, добавляют лавровый лист, перец горошком, сметану, пассерованный лук, жареные грибы и тушат 15—20 мин. Подают, посыпав зеленью.

Картофель — 4—5 шт., свежие грибы 250 г, 1 головка репчатого лука, 1/2 стакана сметаны, 3 ст. ложки сливочного масла.

110. Лапша с грибами

Лапшу (домашнюю или фабричную) варят и заправляют топленным маслом. Сушеные грибы отваривают, шинкуют, добавляют к ним пассерованный лук и обжа-

СОВЕТУЕМ ПРИГОТОВИТЬ

В последние годы в наших городских парках нередко можно встретить людей, «вооруженных» палочкой и целлофановым пакетом. Старательно раздвигая траву, они ищут... шампиньоны. Да, эти «французы» успешно произрастают не только в окрестностях Парижа или на искусственных плантациях под Москвой, но и в северных садах и огородах, особенно урожайны на них перегонные

почвы. Выращивают шампиньоны и в теплицах.

Собранные шампиньоны надо тщательно очистить от земли, промыть в холодной воде, переложить в чистую кастрюлю, залить горячей водой, добавить лимонную кислоту и прокипятить в течение 20 минут. Приготовленные так грибы могут пойти и на холодное, и на горячее блюдо.

Суп из шампиньонов. Грибы очистить, промыть, пропустить

ривают вместе на растительном масле. Обжаренные грибы перемешивают с вареной лапшой.

Лапша 60 г, грибы сухие 10 г, 1 луковица, масло топленое 1 ч. ложка, масло растительное 1 ст. ложка.

111. Белые жареные грибы с луковой подливкой

Свежие молодые белые грибы (шляпки) обжарить в масле, снять с огня и поставить в теплое место. В разогретое масло положить нашинкованный лук, посолить его и тушить до мягкости, после чего добавить сметану, вскипятить и полученной подливкой залить грибы.

Грибы 4—5 шт., лук репчатый 1 шт., 1,5 ст. ложки масла, 1,5 ст. ложки сметаны.

112. Грибы с толокном

Свежие грибы отваривают, бульон сливают, в грибы добавляют сливочное масло, толокно (сухое) и обжаривают.

На 100 г грибов по 1 ст. ложке толокна и растопленного сливочного масла.

через мясорубку и потушить в масле вместе с молко на-рубленным луком в течение 10 мин на медленном огне. Добавить муку, влить бульон, сваренный из костей, посолить, поперчить и снять с огня. При подаче добавить сливки, посыпать зеленью петрушки и крупно нарубленными яйцами (на 250 г шампиньонов 1 ст. ложка масла, 1/2 луковицы, 1/2 ст. ложки муки, 500 мл бульона, соль и перец

по вкусу, 100 г сливок, 1 яйцо, 1 ч. ложка зелени).

Шампиньоны запеченные. Растопить сливочное масло в сковороде, плотно уложить шляпки шампиньонов (верхом вниз), полить их растопленным маслом и запечь в прогретой духовке. (На 200 г грибов 30 г масла, соль по вкусу).





«ОТ КАПУСТЫ БЕЖАЛ ДА НА БРЮКВУ ПОПАЛ»

БЛЮДА ИЗ ОВОЩЕЙ

В одной из северных деревень довелось услышать частушку:

Картошка, картошка
Какая тебе чести!
Кабы не было картошки,
Чего бы стали есть?

Да, сегодня не то что трудно, а просто невозможно представить северную кухню без «картошки». А ведь было время, когда северяне, как могли, сопротивлялись разведению картофеля. Газета «Архангельские губернские ведомости» в марте 1865 года опубликовала статью «О первых опытах разведения картофеля и дальнейшем размножении его в Архангельской губернии». В ней говорилось: «Первоначальное появление у нас на Севере этого многопольного в хозяйстве растения можно отнести или к последней четверти прошлого столетия... или даже к первым годам нашего столетия... Для первоначального, в обширном размере, разведения у нас картофеля были присылаемы в 1812 году от Министерства Внутренних Дел три колониста, имевших практические сведения о разведении сего растения». Этими колонистами были некто Шефер, Бендер и Флайшман. Первому было положено жалованье 500, двум другим — по 1000 руб. в год. Кроме того, в губернии на их содержание был учрежден «неотяготительный для крестьян»

налог: с каждой мужского пола души по 8 коп., что должно было составить ежегодного налога 6000 руб. ассигнациями. Распространение картофеля в губернии было вменено в обязанности комитету о продовольствии, учрежденному при Архангельском губернском правлении.

Первые опыты, говорится в статье, были неудачны. Картофель «частью захватываем был ранними морозами и погибал, частью же оказывался очень мелким». «Недоверчивый и невежественный народ,— отмечал автор статьи М. Сибирцев,— первоначально неприязненно смотрел на картофель, но все-таки и в его среде нашлись люди благоразумные, которые полюбили его и стали прилагать старания о его разведении. Прежде всего картофель... акклиматизировался в ближайших окрестностях Архангельска, на островах Северной Двины, где представлялось и более удобств к его разведению, и более способов к сбыту. Отсюда с течением времени он постепенно распространился и в других местах губернии. В 1824 году урожай картофеля увеличился по сравнению с 1814 годом в 34 раза...»

«В 1864 году,— констатировала статья,— наибольшим производством картофеля отличался Шенкурский уезд». Его там выращивали не только на собственные нужды, но и на продажу, весной сплавляли на баржах в Архангельск. «Довольно большой урожай — в Онежском уезде, самый малый — в Мезенском».

Казалось бы, картофель в большинстве уездов губернии прижился и действительно был признан «многополезным растением», однако та же газета в 1870 году сетовала, что культура эта распространяется в губернии не теми темпами и не с тем старанием, с каким хотелось бы. И приводила в пример Пермскую губернию, где было основано общество для поощрения разведению картофеля, которое раздавало денежные премии за его выращивание.

Прошло еще три десятка лет прежде чем свидетели смогли констатировать, что культура эта на Севере «хорошо родится и разводится в изобилии».

Словом, картофель трудно привыкал к Северу и северяне — к нему. Зато репа и редька здесь и впрямь родились в изобилии с незапамятных времен. «Экономические ведомости о состоянии черносошных крестьян Княжеостровской волости» в 1785 году отмечали, что местные жители «в пищу употребляют свои собственные

продукты: репу, редьку. Из репы варят щи, на праздники делают и пирожки, а для захлебывания делают кислый рассол». Тот же документ сообщал, что «в оной волости во всех селениях репу и редьку засевают на полях. Иногда урожай бывает родится довольно. Капусту сажают в огородах небольшое число и то в одном Княже-островском острове. А других овощей яко-то земляных яблок, свеклы и протчего никогда не сеют и не сажают».

Репяные щи, которые варили не только в Княжесостровском, но и прочих уездах губернии, представляли собой густую сладковатую похлебку, которую в быту называли коротко — репня. В постные дни в обед репня являлась основным блюдом, а в бедных крестьянских семьях и не только в постные... На Терском берегу готовили кушанье даже из репяной ботвы: вымачивали ее в воде, резали на кусочки, ставили в печь, затем снова вымачивали, после чего солили и варили. Такая еда называлась мякиной.

С репой пекли пироги. Называли их по-разному, где сичениками, где курниками. Поморы запекали крупные куски репы в ржаное тесто и называли это блюдо репником или парником. Пареная в горшках репа занимала в столе наших предков то же место, что сегодня — картофель. Репу парили в горшках в остывающей печи, где она медленно томилась, приобретая красноватый румянец и нежный аромат. Иногда пареную репу мелко нарезали и сушили на противнях. Так получалась вяленица, заменявшая детворе конфеты. Такую «ириску» можно было долго держать за щекой, покусывая ее тугую плоть, и наслаждаться терпковато-сладким вкусом. Вяленицу обычно заготавливали впрок. С появлением брюквы (гибрида репы и капусты) из нее стали готовить многие блюда, приготавливаемые раньше из репы: ту же вяленицу, парушки и т. д.

Еще один древнейший на Руси овощ — редька. На Севере, как писал наш сказочник Степан Писахов,

ели редьку кусками,
редьку ломтями,
редьку с солью,
редьку голью,
редьку с квасом,
редьку с маслом,
редьку мочену,
редьку сушену,
редьку с хлебом,
редьку с кашей,

редьку с блинами,
редьку терту,
редьку маком,
редьку так!
Из редьки кисель варили,
с редькой чай пили.

Сегодня редька, к сожалению, — ведь вкусна и полезна! — не частая гостья на северном столе. Многих отпугивает ее резкий запах, и далеко не все знают, что если очищенную редьку выдержать в течение часа в холодной воде, запах уменьшится, а редька, даже не очень свежая, приобретет упругость, ее будет легко измельчить на терке.

В далекой древности появилась на столе россиян капуста. Древние славяне получили эту культуру от греко-римских колонистов Крыма и других районов Причерноморья. Поначалу успешно развели ее в центре Руси, а затем смело двинули на Север. Славянам же принадлежит изобретение квашения капусты. Благодаря этой способности заквашиваться, капуста прочно сохраняет свои позиции в рационе северян на протяжении нескольких столетий. Ведь в свежем виде она хранится недолго, потому и блюд из свежей капусты в традиционной русской кухне немного, самое известное из них — щи. Но даже и этот, любимый всеми россиянами суп («Щи — всему голова»), куда как чаще готовили не из свежей, а из квашеной капусты.

Щи с мясом (на мясном бульоне) назывались богатыми, а без мяса — пустыми или постными. Именно о таких щах говорили: «Голодному Федоту и щи в охоту». По щам, подаваемым к столу в скромные дни, когда употребление мяса не возбранялось, можно было судить о достатке в доме. В большинстве крестьянских домов богатые щи были праздником, а постоянную прописку имели щи постные, о которых пословицу сложили: «Щи хоть кнутом хлещи, а мяса не найти». Рецепты постных щей (и не только из капусты) приведены в этом разделе. О щах и прочих супах, приготовляемых на мясном бульоне, расскажет следующий раздел.

В качестве приправы к различным блюдам широко использовались лук и чеснок. Стоило добавить мелко накрошенного луку в квас, и уже получалось блюдо, называемое тюрей. В народе издавна бытовали пословицы: «Голь голью, а луковка во щи есть», «Лук — от

семи недуг», «Чеснок да редька, так и на животе крепко»...

В отличие от всех перечисленных овощей, помидоры и огурцы — «гости с юга», поскольку, несмотря на то, что некоторые северяне умудряются их выращивать даже на лоджиях и подоконниках квартир, основная их масса все же поступает на Север из южных областей. Помидоры на Севере появились сравнительно недавно, огурцы же «прописались» здесь еще в прошлом столетии. Их выращивали, например, в теплицах Пертоминского монастыря и Соловецкой обители. А вот огородники пригородных архангельских деревень, выращивавшие овощи на продажу, считали более выгодным выращивать в парниках или на паровых грядах редис и салат: их можно было снять два урожая. И второй, поздний, ценился особенно, поскольку в других местностях к этому — осеннему — времени редиса и салата уже в помине не было, а следовательно не было и на рынке среди привозных овощей. Поскольку своих огурцов под городом не выращивали, на рынке, доставляемые из более южных губерний, они были дорогими — не дешевле 2 руб. 50 коп. десяток (для сравнения: четверик картофеля, а это около пуда, стоил 20 коп.).

На продажу в начале нынешнего столетия в пригородных деревнях выращивали лук, картофель, цветную и белокачанную капусту, петрушку, сельдерей, шпинат. «До появления железной дороги, — отмечал Ф. Ф. Шперк, — огородничество в Архангельске было прибыльное, и занимавшиеся им имели хороший заработок, в особенности до уничтожения порта». Особенно увлеченные и старательные огородники, по словам Шперка, выращивали в парниках даже дыни и арбузы и продавали их по 10 и 12 руб. за пару, то есть за арбуз и дыню. С введением железнодорожного сообщения в губернском центре появились астраханские бахчевые, и цена на них резко упала — до 50 и 30 коп. С появлением конкуренции на рынке «многие огородники бросили свое занятие как малоодоходное, и число их в настоящее время (на рубеже XIX и XX веков. — Л. Ч.) очень невелико».

В отдаленных от Архангельска уездах — а таковых на обширной территории губернии было большинство — овощи выращивали не на продажу, а для собственного пропитания, да и то не все они и не всюду родились в достатке. Например, в Беломорье картофеля от осени до весны, как правило, не хватало, а капусту почти не

вырашивали — не стоила овчинка выделки, не вызрела она по-настоящему в холодном приморском климате. Капусту привозили сюда по осени на карбасах, выгружали в телеги, развозили по домам, и — стучали сечки по добела начищенным столешницам, а хрустящие белые ломтики, перемешанные с солью, заполняли ушаты и бочки. Зима была долгой...

ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ

113. Редька с квасом

Натертую редьку солят, добавляют растительное масло, квас и подают в тарелках.

На 1 небольшую редьку (125 г) 1/2 стакана кваса, 1 ч. ложка растительного масла, соль по вкусу.

114. Редька с молоком

Натертую редьку солят, добавляют растительное масло, молоко и подают в тарелках.

Рецептура та же, что в № 113, но вместо кваса — 1/2 стакана молока.

115. Редька со свеклой или морковью

Свеклу запекают или варят целиком, затем охлаждают, очищают, натирают на терке, добавляют к редьке

ХОЗЯЙКЕ НА ЗАМЕТКУ

Как хранить овощи

Овощи надо хранить в прохладном затемненном месте, так как при солнечном свете в них разрушаются питательные вещества.

Зелень укропа, петрушки, сельдерея хорошо сохранится в течение нескольких дней, если ее положить в полиэтиленовый мешочек и держать в прохладном месте.



и заправляют сметаной. Свеклу может заменить сырая тертая морковь.

Редька 125 г, свекла вареная тертая (или тертая морковь) 1 ст. ложка, сметана 1 ст. ложка, соль по вкусу.

116. Редька с луком

Очищенную и вымытую редьку нарезают тонкими кусочками и солят, добавляют мелко нарезанный зеленый лук, рубленые крутые яйца, заливают сметаной и перемешивают.

Редька 125 г, лук зеленый 150 г, 2 яйца, 1 стакан сметаны, соль по вкусу.

117. Редька с маслом или сметаной

Измельченную редьку посыпают солью, добавляют растительное масло или сметану, перемешивают, кладут в салатник и посыпают зеленью.

Редька 125 г, масло растительное 1,5 ч. ложки, сметана 1 стакан, лук зеленый 1 ч. ложка, соль по вкусу.

118. Салат из редьки, моркови и яблок

Черную редьку моют, очищают и натирают на терке, добавляют к ней натертую морковь и яблоки (можно добавить натертую на крупной терке белокочанную капусту), заправляют сметаной или майонезом.

Редька 1 шт., морковь 2—3 шт., яблоки антоновские 2—3 шт., сметана или майонез 1/2 стакана.

Репчатый лук лучше сохраняется и не сыплет шелуху, если его подвесить в капроновом чулке в сухом проветриваемом месте.

Свежие помидоры дольше сохраняются, если их уложить в прохладном месте в один ряд плодоножкой вверх.

Нельзя хранить промытый зеленый лук: от влаги он быстро портится.

Чтобы сохранить не использованную полностью луковицу, места среза надо смазать любым жиром. В этом случае лук сохранит не только свежесть, но и питательные свойства.

Томат-паста не заплесневет, если ее сверху посыпать солью и залить тонким слоем растительного масла.



119. Салат из редьки с лимонным соком

Редьку, морковь, яблоко тщательно моют, очищают и натирают на терке. Массу перемешивают, добавляют измельченный чеснок, сок лимона, цедру и снова перемешивают. Подают в салатнике.

На 1 небольшую редьку 1 морковь, 1 яблоко, 3—4 зубчика чеснока, 1/4 лимона, 1/2 чайной ложки цедры.

120. Заварная капуста

Зачищенный кочан капусты разрезают на 4 части, кладут в любую неокисляющуюся посуду, добавляют мяту или тмин, заливают кипящим рассолом и дают остыть в нем. Потом кладут в рассол корочку черного хлеба и оставляют под легким гнетом на 3—4 дня. Заквашенную капусту вынимают, нарезают ломтиками, укладывают в салатник и подают, полив процеженным рассолом, растительным маслом и посыпав зеленью.

На 1 кг капусты 1 л воды, 25—30 г соли, мята, тмин по вкусу.

121. Капуста квашеная с брусникой

В салатник кладут квашеную капусту, смешанную с моченой брусникой, заправляют по вкусу сахаром, добавляют растительное масло.

Капуста квашеная 250 г, брусника 1 ст. ложка, масло растительное 1 ч. ложка.

ХОЗЯЙКЕ НА ЗАМЕТКУ

Как варить овощи

Овощи следует очищать и нарезать непосредственно перед варкой и варить обязательно под закрытой крышкой при слабом кипении.

Два кусочка сахара, добавленные в воду, где варятся любые овощи (кроме картофеля), улучшают их вкус.

Чтобы картофель, который вы варите «в мундире», не слишком разваривался, до-

бавьте в воду побольше соли.

Отварная цветная капуста останется белой, если перед варкой ее положить в слегка подкисленную 3%-м уксусом или лимонной кислотой воду.

Особый вкус придадут варенному картофелю несколько долек чеснока. Их кладут в воду при варке, или после — в готовый горячий картофель, который выдерживают под крышкой в течение 10 мин.

Чтобы сварить свеклу быст-

122. Салат из квашеной капусты

Квашеную капусту порубить, добавить мелко нашинкованный зеленый лук или тмин, заправить растительным маслом, сахаром по вкусу. Выложить в салатник и оформить зеленым луком.

На 250 г квашеной капусты 1 ст. ложка лука, 1 ст. ложка растительного масла, 1 ч. ложка сахара, тмин по вкусу.

123. Салат из белокочанной капусты

Капусту обработать и тонко нашинковать, слегка посолить и перетереть, чтобы она стала мягче. Затем перемешать, сложить в салатник, заправить уксусом (или лимонной кислотой), сахаром и оставить на 30 мин, после чего добавить растительное масло.

В этот салат можно добавить яблоки и ими же украсить его в салатнике (на 250 г капусты 1/2 яблока).

Можно добавить свежие огурцы, нарезанные ломтиками (на 300 г капусты 2 средних огурца).

На 250 г капусты 1 ч. ложка сахара, 1/2 стакана растительного масла, уксус (или лимонная кислота) и соль по вкусу.

124. Салат из капустных кочерыжек

В старину в пору квашения капусты готовили закуски из кочерыжек. Их готовят так же, как из редьки. Кочерыжки режут тонкими ломтями (можно натереть на крупной терке), заправляют солью и растительным маслом, по желанию добавляют уксус.

На 125 г кочерыжек 1/2 ст. ложки растительного масла, 2 ч. ложки 3%-го уксуса, соль по вкусу.

рее, вымойте ее, очистите от кожуры, разрежьте на кубики, положите в кастрюлю и залейте горячей водой так, чтобы она только закрыла сверху свеклу. Варите под крышкой, изредка помешивая и понемногу подливая воду. К тому времени, когда свекла будет готова, вода должна выкипеть почти полностью. Затем добавьте в кастрюлю 1 ч. ложку 3%-го уксуса для восстановления окраски свеклы.



125. Овощная закуска

Квашеную капусту, соленые огурцы и соленые грибы укладывают в красивую широкую деревянную или глиняную посуду горками, оформляют зеленью. Отдельно можно подать горячий картофель.

Соленые грибы 1 ст. ложка, квашеная капуста 1 ст. ложка, 1 огурец, зелень 1 ч. ложка, картофель 2—3 шт.

126. Салат из картофеля с соленым огурцом

Отварной картофель нарезать ломтиками. Очищенные от кожицы соленые огурцы (молодые огурцы можно не очищать), репчатый и зеленый лук мелко нарезать. Все смешать, заправить сметанным соусом (173), выложить в салатник и посыпать зеленью.

На 250 г картофеля 1 соленый огурец, 1 луковица, 1 ст. ложка зеленого лука, 1/3 стакана сметанного соуса.

127. Морковь с клюквенным соком

Очищенную, вымытую морковь натирают на терке, выкладывают в салатник и заливают подслащенным клюквенным соком.

Морковь 2—3 шт., клюква (сок) 2 ст. ложки, сахар по вкусу.

128. Морковь с чесноком

Очищенную морковь моют, натирают на крупной терке, добавляют тертый чеснок и солят, заливают сметаной или майонезом.

Морковь 2 шт., чеснок 1 зубчик, сметана или майонез 100 г.

Если при варке свеклы в кастрюлю положить корочку черного хлеба, она впитает в себя специфический запах свеклы.

Чтобы вареная свекла в винегрете не окрасила другие овощи, ее нужно после варки заправить растительным маслом.

Быстрозамороженные овощи закладывают для варки не размораживая, прямо в кипящую жидкость.

Кислота задерживает варку овощей. Поэтому уксус, лимонную кислоту, томат-пюре надо класть в блюдо после того, как овощи сварятся.

Сваренные овощи нельзя держать в отваре, так как от этого они становятся водянистыми и невкусными.

Отвары от овощей не выливайте, используйте их для приготовления соусов и супов.

129. Свекла тушеная

Свеклу очищают, моют, варят, охлаждают и натирают на терке или пропускают через мясорубку. Лук мелко шинкуют, слегка обжаривают с растительным маслом (можно добавить немного томата). Подготовленные овощи смешивают, добавляют моченую бруснику, сахар, соль, перец, тушат и охлаждают.

Свекла 100 г, лук репчатый 25 г, масло растительное 1/2 ст. ложки, брусника 1 ст. ложка, сахар 1 ч. ложка (с верхом), соль и перец по вкусу.

130. Салат из свеклы

Вареную свеклу очищают, натирают на крупной терке, заправляют майонезом и подают в салатнике. Можно в свеклу добавить толченый чеснок или рубленые грецкие орехи.

На 1 среднего размера свеклу 2 ст. ложки майонеза, 2—3 зубца чеснока или 3—4 шт. грецких орехов.

131. Салат из зеленого лука с яйцом

Вымытый зеленый лук нарезают, чуть приминают деревянной ложкой, добавляют нарезанные крутые яйца, солят и заливают сметаной или майонезом.

На 100 г лука 1—2 яйца, 1/3 стакана сметаны или 1/3 банки майонеза, соль по вкусу.

ЗАГОТОВКА ВПРЮК

Капуста квашеная

Обычно капусту квасят в деревянных кадках, но небольшое количество (5—10 кг) можно заквашивать в стеклянных банках или эмалированных ведрах. Для заквашивания отбирают здоровые без зеленых листьев кочаны капусты. Рубят их или шинкуют, смешивают с солью (примерно 250 г соли на 10 кг капусты). Для вкуса и аромата

можно добавить в капусту морковь, тмин, укроп, бруснику или клюкву. Дно чистой вымытой кадки посыпают тонким слоем ржаной муки, покрывают целыми капустными листьями и, плотно утрамбовывая, набивают кадку рубленой капустой, сверху прикрывают капустными листьями, чистой тканью, на которую кладут деревянный кружок, а на него — груз (обмытый камень). При этом сок дол-

132. Зеленый салат с маслом и уксусом

Вымытый и обсушенный зеленый салат нарезать и положить в салатник. Перед подачей на стол полить заправкой для салатов (179), перемешать и посыпать укропом или зеленью петрушки. Поверх салата можно уложить свежие огурцы, нарезанные кружочками. В салат можно добавить рубленые яйца (1 ст. ложку на порцию).

На 100 г зеленого салата 1 ст. ложка заправки.

133. Репа печеная

Репу очищают, кладут на противень или сковороду, доливают немного воды и запекают до мягкости. Охлаждают, нарезают тонкими ломтиками, добавляют мелко шинкованный лук, соль, перец, поливают сметаной и посыпают рубленой зеленью укропа или петрушки.

На 1 среднего размера репу 1/4 луковицы, 2 ст. ложки сметаны, 1 ч. ложка зелени, соль и перец по вкусу.

134. Салат из репы с морковью

Репу (или молодую брюкву) и морковь трут на терке, добавляют мелко нарезанный зеленый лук, соль, перец и заправляют сметаной или майонезом.

По 1 шт. среднего размера репы и моркови, 1 ч. ложку зеленого лука и 1 ст. ложку сметаны, соль и перец по вкусу.

жен быть выше уровня капусты. Оставляют капусту в тепле (18°C). Через несколько дней капуста начнет закисать и на поверхности ее появится пена. Количество пены вначале будет увеличиваться, но постепенно она сойдет на нет. Когда пена исчезнет совсем — капуста заквашена. Во время закисания капусту надо ежедневно протыкать чистой безрезовой палочкой, чтобы дать выход образовавшимся газам.

В случае появления на поверхности рассола плесени ее надо осторожно снять, а деревянный кружок, ткань и груз, закрывающие капусту, промыть кипятком.



СУПЫ

135. Щи из квашеной капусты

Капусту перебирают (очень кислую промывают в холодной воде), крупные куски шинкуют. Морковь, репу (или брюкву), лук мелко нарезают и слегка обжаривают на растительном масле. Затем к овощам добавляют томат и еще раз их обжаривают. (Можно готовить щи и без томата).

Квашеную капусту кладут в кастрюлю, добавляют растительное масло, немного воды, чтобы капуста не пригорела, и, закрыв кастрюлю крышкой, тушат сначала на сильном, а затем на слабом огне около часа. Затем добавляют обжаренные корни и тушат все вместе еще 10—15 мин.

В кипящую воду опускают готовую смесь капусты с корнями и варят в течение 20—30 мин. Перед окончанием варки (за 5 мин) добавляют муку, прогретую на сковороде до бежевого цвета и разведенную водой, солят, кладут перец и лавровый лист. Можно добавить толченый чеснок. При подаче посыпают зеленью.

На 400 г воды 125 г капусты, по 1 ст. ложке моркови и репы (или брюквы), 1 ч. ложка томат-пюре, 1/2 ст. ложки растительного масла, 1 ч. ложка муки, 1 ч. ложка зелени, соль и чеснок по вкусу.

136. Щи из свежей капусты

Репу, морковь, петрушку и репчатый лук нарезать дольками или брусочками и спассеровать с жиром.

ИЗ ИСТОРИИ РУССКОЙ КУХНИ

Холодные супы

Есть в русской кухне особая группа супов — приготовляемых на квасе. Это одна из особенностей нашей национальной кухни. Наиболее распространенными из холодных супов были и остаются окрошки. В петровские времена их готовили на особом кислом квасе и подразделяли на овощные и рыбные. Причем в те времена квас и плотную

часть супа подавали отдельно. Каждый разводил ее на свой вкус. В настоящее время окрошку подают вместе с квасом, так как считается, что особенно вкусна она, когда выстоится с заправкой из горчицы, растертой с яичными желтками. Раньше заправку, как, впрочем, и сметану, в окрошку не добавляли. На севере готовили окрошки с грибами и квашеной капустой.

Те, кто готовит окрошки на

Капусту нашинковать и опустить в кипящую воду. Довести до кипения, добавить пучок зелени и варить 30—40 мин. За 5—10 мин до окончания варки заправить пассерованными кореньями, посолить, добавить перец горошком и лавровый лист. Можно вместе с пассерованными овощами опустить в щи нарезанные дольками свежие помидоры. При подаче щи заправляют сметаной, посыпают зеленью.

На 400 г воды 160 г капусты, 15 г репы, 20 — моркови, 5 — корня петрушки, 20 — репчатого лука, 10 г маргарина для пассеровки.

137. Щи из крапивы

Перебранную и промытую молодую крапиву опарить кипятком или погрузить в него на 2—3 мин, откинуть на сито, мелко нарубить и тушить с жиром 10—15 мин. Морковь и репчатый лук пассеровать на жире. В кипящую воду опустить крапиву, пассерованные овощи, проварить все в течение 10—15 мин, заправить мучной пассеровкой, разведенной водой, опустить свежие листья щавеля (можно обойтись и без них, но со щавелем суп будет ароматнее) и варить еще 10 мин. Перед окончанием варки суп солят, добавляют в него перец горошком и лавровый лист (хорошо добавить 2 шт. гвоздики).

Рецептов щей из крапивы много, и в каждой семье их варят по-своему, например с картофелем или с крупой. Некоторые, не добавляя в суп щавель, придают ему кислинку лимонной кислотой.

По какому бы рецепту ни варились щи из крапивы,

хлебном квасе промышленного производства, сладковатом на вкус, не знают настоящей прелести этого супа. Окрошечный квас легко приготовить в домашних условиях. Для этого ржаной хлеб (600 г) заливают теплой водой (3 л), добавляют сахар (2 ст. ложки) и настаивают в течение двух суток. Затем процеживают и ставят в холодильник.

Еще один русский холодный суп — ботвинья. В старину ее

готовили из листьев свеклы. Вот как ее описывали в книгах XVIII века: «Взять листьев свекольных свежих или сухеных, либо трав крапивы, или других во щи употребляемых, разварить, отжать, изрубить мелко, развести квасом. В ботвинью прибавляют обыкновенно крошеного лука, огурцов свежих или соленых, а когда угодно, вареной мелко изрубленной свеклы».

подаются они всегда с яйцом, сваренным вкрутую, сметаной и зеленью. Можно подать к этим шам ватрушки с творогом или пирог с мясом.

На 350 г воды 160 г крапивы, 1/2 шт. моркови, 1 корень петрушки, 1/4 луковицы, 2—3 листика щавеля, 1 ч. ложка муки, 1 ч. ложка растопленного маргарина, 1/2 шт., яйца, 1 ч. ложка сметаны.

138. Щи из щавеля

Для их приготовления щавель необходимо перебрать, промыть и нарезать. Половину подготовленного щавеля припустить с жиром и протереть. Полученное пюре положить в кипящий бульон, добавить мелко нарезанные репчатый лук и белые коренья и варить в течение 15—20 мин. Оставшуюся зелень мелко нарезать и добавить в суп за 5—10 мин до окончания варки. Приготовленные щи можно заправить сметаной, белым соусом (74) или прогретой до загустения смесью молока с сырым яйцом.

При подаче в тарелку кладут яйцо, сваренное вкрутую или в «мешочек», посыпают зеленью.

Щавель — 150 г, петрушка, лук репчатый — 1/4 шт., маргарин — 1 ч. ложка, яйцо — 1/2 шт., сметана — 1 ч. ложка.

139. Щи зеленые с картофелем

Готовят их как обычные щи из щавеля, но в начале варки в воду кладут картофель, нарезанный дольками, а когда он почти сварится, добавляют протертую зелень. Яично-молочной смесью этот суп не заправляют.

Набор продуктов как в рецепте 138 и 75 г картофеля.



140. Щи репьяные

Это крестьянское блюдо, которое готовили в основном в бедных семьях. Щи варили на воде или квасе (в богатых домах — на бульонах). Очищенные репу и брюкву нарезать мелко, положить в кипящую жидкость вместе с капустным рассолом, добавить пассерованные лук и корень петрушки и варить до мягкости овощей. Перед окончанием варки добавить тертый чеснок. При подаче полить сметаной, посыпать зеленью. Отдельно подать пироги.

Репя — 2 шт., 1/2 брюквы, 1/2 стакана капустного рассола, 1/2 луковицы, 1/2 шт. петрушки, 1 зубчик чеснока, 1/2 ст. ложки укропа, 1 ст. ложка сметаны.

141. Суп крестьянский

Овощи нарезают кубиками. Репчатый лук пассеруют. В кипящую воду закладывают капусту, нарезанную квадратами 2 × 2 см, после закипания — пассерованные коренья и картофель (его режут кубиками). Варят овощи 20—25 мин. За 5—10 мин до окончания варки в суп кладут помидоры, можно добавить зеленый горошек.

Подают суп со сметаной и зеленью.

Морковь 1 шт., репа 1 шт., лук 1/2 шт., капуста свежая 80 г, картофель 3/4 шт., помидоры свежие 1/2 шт. или 1 ч. ложка томата-пюре, зеленый горошек 2 ст. ложки, сметана 1 ст. ложка, зелень, соль по вкусу.

142. Окрошка овощная

Клубни картофеля сварить в коже. Морковь и репу очистить и сварить по отдельности, затем овощи

СОВЕТУЕМ ПРИГОТОВИТЬ

Свекла, тушенная с яблоками

Молодую свеклу очистить, обмыть, натереть на терке с крупными отверстиями, сложить в кастрюлю, залить небольшим количеством кипящей воды и сварить при слабом кипении до полуготовности. Затем добавить очищенные и натертые яблоки, сметану и варить еще 25—30 мин (до готовности). Добавить соль, сахарный песок,

уксус или лимонную кислоту, муку, растертую с маслом, все аккуратно перемешать и довести до кипения. Перед подачей на стол посыпать зеленью петрушки или укропа. (На 10—12 шт. свеклы 1 ст. ложка муки, 1 стакан сметаны, 1 ст. ложка масла, 3 яблока, соль, сахар, уксус, укроп по вкусу).



охлаждать, картофель очистить и все нарезать кубиками. (Для улучшения вкуса окрошки картофель можно натереть на терке). Зеленый лук растереть с солью до появления сока. Квашеную капусту порубить (если очень кислая — промыть). Подготовленные овощи, капусту и лук соединить и залить квасом. Заправить по вкусу солью, сахаром, сметаной. Настоять в течение 15—20 мин и подавать.

При подаче в тарелку кладут яйца, посыпают зеленью.

Квас хлебный 2 стакана, морковь 1 шт., картофель 2—3 шт., репа 1/4 шт., капуста квашеная 2—3 ст. ложки, лук зеленый 1 ст. ложка, сметана 1 ст. ложка, яйцо 1/2 шт., укроп 1 ч. ложка, соль и сахар по вкусу.

Овощную окрошку можно приготовить, заменяя хлебный квас простоквашей, кефиром или сывороткой. В простоквашу и кефир добавляют 50% кипяченой воды, т. е. на 1 порцию окрошки берут 1 стакан кефира (простокваши) и 1 стакан воды.

143. Хлебный суп

Поджаренные ржаные сухари залить кипятком, дать настояться и процедить. Размоченные сухари протереть через сито и соединить с процеженным отваром, добавить изюм, клюквенный сок, сахар, корицу и прокипятить в течение 5—6 мин.

Суп охладить. Подать со сливками или сметаной.

Хлеб ржаной 200 г, изюм 1 ст. ложка, сахар 2 ст. ложки, клюква 1 ст. ложка, корица на кончике ножа, сливки (сметана) — 1 ст. ложка.

ИЗ СТАРИННЫХ РЕЦЕПТОВ

Пюре из репы

Репу испечь, протереть сквозь сито, положить в кастрюлю, посолить, влить какого угодно масла и проварить, прибавить чайную ложку сахара и немного овощного бульона.

Едят это пюре горячим. При подаче на стол его можно посыпать толокном и подать к нему простоквашу.

ГОРЯЧИЕ БЛЮДА

144. Запеканка из репы

Репу моют, обсушивают и целиком запекают в духовке. Охлаждают, очищают от кожуры, нарезают мелкой крошкой, добавляют растительное масло и толокно, немного воды, солят и запекают. Подают теплой. При подаче можно полить смесью тертой редьки с растительным маслом или сметаной.

На 1 средней величины репу по 2 ч. ложки растительного масла и толокна, соль по вкусу.

145. Брюквенная запеканка

Вымытую и очищенную брюкву нарезают на небольшие кусочки и варят до готовности в подсоленной воде. Воду сливают, из брюквы делают пюре и добавляют туда разведенную в холодном молоке ржаную муку, яйца, сливочное масло и сахар. Массу вымешивают, перекладывают в смазанную ладку и запекают.

На 2 шт. брюквы 3/4 стакана молока, 2 яйца, 1 ст. ложка сахара, 1 ст. ложка сливочного (или растительного) масла, 1/2 стакана муки, соль по вкусу.

146. Репа под соусом

Репу очищают, нарезают кусочками по 0,5 см, отваривают в воде без соли и откидывают на сито. Соус

ХОЗЯЙКЕ НА ЗАМЕТКУ

Картофель жарится быстрее и будет вкуснее, если предварительно опустить его на несколько минут в горячую воду и дать обсохнуть.

Не разбавляйте картофельное пюре холодным молоком, от этого оно приобретает серый цвет. Горячее молоко надо добавлять в пюре постепенно. Пюре будет пышнее, если в него вбить яичный белок.

Свежую белокочанную ка-

пусту перед тем как жарить надо ошпарить кипятком, иначе она будет сухой и невкусной. Можно капусту не просто облить кипятком, а довести до кипения, добавив кусочек сахара, тогда она сохранит свой белый цвет.

Чтобы репчатый лук при обжаривании приобрел золотистый цвет и не подгорел, его, нашинковав, обваливают в смеси муки и сахарного песка.

готовят так: желтки растирают с сахаром, добавляют сливки или молоко и проваривают до загустения на водяной бане, а затем взбивают и добавляют взбитые белки. Подают как самостоятельное блюдо или гарнир к отварному мясу, языку.

Репа 1 шт., желток 1 шт., сахар 1 ч. ложка, сливки (или молоко) 2 ст. ложки, белок 1 шт.

147. Брюква, фаршированная грибами

Брюкву вымыть и испечь, срезать кожицу, вынуть из середины мякоть и порубить ее. Белые отварные (или маринованные) грибы вымыть, порубить и поджарить на сливочном масле с репчатым луком. Поджаренные грибы смешать с рубленой мякотью брюквы и начинить ими брюкву. Фаршированную брюкву положить в глубокую сковороду, облить маслом, закрыть крышкой и поставить в горячую духовку на 30 мин. Затем облить брюкву густой сметаной и зарумянить сверху.

Брюква 1 шт., грибы 300 г (можно сухие 50 г), 2 луковицы, 2 ст. ложки сливочного масла, 1 стакан сметаны.

148. Репа, фаршированная манной кашей

Репу очистить от кожуры, промыть, залить горячей водой и сварить до полуготовности. Из приготовленной репы вынуть середину и хорошо проварить ее, после чего протереть через сито, смешать с предварительно



сваренной на молоке негустой манной кашей, добавить сахар и масло. Подготовленным фаршем наполнить репу, уложить ее на смазанную жиром сковороду, смазать маслом или сметаной, можно посыпать сыром и запекать в жарочном шкафу 20—25 мин. (Репу можно фаршировать мясом, рисом, овощами).

На 2 шт. репы 1/2 ст. ложки манной крупы, 1/4 стакана молока, 1 ч. ложка сахара, 1 ст. ложка масла, сыр тертый 1 ч. ложка.

149. Репа, фаршированная яйцами

Это блюдо готовят в Шенкурском районе.

Очищенную репу варят до полуготовности, мякоть вынимают, оставляя чашечки. Затем мякоть измельчают и припускают до готовности. Добавляют мелко нарубленные яйца. Перемешивают. Этой массой наполняют подготовленную репу так, чтобы масса выступила горкой. Сверху поливают сметаной и запекают в русской печи (духовке).

Репа 2 шт., яйцо 1 шт., маргарин 1/2 ст. ложки, сметана 1/4 стакана.

150. Пюре из репы или брюквы

Репу или брюкву очищают, отваривают, дают стечь воде, толкут, добавляют масло, молоко или сливки, сухари, яйцо и все перемешивают. Готовое пюре укладывают на сковородочки, наносят сверху рисунок, смазывают сметаной и запекают в духовке.

Репа 250 г, масло сливочное 1 ч. ложка, молоко 1/3 стакана, сухари 20 г, яйцо 1/2 шт., сметана 1 ч. ложка.

СОВЕУЕМ ПРИГОТОВИТЬ

Перец фаршированный

Стручки зеленого сладкого перца обмыть, обрезать верхушки вместе со стеблем и вычистить семена. Затем положить перец в кипящую подсоленную воду на 2—3 мин, после чего выложить на сито, дать стечь воде и наполнить подготовленным заранее фаршем, уложить в один-два ряда в кастрюлю, залить бульоном, добавить масло и томат

и тушить под крышкой в духовом шкафу или на огне 30—40 мин. При подаче на стол полить сметанным соусом (173). Перец можно подать к столу как в горячем, так и в холодном виде. В последнем случае перец должен быть приготовлен на растительном масле.

Мясной фарш. Обмытое мясо нарезать, пропустить через мясорубку, обжарить на сковороде с маслом и снова про-

151. Брюква жареная

Брюкву очищают, варят до полуготовности, нарезают кружочками толщиной около 1 см, посыпают солью, перцем, панируют в муке, обжаривают с двух сторон на сливочном масле и доводят до готовности в духовке. Затем брюкву заливают сметаной, прогревают, посыпают зеленью и подают на стол.

Брюква 250 г, мука 1 ч. ложка, масло 1 ч. ложка, сметана 2 ст. ложки, соль, перец, зелень.

152. Репяной хлебец

Репу очистить, разрезать на куски и сварить до мягкости в воде на слабом огне, так чтобы вода выкипела почти вся и остался бы густой отвар. Затем репу истолочь в пюре, смешать с отваром и остудить. Пюре посолить, добавить в него муку до консистенции довольно крутого теста, хорошо его вымесить. Скатать и сформовать в виде лепешки. Наколоть по всей поверхности вилкой и испечь. Вынув из духовки, накройте хлебец льняным полотенцем и дайте немного остыть. Подают репяной хлебец теплым.

153. Капуста отварная

Белокочанную капусту очистить, обмыть, вырезать кочерыжку так, чтобы листья не распадались, затем разрезать на 4 части и отварить в подсоленной воде.

пустить через мясорубку, прибавить мелко нарубленный поджаренный лук и сок, получившийся при жарении мяса, а также соль, перец, зелень петрушки или укропа и все это смешать. Для приготовления фарша можно использовать и молотое вареное мясо. В этом случае в немного обжаренный репчатый лук добавляется 1 ч. ложка муки, и лук снова обжаривается. Жареный лук разводят 2—

3 ст. ложками бульона, дают ему вскипеть, смешивают с мясом, солят, перчат и добавляют зелень. В готовый фарш можно добавить отварной рис. (На 250 г мяса 1 луковица, 1,5 ст. ложки масла, 1/4 стакана риса).



Сварившуюся капусту вынуть шумовкой, дать стечь воде, нарезать крупными квадратами. При подаче капусту полить растопленным сливочным маслом или сухарным соусом (178). Соус можно подать отдельно.

Капуста 250 г, масло 1 ст. ложка, соус 75 г.

154. Капуста в сливках

Некрупный, хороший по качеству (очень белый) кочан капусты сварить в соленой воде почти до готовности, вынуть, откинуть на решето и разрезать на крупные квадраты. Положить в кастрюлю масло, сливки, немного муки и соли, все хорошо размешать, опустить капусту и сварить ее до готовности.

155. Капуста тушеная (из свежей)

Морковь, лук и корень петрушки слегка обжаривают, добавляют шинкованную свежую капусту, немного воды (чтобы капуста не подгорела), томат-пюре, косточку от копченостей и тушат, периодически помешивая, до готовности. Готовую капусту заправляют солью, сахаром, добавляют пассерованную муку, разведенную водой или бульоном, доводят до кипения.

Капуста получается особенно вкусной, если во время тушения в нее добавить нашинкованные соломкой яблоки, предварительно удалив из них сердцевину с семенами.

Свежую капусту можно тушить и без томата и уксуса, их можно заменить сметаной, а для придания не-

ЗАГОТОВКА ВПРЮК

Соленые огурцы

Для засолки отбирают некрупные с тонкой кожей свежие огурцы. Их перебирают, моют холодной водой. Дно деревянной бочки, кадки или стеклянной банки выстилают промытыми листьями черной смородины, кладут укроп, хрен, чеснок. Затем плотными рядами укладывают одинаковые по размеру огурцы в вертикальном положении. Между

рядами надо сделать прокладки из листьев и приправ. Бочку плотно закрывают, забивая верхнее днище. Через отверстие в этом днище вливают рассол и закупоривают деревянной пробкой. Если огурцы солят в кадшке или широкой (5-литровой) банке, то после заливки рассола их следует прикрыть плотно пригнанным деревянным кругом, на него положить груз, который однако не должен сдав-

большой остроты в конце тушения добавить перец горошком и лавровый лист.

Капуста свежая 1/4 кочана (250 г), копчености 45 г, морковь 1/4 шт., лук репчатый 1/4 шт., петрушка 1/2 корешка, масло 25 г, томат-пюре 1 ст. ложка, уксус 3%-й 1 ч. ложка, мука пшеничная 1 ч. ложка, сахар 1 ч. ложка, специи.

156. Капуста тушеная (из квашеной)

Подготовленную квашеную капусту кладут в сковороду или кастрюлю с толстым дном. Вливают немного воды или бульона, кладут половину нормы томат-пюре, косточку от копченостей (целиком) и тушат на сильном огне, периодически помешивая, чтобы вся капуста прогrelась. Примерно через 40—45 мин после начала тушения в капусту кладут пассерованные корни (морковь, петрушку, сельдерей) и репчатый лук, оставшиеся томат-пюре и жир, перец горошком. Продолжают тушить еще около часа при умеренном нагреве — чтобы жидкость продолжала кипеть. Затем кладут лавровый лист, соль, сахар, добавляют (для связки) белый соус (74), хорошо вымешивают и продолжают тушить в закрытой посуде на слабом огне до полной готовности.

Капусту доводят до вкуса, добавляя в нее капустный рассол и сахар. Можно добавить немного тмина и другие ароматические продукты.

Нужно помнить, что квашеная тушеная капуста любит много жира. Поэтому жиры, снятые во время варки бульона, а также жарки гусей, уток, надо использовать для ее тушения. Для пассерования корней лучше

ливать огурцы. Рассол должен покрывать огурцы не менее чем на 3—4 см. Кадку или банку покрывают чистой тканью и хранят в прохладном месте. (На ведро воды 600 г соли, 50 г укропа, 10—12 листьев черной смородины, 1 головка чеснока, 1/2 корня хрена).

Доставать огурцы из рассола надо чистыми вилкой или дуршлагом.



всего использовать свиной шпик или топленое сливочное масло.

Набор продуктов см. рецепт № 155, капуста квашеная 300 г.

Тушеную капусту можно приготовить с грибами. Для этого обработанные свежие грибы нарезают ломтиками и жарят. Сушеные грибы замачивают (лучше — в молоке), варят, шинкуют соломкой и обжаривают. Грибы смешивают с тушеной капустой и прогревают. При подаче поливают маслом.

Капуста тушеная 80 г, грибы свежие 40 г (сушеные 10 г), масло топленое 1 ч. ложка.

157. Капуста, запеченная под соусом

Запекать можно как белокочанную, так и цветную капусту. Первую надо нарезать квадратиками, ошпарить. Цветную сварить кочаном, затем разобрать на отдельные соцветия. Капусту выложить на сковороду, залить молочным (172), сметанным (173) или грибным (174) соусом, посыпать тертым сыром, сбрызнуть маслом и запечь.

Капуста 150 г, соус 100 г, сыр 1/2 ч. ложки, 1 ч. ложка сливочного масла.

158. Капустные котлеты

Капусту зачистить, удалить кочерыжку, промыть и обсушить, затем мелко нарубить или нашинковать соломкой, положить в кастрюлю с толстым дном, подлить воды, добавить маргарин или масло, закрыть крышкой

ВСПОМНИМ ЗАБЫТОЕ

Драчена картофельная

Именно так называли это блюдо в северных деревнях. И в некоторых местах ее готовили не так, как сегодня: не из картофельного пюре, а из сырого картофеля. Картофель натерли, заливали холодной водой и давали постоять полчаса, потом воду сливали, снова заливали холодной водой и снова ее сливали. Добавляли молоко, соль,

яйца и выкладывали в смазанные маслом ладки. Запекали в русской печи. Подавали с молоком. (На 2—3 шт. картофеля 250 г воды, 3 ст. ложки молока, 1/4 шт. яйца).



и припустить до готовности. Не прекращая нагрева, всыпать манную крупу, быстро помешивая, проварить до загустения (в течение 3—5 мин). Массу охладить до 50—60°, влить сырые яйца, заправить по вкусу солью и сахаром. Из готовой массы сформовать котлеты и запанировать их в сухарях. Котлеты положить на горячую сковороду с жиром, обжарить с двух сторон и подать со сметаной, маслом или молочным соусом (172).

Капуста 125 г, маргарин (масло) 1 ч. ложка, крупа манная 2 ч. ложки, яйцо 1/5 шт., сухари 1 ст. ложка, соль, сахар, сало растительное (для обжарки) 20 г.

159. Голубцы с грибным фаршем

Наверное, кому-то покажется странным включение голубцов в блюда традиционной северной кухни. Однако сбор материала показал, что еще в самом начале нашего столетия это блюдо готовили в Устьянском, Котласском и ряде южных районов (в нынешнем административном делении) области. Готовили голубцы с фаршем из грибов и лука, пшенной каши с яйцом, с овощами.

Рецепт приготовления этого блюда таков: очищенную и промытую капусту разобрать на листья и отварить их до полуготовности в подсоленной воде, затем охладить и каждый лист отбить, чтобы не было утолщений на листе; на каждый лист положить фарш, завернуть «конвертом» и сложить в ладку или глубокую сковороду, залить сметаной, закрыть крышкой и поставить в духовку тушить или запечь в жарочном шкафу открытыми.

СОВЕТУЕМ ПРИГОТОВИТЬ

Все большую симпатию северян завоевывают южные огородные культуры — баклажаны, кабачки, сладкий болгарский перец. Эти культуры теперь выращивают в парниках совхоза «Беломорский», а кабачки многие выращивают на своих приусадебных участках и не только в парниках, но и в открытом грунте. Поэтому северяне имеют возможность готовить из этих овощей различные блюда.

Кабачки жареные

Кабачки очищают от кожуры, нарезают кружками толщиной около 0,5 см (у старых кабачков вырезают семена), посыпают солью, обваливают в муке и жарят на сильно разогретой сковороде с маслом до образования румяной корочки. Если при этом некоторые кусочки кабачков не дошли до готовности, их дожаривают в духовке. Жареные

Фарш грибной: сушеные грибы сварить, промыть горячей водой, мелко нашинковать и обжарить на сковороде с репчатым луком, затем добавить нашинкованные яйца и соль.

Грибы 4—5 шт., 1 луковица, маргарин 1 ст. ложка, яйцо 1/3 шт.

160. Морковная каша

Морковь очистить и сварить целиком в крепком бульоне, а после, вынув, протереть и положить снова в бульон. Сливочное масло взбить с яичными желтками, добавить в кастрюлю с морковью, положить по вкусу сахар. Подают, положив сверху кусочек масла или сладкие ягоды.

Морковь 100 г, масло 1 ч. ложка, 1 яичный желток.

161. Картофель печеный

Клубни среднего размера (без повреждений) вымыть щеткой и обсушить (можно очистить и посыпать солью), затем положить на противень и запечь в жарочном шкафу. Чтобы кожура не лопнула, клубни можно в нескольких местах наколоть вилкой. К готовому картофелю отдельно подают сливочное масло.

Картофель 250 г, масло 10 г.

162. Катушки из картофеля

Сырой картофель натереть на крупной или мелкой терке, промыть чистой водой через сито, дать воде стечь,

кабачки поливают подогретой сметаной или маслом. (На 300 г кабачков 1,5 ч. ложки муки, 1/2 ст. ложки масла, 2 ст. ложки сметаны).

Кабачки запеченные

Жареные кабачки укладывают на сковороду, поливают молочным (172) или сметанным соусом (173), посыпают тертым сыром или сухарями и запекают в духовке.

Кабачки фаршированные

Для фарширования лучше всего кабачки брать некрупные. Если же кабачки крупные, то их следует нарезать поперек в виде цилиндров высотой 4—5 см.

Из каждого куса вынуть чайной ложкой сердцевину настолько, чтобы получилась чашечка с дном толщиной около 1 см. Подготовленные чашечки положить вверх до-

воду слить. Вскипятить молоко. Из массы натертого картофеля делают шарики и опускают их в кипящее молоко. Проваривают 10—15 мин. Подают с молоком. При подаче горячие катушки поливают маслом.

Молоко 1 л, картофель средний 8—10 шт., 2 ч. ложки соли, масло 1 ст. ложка.

163. Картофель в молоке

Очищенный картофель нарезать кубиками 1 × 1 см и варить до полуготовности в воде, затем добавить молоко, соль и варить до мягкости. Часть картофеля растереть деревянным пестиком, развести горячим молоком и этой смесью залить остальную картофель, сверху полить сливочным маслом и прогреть в духовке.

Картофель 2—3 шт., молоко 2 ст. ложки, сливочное масло 1 ст. ложка, соль по вкусу.

164. Картофель отварной

Клубни картофеля очищают, кладут в кастрюлю, заливают кипятком, добавляют соль и варят до готовности. Воду сливают, кастрюлю закрывают крышкой, картофель при слабом нагреве обсушивают. Отварной картофель подают, полив сметаной или растительным маслом с обжаренным луком. Можно для аромата добавить зелень и немного чеснока. Подают картофель с квашеной капустой, грибами, а также в качестве гарнира к рыбным блюдам.

Картофель 2—3 шт., сметана 1 ст. ложка, масло растительное 1 ст. ложка, 1 луковица.

нышком в сотейник с разогретым маслом, накрыть крышкой и слегка поджарить в течение 8—10 мин. За это время кабачки несколько подрумянятся, проварятся паром и будут мягче. Затем чашечки перевернуть, слегка посолить и заполнить мясным или овощным фаршем. Сверху фарш посыпать сухарями, сбрызнуть маслом, полить небольшим количеством сметаны и поставить в духовой шкаф для за-

пекания. Когда кабачки зарумянятся, залить их сметанным соусом (173) с томатом (1/2 ст. ложки на 1 стакан сметаны), накрыть крышкой и поставить снова в духовой шкаф на 10 мин. Перед подачей на стол кабачки вновь поливают соусом и посыпают рубленой зеленью. Кабачки можно фаршировать мясом и рисом.



165. Картофель жареный с яйцом

Очищенный и сваренный картофель нарезать ломтиками и обжарить на масле. Сырые яйца смешать с молоком, солью и взбить. Обжаренный картофель залить яйцами и запечь.

На 2—3 шт. отварного картофеля, 1/2 яйца, 1 ч. ложка молока, 2 ст. ложки масла, соль по вкусу.

166. Картофель жареный под луково-грибной поливкой

Картофель очищают, нарезают брусочками или кружками и жарят с жиром, переворачивая, чтобы он полностью зарумянился. Солью посыпают после того, как он слегка обжарится. При отпуске поливают маслом с жареным луком и мелко нашинкованными отварными или жареными грибами.

Картофель 2—3 шт., сало растительное 1 ст. ложка, масло сливочное 1 ст. ложка, 1 луковица, грибы свежие 150 г (сухие 50 г).

167. Картофель, запеченный с луком и грибами

Картофель очищают, варят, обсушивают и нарезают кружочками. Сковороду смазывают жиром, укладывают слой нарезанного картофеля, слой обжаренного лука, слой мелко нашинкованных жареных грибов, затем снова слой картофеля, поливают сметаной, посыпают сухарями или сыром и запекают. (Вместо грибов можно использовать мясной или рыбный фарш).

Картофель 2—3 шт., грибы свежие 50 г, лук репчатый 2 шт., масло 1 ст. ложка, сметана 1/2 стакана, сыр 1 ч. ложка.

Баклажаны, тушеные в сметане

Баклажаны очистить, обмыть, нарезать ломтиками, положить в горячую подсоленную воду на 5 мин, затем откинуть на сито, дать стечь воде, обвалять в муке и обжарить. После этого баклажаны положить в кастрюлю, залить сметаной и тушить 30—40 мин. При подаче на стол посыпать укропом.

Баклажаны фаршированные

Баклажаны промыть, срезать концы, сделать вдоль небольшой надрез, через который чайной ложкой удалить семена. После этого баклажаны опустить на 5 мин в кипящую подсоленную воду, наполнить подготовленным фаршем (овощным или грибным), уложить на сковороду, смазанную жиром, залить сметаной и запекать в духовом шкафу

168. Картофельные пирожки с грибами

Очищенный картофель сварить, воду слить, а картофель оставить минут на 10 для обсушки. Не давая картофелю остыть, размять его деревянным пестиком. В полученное пюре добавить столовую ложку масла, желтки яиц, тщательно вымешать и разделить на лепешки, на середину которых положить грибной фарш (326), соединить края лепешек, придавая им форму полумесяца. Смочить пирожки яйцом, обвалять в сухарях и обжарить на масле. Отдельно подать грибной соус (174), в который можно добавить сметану или томат-пюре. Такие пирожки можно приготовить и с овощным фаршем.

На 250 г картофеля 25 г сухих грибов, 1/2 шт. репчатого лука, 1/2 яйца, 2 ст. ложки толченых сухарей, 1/2 ст. ложки масла.

169. Драчена картофельная

В некоторых районах Архангельской области это блюдо называют преснецом.

Готовят отварной картофель (164). Обсушив, его горячим толкут деревянной толкушкой и разводят горячим молоком. Когда масса слегка остынет, в нее добавляют масло, яйца и хорошо перемешивают. Сковороду смазывают маслом, выкладывают на нее картофельное пюре, на поверхность наносят вилкой рисунок и запекают в духовке. Чтобы драчена лучше зарумянилась, ее поверхность можно смазать смесью яйца с молоком.

Картофель 2 шт., молоко 60г, 1 яйцо, масло 1 ч. ложка, соль по вкусу.

около 1 часа. (На 300 г баклажанов 1 шт. моркови, 1/2 корня петрушки, 1 помидор, пол-луковицы, 2 ст. ложки растительного масла, соль и перец по вкусу; яйцо 1/4 шт., рис 1 ч. ложка).

Овощной фарш. Очищенные и промытые овощи нарезать соломкой и поджарить, добавить нарезанные дольками помидоры и еще раз поджарить, посолить, поперчить и добавить зелень. (На 2 шт. морко-

ви 1 луковица, 1/4 корня петрушки, 1 помидор).

Фарш из риса с грибами. Рис промыть, сварить и откинуть на сито. Свежие грибы сварить (сухие — предварительно вымочив), промыть, мелко нарубить и прожарить на масле. Рис смешать с грибами, добавить поджаренный лук, соль, перец. (На 1 стакан риса 2 шт. репчатого лука, 500 г свежих или 50 г сухих грибов, 3 ст. ложки масла).

170. Оладьи картофельные

Картофель очищают, измельчают на терке, отжимают, добавляют муку, соду, соль, все перемешивают и пекут оладьи. Подают с маслом, сметаной или грибным соусом (174).

Картофель 300 г, мука 1 ч. ложка, сода 1 г, масло топленое 1 ч. ложка, сметана, масло сливочное или грибной соус 50 г.

Чтобы оладьи были более пышными, к массе нужно добавить дрожжи. В этом случае картофель натирают на терке, добавляют муку, дрожжи, дают смеси выстояться в теплом месте один час, и только после этого в нее вводят яйца, массу тщательно вымешивают, солят и снова ставят в теплое место на 1,5—2 часа.

Пекут оладьи на хорошо прогретой сковороде, смазанной растительным салом или растопленным сливочным маслом.

Картофель 300 г, мука 2 полные ст. ложки, молоко 60 г, 1 яйцо, дрожжи 3 г, жир для поджаривания 30 г, сметана или масло для полива 1 ст. ложка.

171. Картофель, фаршированный грибами

У сырого очищенного картофеля срезать верхушки и обжарить их на масле до золотистого цвета. В клубнях, сваренных до полуготовности, делают выемки, заполняют их грибами, жареными с луком. Клубни укладывают в глубокую сковороду, заливают сметанным соусом или майонезом, посыпают тертым сыром или суха-

ЗАГОТОВКА ВПРОК

Огурцы консервированные

Молодые плотные огурчики вымыть и замочить в холодной воде на 6—8 ч. Стеклянные банки хорошо промывают, укладывают в них часть смеси специй, приготовленной в соотношении: по 6 г листа хрена и сельдерея, 10 г укропа, 3 г зелени петрушки, 1 г чеснока. (В литровые банки укладывают по половине этой смеси, в пол-литровые по чет-

верти). Кроме того, в каждую банку кладут по 4—8 горошин черного перца, 1/8 или 1/4 часть стручка красного перца и 1 лавровый лист. Затем в банки плотно укладывают огурцы, а сверху — снова пряности. Огурцы заливают горячим рассолом, приготовленным из расчета 60 г соли (2 ст. ложки) на 1 л воды (сахар не добавлять!). Банки с огурцами стерилизуют в кипящей воде 5—8 мин. За 1 мин до окон-

рями и запекают. Подавая к столу, клубни покрывают обжаренными верхушками и посыпают зеленью.

Картофель 200 г, лук 1/3 шт., грибы сухие 20 г, сметанный соус или майонез 150 г, масло сливочное 2 ст. ложки.

СОУСЫ К ОВОЩНЫМ БЛЮДАМ

172. Соус молочный

1 ст. ложку муки слегка прожарить с таким же количеством масла и развести 1 стаканом горячего молока, вливая его постепенно. Полученный соус варить, непрерывно помешивая, 10 мин и по вкусу посолить.

173. Соус сметанный

1 ст. ложку муки слегка прожарить с таким же количеством масла и развести половиной стакана овощного отвара и 1 стаканом сметаны. Прокипятить в течение 5 мин, добавить по вкусу соль и процедить.

Можно приготовить этот соус и без термической обработки. К 1/2 стакана сметаны добавить по 1/2 ч. ложки сахара, соли, горчицы, перец по вкусу и все перемешать.

174. Соус грибной

Он готовится, как одноименный соус к рыбным блюдам (см. № 83), но без добавления сметаны.

чания стерилизации надо приподнять крышки и в каждую банку влить по неполной ч. ложке (5 см³) 80%-й уксусной кислоты. После того как банки будут закатаны, их следует несколько раз перевернуть, чтобы уксус распределился равномерно. Вместо стерилизации можно применить пастеризацию: выдержать банки в воде 90° в течение 10 (поллитровые) или 20 (литровые) мин.

На 10 пол-литровых банок необходимо 3,5—4,5 кг огурцов (в зависимости от их размера), 250 г соли, 5 ч. ложек уксусной кислоты.



175. Соус томатный

Он готовится по рецепту № 79, но вместо рыбного бульона берется вода или овощной отвар. Сахар, перец, лимонная кислота или сухое белое вино не используются.

176. Соус с яйцом

1 ст. ложку муки слегка спассеровать на масле (1 ст. ложка), развести бульоном (1/2 стакана) и дать соусу прокипеть в течение 10—15 мин. Яичный желток развести в 1/4 стакана бульона или молока, влить в соус и размешать. Вместо желтка в соус можно добавить рубленое вареное яйцо.

177. Соус яично-масляный

В кастрюлю влить 2 ст. ложки холодной воды, вбить 2 яичных желтка, тщательно отделив их от белков, добавить соль и взбить венчиком. Поставить кастрюлю на огонь или водяную баню и, постепенно подкладывая по маленькому куску сливочного масла (150 г), непрерывно помешивать соус, не допуская не только кипения, но и сильного нагревания. Как только соус загустеет, добавить в него лимонный сок и снова тщательно размешать.

178. Соус сухарный

В разогретое сливочное масло всыпать мелко истолченные сухари и, поставив кастрюлю на огонь, дать сухарям зарумяниться; можно также сначала сухари поджарить на сковороде без масла, а затем смешать их с растопленным маслом.

На 2 ст. ложки сухарей 3—4 ст. ложки масла.

Чтобы соус был острее, в него добавляют по вкусу соль, перец и немного разведенной лимонной кислоты.

179. Заправка для салатов

Смешать 250 г растительного масла с таким же количеством 3%-го уксуса, 20 г сахара, 1 г перца и 10 г соли.



«КОЛЬ ШТИ С МЯСЦОМ, ТАК В ЛАДУ С ПУЗЦОМ»

БЛЮДА ИЗ МЯСА И СУБПРОДУКТОВ

«В отличие от рыбы мясо (и птица) занимало незначительное место в пище поморов: даже в мясоед только в состоятельных семьях ели мясо и то не везде — читаем в книге Т. А. Бернштам «Поморы». Сравнительно редкое употребление мяса в прилежащих к морю землях подтверждает и К. П. Гемп. В книге «Сказ о Беломорье» она пишет, что мясо — в основном баранину и дичь — поморы использовали только для приготовления «штей» с кислой капустой. Ограниченное употребление мяса характерно не только для поморов, но и жителей большинства уездов Архангельской губернии.

Дело в том, что на Руси телятину долгое время не ели, крестьяне считали преступлением резать теленка, чтобы полакомиться нежным мясом. Со временем это приняло характер религиозного запрета. (Только с конца XVIII века телятина стала украшением пиршественных столов знати). Корова же в крестьянских семьях была кормилицей, дававшей молоко, а следовательно, и масло, сметану, творог. Ее холили и всячески оберегали. Резали только выбракованных животных, да и много ли мяса от одной коровы на семью из десяти и более ртов? И потому мясные блюда не были ежедневными. К тому же употребление мяса ограничивалось и множеством постов.

Если говорить об особенностях северной мясной кухни, то ее отличает прежде всего употребление довольно

большого количества самой разнообразной дичи (заметьте, что и в целом в русской кухне ценились блюда из дичи, особенно из зайцев. Недаром старые повара называли «зайчиком» лучший кусок говяжьей вырезки). Здесь в пищу шли куропатки, рябчики, тетерева, дикие утки, зайцы, на севере губернии мясные блюда готовили чаще всего из оленины, повсеместно употребляли лосятину, а иногда и медвежатина шла в дело. Именно в тех местах, где больше водилось дичи, северяне жили сытнее. «Известия Архангельского общества изучения Русского Севера» в № 14 за 1910 год поместили статью «Поселки на реке Усе и ее притоках», где сообщалось о том, что перепись, проведенная на исходе XIX столетия — в 1897 году — была богата многими неожиданными открытиями. «Одним из таких открытий в Архангельской губернии было установление целого ряда поселков в бассейне р. Усы (приток Печоры), растянувшихся на 350 верст в этом северо-восточном углу Архангельской губернии, граничащем уже с Уралом. В течение многих лет в эти места, богатые рыбой, зверем и куропатками, приходили «промышлять» крестьяне из разных волостей Печорского уезда — из Мохченской и Ижемской, откуда гнала теснота, из Красноборской и Кедвагомской, откуда гнала бедность. Приходили, промышляли, временно поселялись здесь и опять уходили; некоторые из крестьян находили излишним возвращаться за сотни верст в свои селения, рубили себе из казенного леса избы и оставались на Усе с семьями на постоянное жительство... Таких поселенцев становилось все больше, из них образовалось несколько поселков: жители этих поселков больше 30 лет занимались охотой, рыбной ловлей, оленеводством и скотоводством, пользовались казенным лесом, никаких повинностей не несли и сборов не уплачивали... Чем же промышляют поселенцы? Привлечены были крестьяне на Усу и теперь, главным образом, существуют охотой на белых куропаток... Наряду с куропаточьим промыслом оленеводство и скотоводство обуславливают обеспеченность и благосостояние балбанских поселенцев».

«Присутствие дичи разных пород, по преимуществу рябчиков и куропаток, равно как и зайцев» в лесах Пинежского и Мезенского уездов надоумило предпринимателя В. А. Клечковского организовать в Пинеге бульонное варение — производить сухой бульонный концентрат. По его предположению, местным жителям организация

такого производства давала возможность в изобилии выращивать на пойменных лугах крупный рогатый скот и «благоприятно-выгодно» сдавать его бульонопроизводителю. Пропагандируя это новшество, газета «Архангельские губернские ведомости» в мае 1869 года писала: «В применении к Архангельской губернии употребление бульона обуславливается самим характером здешних местностей, а отсюда образом жизни и занятий народонаселения, которому по преимуществу приходится иметь дело с морем или же отправляться на заработки в отдаленные и малонаселенные местности. То и другое ставит население в такие условия, которые исключают возможность иметь для пищи продукты свежие и здорового качества... Тогда как описываемый нами бульон вполне устраняет собой эти недостатки, и при всем этом он не подвергается порче и вообще не испытывает дурных влияний при всякого рода передвижениях. Он может быть употребляем и в чистом виде, т. е. просто растворенным в горячей воде, причем на чайный стакан воды достаточно небольшого куска бульона, или же употребляется в соединении с супом и щами, которые от этого получают приятный вкус и увеличивают питательность. Опыты показали, что при продолжительных морских плаваниях употребление мясного бульона предотвращает развитие скорбута (цинги.— Л. Ч.) между рабочими, поддерживает их силы от изнурения, которым обыкновенно они страдают».

В 1867 году в Архангельске состоялась очередная сельскохозяйственная выставка, на которой были представлены и бульоны, произведенные Клечковским (мясные и рыбные, последние приготавливались преимущественно из трески). «Образцы эти привлекли внимание публики,— констатировала та же газета,— и вызвали справедливое одобрение комитета выставки». Но северяне по-прежнему не проявляли к ним интереса. И приходилось сбывать бульон в Петербурге и... Варшаве.

Думается, начинание Клечковского потерпело крах по той причине, что не учитывало консерватизма северян, их строгой приверженности русским традициям, одна из которых — употребление продуктов в их естественном виде (здесь долго не знали консервирования).

Во время забоя скота в деревнях непременно варили холодец, причем в дело шли не только голова и ноги животного, но и потроха. Кстати, обилие блюд из потрохов (теперь их чаще называют субпродуктами) — од-

на из особенностей русской кухни. Другая ее особенность — пресный вкус мясных блюд, приготовляемых, как правило, в отварном и пряженом виде. Причем отварное мясо ели не как отдельное блюдо, а в шах. Сначала (на первое) съедали их жидкую часть, а на второе в ту же общую миску выкладывали крошеное мясо с небольшим количеством жидкости и хлебали его ложками, заедая хлебом. Тушили обычно парное мясо сразу после забоя. Жареные блюда были блюдами пиршественными. И лишь со временем, с появлением наряду с русской печью плит, появилась возможность чаще готовить жареное мясо. Жаренье, конечно, улучшает вкус мяса, но в отварном и тушеном виде оно полезнее для здоровья.

Еще одно своеобразие традиционной русской кухни — приготовление полужидких вторых блюд из мяса и крупы (их называли кашками), а также из мяса и овощей. Пример последнего — ушное, состоящее из баранины, репы, моркови, лука и муки. Готовили эти блюда в горшках и горшочках. Традиция готовить полужидкое второе возникла в крестьянских семьях, а затем перешла и в городскую кухню.

Кстати, о горшках и горшочках. Знакомясь с рецептурой этого раздела, обратите внимание на то, что во многих рецептах указывается, в какой посуде следует готовить блюдо. Подтверждая опыт наших предков, современная практика показывает, что приготовленные в любой другой посуде суточные щи или ушное уже не имеют столь приятного вкуса, как приготовленные в посуде из глины. Хотя бы один горшок на 4—5 порций надо иметь в доме. Желательны и порционные горшочки.

Читая этот раздел, вы увидите, что, в отличие от предыдущих, он содержит очень небольшой перечень холодных блюд. Потому что в повседневности их практически не было, готовили эти блюда лишь по праздникам и подавали одно-два, не более.

Может быть, у кого-то рекомендации по приготовлению заливного языка или печеночного паштета вызовут скептическую улыбку, но — из песни слов не выбросишь, городская северная кухня знала такие рецепты, готовили эти блюда и в некоторых зажиточных сельских семьях. Разумеется, они были праздничными.

Возможно, кто-то решит, что блюда из рябчика или зайца сегодня тоже «утопия». К сожалению, дичь (кро-

ме белых куропаток, лосятины и оленины) действительно исчезла с прилавков магазинов. Но в области сотни охотников, и все они хоть раз в охотничий сезон возвращаются домой с трофеями. Следует заметить, что мясо диких животных очень полезно, ведь они питаются естественными кормами и инстинктивно выбирают наиболее ценные из них. К тому же подвижный образ жизни не дает этим животным ожиреть. Мясо их, благодаря питательности, содержанию многих полезных веществ, взятых из трав и ягод, и низкой жирности, относится к диетическим продуктам питания. Любителям острой и жирной пищи мясо зайца или лося в его естественном виде не понравится, но если приготовить это мясо, нашинковав его салом и предварительно выдержав в маринаде, оно приобретет необыкновенный вкус.

Рецептов вторых мясных блюд в книге довольно много, и читатели могут удивиться: как же так, говорим о том, что мясо занимало незначительное место в рационе северян, а блюд из него — четыре десятка (и это еще не все). Дело в том, что в разных уголках обширной губернии даже одно и то же блюдо готовили по-разному, например, в городе мясо мариновали в квасе, а затем жарили, а в сельской местности — тушили в квасе, где-то тушили печень с картофелем, где-то — с грибами, зачастую добавки к мясу носили сезонный характер. Собранные вместе, эти рецепты и производят впечатление обилия мясного стола. Кроме того, здесь приведены рецепты блюд из разного мяса — говядины, баранины, дичи, домашней птицы, а также из субпродуктов. Блюда из свинины отсутствуют не случайно: она не характерна для исконно северной кухни, как не характерны для нее и блюда из рубленного мяса, потому здесь вы найдете всего три рецепта этих блюд, все они сравнительно позднего происхождения. Вообще следует заметить, что в начале в русской кухне появились не рубленные, а натуральные котлеты (французское слово «котлет» означает ребрышко), и котлетой было изделие из корейки в виде ломтика мяса с косточкой. В дальнейшем мясо стали мелко рубить (позднее — промалывать), добавлять воду, перец, соль и из этой массы делать имитацию прежней котлеты, вставляя в нее ребрышко. Позднее кому-то из поваров пришла мысль обойтись без ребрышка, и появились натуральные мясные рубленные изделия. Мясорубок не было, и в быту для измельчения мяса пользовались ножом и сечкой. Про-

цесс этот трудоемок, и потому хозяйки, за неимением времени, редко жарили котлеты или готовили биточки (а крестьянки и вовсе не знали их рецептов). И сегодня в северных деревнях эти мясные блюда далеко не каждодневны.

Блюда из домашней птицы, традиционные для русской кухни в целом, на Севере были редкими гостями да и то в основном на столе горожан. Кур в северных деревнях держали в небольшом количестве, причиной тому была стесненность зимних жилищ, где большие крестьянские семьи проводили большую часть года (а утепленных курятников в ту пору не строили). Домашние гуси были в северных деревнях крайней редкостью, но в городской кухне блюда из них готовили, чаще всего — по праздникам. Например, в Новый год в семьях состоятельных горожан традиционно подавали гуся, фаршированного яблоками, горожане среднего достатка готовили новогоднего гуся с картофелем. В настоящее время птица занимает в рационе северян значительно большее место, причем наряду с жареными цыплятами северянки научились готовить и чахохбили из кур. Ну а для тех, кто не умеет его готовить, но хотел бы научиться, рецепт приводится в подверстке, в рубрике «Гости с юга». Там же вы найдете рецепты украинского борща и плова с цыпленком, из материалов рубрики «Хозяйке на заметку» узнаете о некоторых особенностях тепловой обработки различных видов мяса.

В этом разделе мы решили познакомить вас с кухней наших соседей — скандинавов. Ведь их кухня тоже северная. Она похожа на нашу прежде всего обилием рыбных блюд. И некоторые из них мы заимствовали. Именно от скандинавов пришел к нам клипфиск — крепко соленая, разделанная и высушенная треска. Норвежцы сушили ее на скалах. У нас производство клипфиска освоила рыбная промышленность.

Наряду с рыбными блюдами и блюдами из круп (последние особенно популярны у датчан и норвежцев) заметное место в рационе народов Скандинавских стран занимает и мясо. Как и на Русском Севере, основной способ его тепловой обработки здесь — варка и тушение, но есть и жареные блюда. Наиболее распространенными мясными блюдами являются биточки и тефтели из говядины, рагу из баранины, жаркое из разных видов мяса. В Норвегии очень популярно мясо по-флотски. Это нарезанная ломтиками говядина, прослоенная луком

и картофелем и запеченная в духовом шкафу. (Рецепт этого блюда вы найдете под рубрикой «Кухня наших соседей»). Из мясных блюд финской национальной кухни следует прежде всего упомянуть оленину, которая употребляется как в свежем, так и в копченом виде.

Различие в наших кухнях состоит в том, что горячее скандинавы едят один раз в день — во время обеда, как правило, позднего. Основу ежедневного рациона составляют бутерброды и холодные закуски. Популярны в Скандинавии «многоэтажные» сэндвичи. В их состав тоже нередко входят холодное мясо, паштет и даже студень. Эти многослойные сэндвичи едят, снимая слой за слоем. Во многих городах Дании, кухня которой включает около 700 видов бутербродов, есть специализированные магазины по их продаже. Один из известнейших ресторанов Копенгагена «Оскар Давидсен» специализируется только на бутербродах и даже получает на них заказы из-за границы.

Знакомство с кухней наших соседей можно было бы расширить, однако это, на наш взгляд, тема особого разговора. К тому же «хорошо перенимать чужое хорошее», но прежде всего «своего оставлять не должно».

ХОЛОДНЫЕ БЛЮДА

180. Студень говяжий

Обработанные кости и субпродукты рубят на куски, промывают, заливают холодной водой (на 1 кг продуктов 2 л воды) и варят на слабом огне в течение 6—7 ч, периодически снимая жир). Можно через 4 ч добавить немного нежирного мяса. Затем мякоть отделяют и мелко рубят или пропускают через мясорубку с крупной решеткой. Мясную массу соединяют с бульоном, солят, кипятят 20—25 мин, после чего в бульон добавляют растертый чеснок и перец горошком, охлаждают и разливают в противни или тарелки, на дно которых предварительно укладывают звездочки из вареной моркови, веточки зелени. При подаче на стол холодец режут на кусочки. Выкладывая в тарелки, кусочки переворачивают.

На 300 г костей и субпродуктов 5 г моркови, 1 г чеснока, 1 лавровый лист, перец и соль по вкусу.

181. Студень из свиных ножек

Ножки, натерев мукой, опалить, ошпарить, быстро остудить (под холодной струей) и добела очистить. Затем разрубить на несколько частей, промыть, сложить в кастрюлю, залить холодной водой выше уровня ножек на 4—5 см, прибавить лук, лавровый лист, немного перца и варить на слабом огне 3—4 ч. По окончании варки снять с поверхности жир, бульон процедить, мякоть отделить от костей и порубить. Кости положить обратно в бульон и варить еще 2—3 ч. Затем бульон еще раз процедить, смешать с мясом, вновь довести до кипения, посолить по вкусу, добавить заранее замоченный желатин (5—7 г на 1 л бульона), так же, как говяжий студень, разлить в формы и охладить. К студню подают горчицу, хрен с уксусом или сухой тертый хрен.

182. Язык заливной

Промытые языки положить в кастрюлю, залить горячей водой, добавить соль, коренья, лук, морковь. Варить 2—3 ч при слабом кипении, затем вынуть, погрузить в холодную воду на 5—10 мин и, пока они не остыли, очистить от кожи.

Холодный отварной язык нарезать тонкими кусками, положить на блюдо, украсить ломтиками сваренного вкрутую яйца, свежего или соленого огурца, зеленью петрушки, кружочками моркови и закрепить украшения,

ХОЗЯЙКЕ НА ЗАМЕТКУ

Подготовка мясных продуктов для варки и жарения

Мороженое мясо следует обмыть, положить в эмалированное блюдо или кастрюлю и оставить на 2—3 ч на кухне, чтобы оно постепенно оттаяло. Нельзя размораживать мясо в воде или класть его в теплое место, так как от этого качество мяса сильно ухудшается. Сок, выделившийся при оттаивании, можно использо-

вать при приготовлении мясных блюд, например, при жарении мяса. Оттаявшее мясо следует очистить от пленки и сухожилий.

Мозги вымачивают в холодной воде, подкисленной уксусом. Через 1—2 часа, не вынимая мозги из воды, удаляют пленку и крупные кровеносные сосуды.

Почки телячьи и бараньи зачищают от излишков жира.

полив их небольшим количеством полузастывшего желе (в 2 приема). Залить язык охлажденным желе. (Готовят его, как для заливной рыбы, но на мясном бульоне).

Подают это блюдо с хреном, смешанным со сметаной. Можно гарнировать овощами.

183. Паштет из печени

Печень (говяжью, свиную, куриную) обмыть, очистить от пленок, нарезать небольшими кусочками (куриную — целиком) и обжарить со шпиком, луком и морковью. Очень важно не пережарить печень, иначе паштет будет сухим. Полученную массу пропустить через мясорубку 2—3 раза. Протертую печень положить в эмалированную посуду, добавить соль, перец, натертый мускатный орех (можно без него) и взбить деревянной лопаточкой, постепенно добавляя сливочное масло. Подготовленный паштет можно сформовать в виде батона. Охлажденный паштет используют для бутербродов или в качестве закуски, порезав батон на кусочки и посыпав сверху рублеными яйцами, сваренными вкрутую.

На 250 г печени по 50 г шпика и сливочного масла, по 1 шт. среднего размера моркови и репчатого лука.

184. Рябчики, куропатки, тетерева жареные

Тушки птицы ошипывают, опаливают, промывают, солят, кладут на сковороду с разогретым жиром и жа-

С говяжьих почек жир удаляют вместе с пленкой. Говяжьи почки разрезают вдоль посплам и вымачивают в холодной воде 2—3 часа для удаления неприятного запаха.

С печени легко снять пленку, если предварительно опустить ее на минуту в горячую воду.

Старое, жесткое мясо станет мягче, если его перед приготовлением нарезать на порции и замочить на не-

сколько часов в молоке или натереть сухой горчицей, поставить в холодильник, а затем промыть холодной водой.

Чтобы улучшить вкус старого мяса, его перед жарением можно выдержать в квасе, пиве или маринаде (см. № 207 и 229).

Перед жарением порционные куски мяса, нарезанного поперек волокон, следует отбить специальным молотком и надрезать сухожилия, иначе

рят, переворачивая. Когда тушки обжарятся со всех сторон, их помещают в жарочный шкаф и, периодически поливая маслом, доводят до готовности. Жареные тушки разрубают пополам или на четыре части, укладывают на блюдо и гарнируют моченой брусникой.

На 1/4 тетерева или 1/2 рябчика, куропатки 3 г жира и 1/2 стакана моченой брусники.

По этому рецепту можно приготовить и домашнюю птицу: куру, утку, гуся, индейку.

185. Заяц холодный

Тушку (спинку и заднюю часть) шпигуют салом, морковью, натирают солью и жарят целиком или кусками. Когда тушка подрумянится, ее кладут в гусятницу или сотейник с распущенным свиным салом или топленным маслом и жарят, поливая жиром и соком. Когда заяц прожарится, в гусятницу наливают немного бульона, кладут коренья, лук и тушат до мягкости.

Холодные куски мяса укладывают на блюдо и гарнируют моченой брусникой или маринованными яблоками.

Заяц 150 г, шпик 10 г, 1/3 шт. моркови, 1 ст. ложка жира, 1/4 некрупной луковицы, 150 г гарнира.

куски мяса деформируются при жарении.

Для варки бульона домашнюю птицу опускают только в холодную воду, но для приготовления отварной птицы в качестве второго блюда ее можно закладывать в горячую воду. В этом случае отвар будет хуже, зато мясо птицы — сочнее и вкуснее.



СУПЫ

Бульоны

Чтобы приготовить вкусный суп на мясном бульоне, надо уметь правильно приготовить бульон. Мясной бульон можно подать и как самостоятельное блюдо, налив его в «бульонку» или обычную крупную чашку. Можно подать к бульону гренки или пирожки с мясом, а бульон посыпать мелко нарубленной зеленью.

186. Бульон мясной

Мясо обмыть под струей холодной воды, положить в кастрюлю, залить холодной водой, накрыть кастрюлю крышкой и поставить на сильный огонь, чтобы вода быстрее закипела. Снять шумовкой пену и жиры, опустить в кастрюлю морковь, лук, корень петрушки и сельдерея и варить на слабом огне до готовности (говядину — 2,5 ч, курицу — от 40 мин до 1,5 ч). Из готового бульона вынимают мясо, жидкость процеживают и вновь доводят до кипения.

500—600 г говядины или курца весом 1,5 кг, 2,5 л воды, по 1 корню моркови и петрушки, 1 луковица, 1/2 корня сельдерея, соль по вкусу.

187. Бульон из костей

Бульон из костей варят в том случае, когда из мякоти хотят приготовить второе блюдо (котлеты, гуляш и пр.). Чтобы кости лучше и быстрее выварились, их **нужно** **ХОЗЯЙКЕ НА ЗАМЕТКУ**

Кое-что о бульонах

Бульон из свиных, бараньих или телячьих костей будет вкуснее, если перед тем как его варить, кости измельчить и обжарить в жарочном шкафу на противне (без жира) до легкого подрумянивания.

Бульон из костей при варке не солят, иначе он быстро испортится. Солят приготовленный из него суп.

Бульон из баранины хорош

для картофельного и рисового супов.

Мясо и кости для варки супов закладывают только в холодную воду. Желательно, чтоб суп быстро закипел, поэтому его ставят сначала на сильный огонь. Пену надо своевременно удалять и доваривать суп при слабом нагреве.

При варке бульона на 1 порцию наливают 3 стакана холодной воды. Около 1 стакана

но разрубить помельче. Промытые и разрубленные кости положить в кастрюлю, залить холодной водой (2,5 л на 500 г костей) и поставить варить. Бульон варят при слабом кипении, периодически снимая пену и жиры. Время варки бульона — 2,5 ч. Чтобы придать бульону лучший вкус, следует за час до окончания варки положить в него пассерованные без жира лук и морковь (по 1 шт.) и сразу посолить. Готовый бульон надо процедить.

188. Щи из квашеной капусты

Они готовятся по рецепту № 135, но тушат капусту с добавлением бульона и готовую смесь капусты с кореньями опускают в готовый бульон. Щам, сваренным на мясном бульоне, надо обязательно выстояться перед подачей на стол, «вызреть» в течение 20—30 мин, в этом случае они будут особенно ароматны.

К шам можно подать гречневую кашу (вместо хлеба). Мясо крошат в тарелки при подаче на стол. Заправляют сметаной или белым соусом (№ 243).

189. Щи из квашеной капусты с картофелем

Если щи из квашеной капусты готовят с картофелем, то его опускают в кипящий бульон раньше, чем капусту, варят до полуготовности и только после этого добавляют тушеную капусту. Щи с картофелем не заправляют белым соусом. Подают со сметаной, зеленью.

жидкости при варке испаряется, но доливать воду в суп в процессе варки не следует, это ухудшает вкус бульона.

Сохранять бульон даже в холодильнике можно только процеженным в чистой стеклянной банке или в эмалированной посуде.

Если вы пересолили бульон (или суп) беду можно поправить. стакан хорошей муки или тщательно перебранного риса положите в чистую мар-

лю и прокипятите в пересоленном бульоне.

Чтобы бульон сохранил прозрачность, при разогревании его следует поставить на слабый огонь и снять сразу, как только жидкость начнет закипать. При разогревании крышка кастрюли должна быть закрыта не слишком плотно, для свободного выхода пара, что также предохраняет бульон от помутнения.

190. Щи суточные

Эти щи готовят только в горшке или в маленьких (порционных) горшочках. Они получаются особенно вкусными на жирном бульоне (его можно приготовить с копченостями). Другая особенность приготовления суточных щей — длительное тушение квашеной капусты. Раньше ее томили в русской печи в течение 2—3 ч. При такой длительной тепловой обработке она становится совершенно мягкой и приобретает сладковатый привкус.

Квашеную капусту мелко рубят, добавляют жир (можно добавить копченые кости, порубленные рульки или говяжью грудинку) и тушат 2—3 ч. Отдельно пассеруют с жиром морковь, репу и лук. Готовые овощи и протушившуюся капусту опускают в кипящий мясной бульон, закладывают куски мяса, добавляют рубленый чеснок, доводят до кипения. Делают из пресного или слоеного теста лепешку и покрывают ею сверху горшок, плотно примазывая тесто к его краям. Сверху лепешку смазывают яйцом и запекают в духовке. Отдельно к щам подают гречневую кашу.

Приготовляя суточные щи, можно использовать муку (при пассеровании овощей) и томат-пасту, ее добавляют в капусту за 1 ч до готовности.

Копчености 100 г, грудинка говяжья 100 г, капуста квашеная 125 г, морковь 1 шт., пол-луковицы, томат-пюре 1 ч. ложка, мука 1 ч. ложка, жир 1 ч. ложка, соль, специи по вкусу.

Бульон используют не только в чистом виде или для приготовления супов, но и для хранения мяса, предназначенного для подачи в отварном виде. Мясо вынимают из кастрюли, перекладывают в керамическую или эмалированную посуду, заливают небольшим количеством бульона и хранят в холодильнике. Если мясо хранить сухим, оно станет жестким.



191. Щи сборные (петровские)

Эти щи были любимым блюдом Петра I, отсюда и их второе название.

Варят бульон из говядины, курицы и копченостей. (В настоящее время в набор мясных продуктов включают еще колбасу и сосиски). В глиняный горшочек кладут сварившийся мясной набор, заливают обычно приготовленными щаами и в духовке доводят до кипения. Подают щи с зеленью, сметаной и ватрушками с творогом.

Мясной набор 150 г, капуста квашеная 20 г, морковь 20 г, петрушка 5 г, лук репчатый 20 г, томат-пюре 10 г, мука для пассерования 5 г, масло растительное 10 г, бульон 400 г.

192. Щи боярские

Капусту протушить, коренья и лук спассеровать. Приготовить грибной бульон или бульон из мяса и грибов. Далее варить щи как обычные. В глиняный горшок положить куски вареного мяса, вареные грибы (если суп готовится на грибном отваре, мясо обжаривается), залить щаами и довести до кипения. При подаче добавить рубленый чеснок.

Грибы сушеные 8 г, мясо 100 г, остальные продукты по рецепту № 135, чеснок — по вкусу.

193. Щи зеленые

Их готовят по рецепту № 139 на мясном бульоне.

СОВЕТУЕМ ПРИГОТОВИТЬ

Мясные салаты

Мясные салаты, в отличие от холодных закусок из рыбы, грибов, редьки и квашеной капусты, — изобретение недавнее. Они не характерны для северной кухни. Но поскольку выбор холодных мясных блюд невелик, они вполне могут внести разнообразие в закусочный стол.

Русский салат. Мелко нарезать зеленый лук, потолочь

его с зеленью, перемешать с нарезанным кубиками соевым огурцом и, немного посолив, дать смеси выстояться в течение 10—15 мин. Затем добавить рубленое яйцо, порезанное кубиками вареное мясо и майонез. Все перемешать, положить в салатник, посыпать зеленью и луком. (Мясо вареное 25 г, огурцы 90 г, лук зеленый 25 г, 1/2 ст. ложки рубленой зелени, 1/2 яйца, 50 г майонеза).

194. Суп из репы

Очищенную и промытую репу нарезают кусочками, заливают водой, варят, а затем горячей протирают. Всыпают поджаренную пшеничную муку, хорошо размешивают, доводят до кипения, разводят кашницу мясным бульоном и дают еще раз прокипеть.

На 4—5 шт. репы 3 полных ч. ложки пшеничной муки, 1 ч. ложка масла, 500 г мясного бульона.

195. Прозрачный суп

Это не что иное, как крепкий процеженный мясной бульон, который подается в чистом виде или с наполнителем. Наполнителем могут служить отварные овощи, яйцо, нарезанный кубиками омлет, припущенный рис, отварная лапша, фрикадельки, различные мясные продукты. Наполнителя должно быть немного. Его кладут на дно глубокой тарелки, затем в нее осторожно вливают бульон. Влитый таким образом, он и в тарелке остается прозрачным.

196. Калья

Так раньше назывался суп, именуемый сегодня рассольником. Рецептов рассольников много, их готовят с потрохами, с крупой, с картофелем, грибами и т. д. Мы же решили дать рецепт рассольника той поры, когда он назывался калъей.

Мясо (говядину или куру) варят до готовности. Затем опускают в бульон пассерованный лук, петрушку и

Салат «Осень». Отварное мясо (говядину) нарезать ломтиками, добавить так же нарезанные соленые грибы, соленые огурцы, лук, отварной картофель, заправить солью, майонезом и перцем. Салат горкой выложить в салатник, украсить дольками отварного мяса и вареного яйца, зеленью. Сверху полить майонезом. (Мясо отварное 60 г, грибы и огурцы соленые по 30 г, картофель 20 г, лук 10 г,

майонез 2 ст. ложки, яйцо 1 шт., зелень, соль, перец).

Салат «Пикантный». Мясо обжарить и остудить, смешать с нарезанными соломкой солеными огурцами, заправить смесью майонеза с соусом «Кетчуп», поперчить и добавить щепотку сахарного песка. Все перемешать, сложить в салатник горкой и украсить вареными яйцами.

сельдерей и доводят его до кипения. Соленые огурцы очищают от кожицы и крупных семян, муку пассеруют до бежевого цвета, все это опускают в бульон (при этом хорошо добавить в него несколько кусочков ветчины) и варят. В конце варки в бульон добавляют специи, кусочки вареного мяса и заправляют по вкусу огуречным рассолом. При подаче на стол в тарелки добавляют сметану.

Мясо 100 г, 2 соленых огурца, по 1 стеблю петрушки и сельдерея, 1 луковца, 2 ст. ложки масла, специи и рассол по вкусу.

197. Солянка мясная

Шинкуют лук, пассеруют его с жиром, добавляют томат и продолжают пассеровать. В кипящий мясной бульон кладут пассерованный с томатом лук, соленые очищенные и нарезанные огурцы и кипятят.

В глиняный горшок кладут вареные мясные продукты: мясо, почки, ветчину, сосиски. Мясо может быть разных сортов: говядина, телятина, мякоть кури. Перед тем как положить мясо в горшок, его можно обжарить. К мясным продуктам добавляют каперсы и маслины, заливают жидкой частью солянки и кипятят 5—10 мин. Подают со сметаной и зеленью.

Лук репчатый 50 г, огурцы соленые 30 г, томат-пюре 3 ч. ложки, каперсы и маслины по 10 г, масло 1/2 ст. ложки.

Кости мясные для бульона 150 г, телятина 30 г, говядина 40 г, ветчина 20 г, почки 50 г, сосиски 1 шт. Сметана 1 ст. ложка, зелень 1 ч. ложка.

ИЗ СТАРИННЫХ РЕЦЕПТОВ

Сальник

Печень поджаривают с мелко рубленным луком и морковью, добавляют рассыпчатую гречневую кашу, пассерованный лук, рубленые вареные яйца, немного сала, сырые яйца. Массу кладут на пласт нутряного сала, изделию придают овально-округлую форму, обжаривают и запекают в русской печи или в жарочном шкафу. (Крупа

гречневая 2/3 стакана, печень говяжья 50 г, лук репчатый 1 шт., морковь 1 шт., сало 10 г, яйцо 1/4 шт., сало шпик 100 г, соль).



198. Суп гороховый

Из мясных и копченых костей сварить бульон. Горох предварительно замочить на 3—4 ч в холодной воде, периодически сменяя ее, чтобы горох не закис. Затем в горох надо положить надрезанную вдоль на 2—4 части морковь и варить до пюреобразной консистенции. Лук мелко нарезать и пожарить с жиром до слегка золотистого цвета. Подготовленный горох соединить с горячим процеженным бульоном (морковь удалить), дать закипеть, затем добавить лук, специи и варить 15—20 мин, затем по вкусу посолить.

Суп можно готовить с ветчиной, копченой свиной грудинкой, корейкой. Его можно приготовить на грибном бульоне или на воде.

Кости для бульона: мясные 100 г, копченые 50 г, горох 1/2 стакана, морковь 1 шт., лук 1/2 шт., масло 1 ч. ложка, соль.

199. Окрошка мясная

Охлажденное вареное мясо и очищенные от кожицы свежие огурцы нарезать мелкими кубиками. Зеленый лук тонко нашинковать и растереть с солью до появления сока. Мелко нарубить сваренные вкрутую яйца. Подготовленные продукты развести квасом, добавить сметану и заправить по вкусу солью, сахаром, горчицей. При подаче на стол окрошку посыпать укропом.

На 80 г говядины 1 ст. ложка зеленого лука, 1 огурец, 1/2 шт. яйца, 1/2 ч. ложки сахара, 1/2 стакана хлебного кваса, соль и горчица по вкусу, сметана 1 ст. ложка, укроп 1/2 ч. ложки.

ХОЗЯЙКЕ НА ЗАМЕТКУ

Тепловая обработка мяса

Варка. Говядину, баранину, свинину и кроликов для приготовления вторых блюд варят в небольшом количестве воды (1—1,5 л на 1 кг). Мясо стваривают с репчатым луком, морковью, корнем петрушки и сельдерея (15 г овощей на 1 кг мяса). Соль кладут в конце варки. Продолжительность варки различна, она зависит от вида животных, возраста,

упитанности и величины отвариваемого куска. Особенно долго варится старое мясо большим куском.

Тушение. При тушении используется мясо, нарезанное крупными кусками. Предварительно его обжаривают до образования корочки и после этого припускают (тушат) в небольшом количестве жидкости в закрытой посуде с добавлением пряностей и при-

ГОРЯЧИЕ БЛЮДА

200. Мясо по-домашнему

Это мясо готовили в крестьянских семьях, когда шел забой скота. Приготовленное таким способом мясо можно хранить длительное время, подавать к столу по мере необходимости как в холодном, так и в горячем виде. Раньше мясо готовили в русских печах. Сельские жители и сегодня имеют такую возможность. Горожане могут приготовить мясо по-домашнему в духовках газовых или электроплит. Под горшок, на который будет уложено мясо, надо поставить глубокий поддон, чтобы стекающий с мяса сок не портил плиту.

Приведенный здесь рецепт записан в Устьянском районе Архангельской области.

Итак, берут мякоть говядины хорошей упитанности (с жиром) и четверо суток выдерживают в рассоле. Затем мясо укладывают на горшок с водой, а точнее — на плотные неширокие полоски бересты или щепки, которыми закрыт горшок (расстояние между полосками 1—1,5 см). Количество воды в горшке зависит от количества мяса, которое при тушении будет давать сок, и если воды будет много, сок получится жидким, невкусным. Если добавить в воду репчатый лук и перец горошком, то получится вкусная, ароматная подливка к мясу. Лучше налить в горшок горячую воду, она быстрее закипит, пар будет поддерживать влажность мяса. Если вода долго не закипает, мясо надо периодически

прав, а иногда и готового соуса.

Мелкие куски мяса и порционные, посыпанные солью и перцем, обжаривают на противне или сковороде до образования корочки, а затем тушат в течение 40—50 мин, так же, как и крупные куски.

Вкус и аромат мяса и соуса дополняют приправы, ароматические овощи и пряности. Ароматические овощи (лук, морковь, сельдерей и пет-

рушку) кладут из расчета 100 г овощей на 1 кг мяса. Приправы и пряности к мясу при тушении добавляют в следующих количествах: перец, лавровый лист — 0,5 г, зелень петрушки — 5 г, укроп — 3 г на 1 кг мяса. Этот набор может быть дополнен корицей, гвоздикой, мускатным орехом, которые кладут по 0,5 г.

Чтобы придать мясу остроту, можно добавить сухое виноградное или красное ви-

поливать бульоном или небольшим количеством воды. Готовят мясо в течение двух часов, затем остужают. Если вы будете подавать его горячим, то положите в широкую сковороду, рядом уложите гарнир — картофель, репу или брюкву, полейте подливкой из горшка и выдержите в духовке до готовности овощей и образования зажаристой корочки на мясе. Но особенно вкусно это мясо (горячее) с пирожками, начиненными репой и морковью.

На 1 кг мяса 1 л воды, 4 луковицы, перец горошком. Для рас-сола: 4 л воды и 4 стакана крупной соли.

201. Ушное

Это полужидкое блюдо, по приготовлению похожее на рагу. Готовили его чаще из баранины, но можно приготовить из говядины, зайчатины или мяса кролика.

Мясо нарезают кусочками, посыпают солью, перцем и обжаривают. Затем его кладут в горшочек, сверху — овощи, нарезанные дольками: репу, морковь, лук, брюкву. Добавляют соль, закрывают крышкой и тушат до мягкости. В конце тушения добавляют чеснок. Часть бульона, полученного при тушении, сливают, разводят им поджаренную муку и соус вливают в горшочек. Если блюдо готовят с картофелем, то соус можно не вводить.

Мясо 150 г, жир 1 ч. ложка, 1 луковица, морковь 1 шт., репа и брюква по 1 шт., мука 1 ч. ложка, чеснок 1 зубчик.

202. Мясо отварное под хреном

Мясо заливают кипятком, добавляют лук целиком, соль, перец и варят в небольшом количестве воды до

но, квас, уксус, а также маринованные ягоды и плоды вместе с соком (100—150 г на 1 кг мяса).

Жаренье. Основной способ — жаренье продукта в малом количестве жира на открытой поверхности. Расход жира от 3 до 8 процентов к весу обжариваемого продукта (в среднем на 1 кг мяса 50 г жира). Лучшая посуда — с толстым дном: чугунные сковороды и жаровни.

На тонких железных сковородах не создается условий для нормальной прожарки, так как продукт быстро пригорает. Этим способом жарят небольшие кусочки мяса, которые кладут на разогретый жир. Мясо периодически переворачивают.

Можно жарить мясо во фритюре (в избытке жира), разогретом до температуры 160—180°. Количество жира должно быть в 4—5 раз боль-

мягкости. Сваренное мясо нарезают кусочками, отдельно готовят молочный соус. Обливают им мелкие кусочки мяса, сложенные в ладку или высокую чугунную сковороду, и слегка уваривают соус вместе с мясом, затем кладут слегенатертый хрен, перемешивают. Подают горячим.

На 0,5 кг мяса 1,5 стакана воды, 1 луковица, 2—3 ст. ложки хрена, соль, перец. Для соуса: 1 ст. ложка муки, 1 стакан молока, 1/2 ч. ложки сахара.

203. Мясо с укропом

Мясо нарезать крупными кусками, опустить в кипящую воду, добавить лук, укроп (стебли). Варить в небольшом количестве воды до мягкости. Сваренное мясо нарезать мелкими кусочками. Отдельно растопить масло, подмешать в него муку, подлить бульон и проварить соус. Залить им мясо, добавить нарезанную зелень укропа и довести до кипения. Подлить в мясо уксус, перемешать, растворить в сливках (или натуральном коровьем молоке) сахар и добавить к мясу, перемешать, а затем прогреть осторожно, чтобы не свернулись сливки (не дать закипеть). Подать с отварными овощами.

На 0,5 кг говядины 0,75 л воды, 1/2 ст. ложки соли, 5—6 горошин душистого перца, 1 луковица, 1 ст. ложка муки, 1/4 стакана мелконарезанного укропа и несколько стеблей укропа, 1,5 ч. ложки 3%-го уксуса, 1,5 ст. ложки сливок, 1/2 ст. ложки сахара.

204. Баранина, тушенная с капустой и кашей

Перловую крупу тщательно промыть горячей водой и распарить до полуготовности. Кислую капусту про-

ше веса продукта. Жаренье продолжается 5—7 мин, пока не образуется корочка. Мясо при жаренье во фритюре не доходит до готовности и его дожаривают в жарочном шкафу.

Внутри жарочного шкафа жарят главным образом крупные куски говядины, тушки поросят, кроликов, домашней птицы и дичи. Мясные продукты предварительно натирают солью, перцем, уклады-

вают с промежутками на противень или в сотейник с жиром и ставят в жарочный шкаф (духовку) с температурой 250—270°. Во время жаренья мясо периодически поливают жиром, в котором оно жарится или разведенным сухим вином. Жирную свинину, жирных гусей и уток поливают водой. Кроме того, мясо нужно переворачивать для равномерного образования корочки. Обжаренные

мыть и нарезать. В ладку или горшок уложить слоями капусту, мясо, нарезанное брусочками, крупу, пряности, соль, сахар, а сверху — снова капусту. Верхний слой капусты смазать жиром, влить немного воды и поставить в духовку тушиться. Перед подачей посыпать зеленью.

300 г мяса, 0,5 л воды, 1/2 ст. ложки соли, сахар по вкусу, 1/4 стакана перловой крупы, 1 стакан квашеной капусты, 2 ст. ложки сливочного масла, зелень.

205. Баранина, тушенная с картофелем

Мясо нарезать некрупными кусочками, картофель — четвертинками, лук — кружочками. Положить в горшок или глубокую ладку слоями картофель, мясо, лук, снова картофель. Опустить несколько горошин перца. Залить водой так, чтобы она чуть прикрывала картофель. Посолить. Поверхность картофеля сквозь тонкий слой воды густо смазать маслом (загерметизировать) и тушить блюдо до готовности. Подать с квашеной капустой и моченой брусникой.

150 г баранины, 250 г воды, 3 шт. картофеля, пол-луковицы, 1/2 ч. ложки соли, 2 ст. ложки масла, перец.

206. Говядина, маринованная в квасе

Мякоть мяса нарезать небольшими кусочками (по 100—150 г), положить в эмалированную кастрюлю, посолить, поперчить, добавить сок лимона или уксус, мелко нарезанный репчатый лук и залить квасом. В этом маринаде выдержать мясо около суток. Маринованное мясо положить в горшок или ладку, залить бульоном,

мясные продукты доводят до готовности при температуре 170°.

Степень прожаривания мяса определяется проколом поварской иглой или узким острым ножом. Прокалывают мясо в утолщенной части куска. Если мясо изжарилось, игла или нож входят в него легко и плавно, а вытекающий сок прозрачен или имеет светло-желтый цвет.



сваренным из костей, и тушить до готовности. Подать с гречневой кашей.

Говядина 250 г. Маринад: 1 луковица, 1/2 ч. ложки лимонного сока или 3%-го уксуса, кваса столько, чтобы покрыть мясо.

207. Говядина, тушенная в квасе

Нарезать мясо порционными кусками, нашинковать. Слегка обжарить в масле морковь и лук, положить мясо в ту же сковороду, посыпать солью, перцем и обжарить все вместе. В конце жаренья добавить томат. Переложить мясо в глиняный горшок, добавить квас, молотые сухари, специи и тушить до готовности. Подать с отварным картофелем.

Говядина 150 г, масло 1 ст. ложка, пол-луковицы, 1/2 шт. моркови, квас 150 г, сухари 1 ст. ложка (с верхом), специи.

208. Мясо, тушенное с грибами

Говядину нарезать кусочками, обжарить с луком, положить в горшок, добавить сушеные отварные и нашинкованные грибы, картофель целыми мелкими клубнями или нарезанный на 4 части, жир, залить грибным бульоном и тушить. В конце тушения добавить сметану.

Говядина 150 г, масло топленое 1 ч. ложка, грибы сухие 20 г, картофель 3—4 шт., сметана 1 ст. ложка, 1 луковица.

Грибы можно заменить грибным соусом (174). Им поливают уложенные в горшок мясо и картофель. Подают блюду, заправив чесноком и зеленью.

На 200 г мяса 2—3 шт. картофеля, 1 луковица, 1/2 стакана грибного соуса, чеснок по вкусу.

КУХНЯ НАШИХ СОСЕДЕЙ

Съеамансбиф — мясо по-флотски (Норвегия)

Мясо отбить с обеих сторон деревянным молотком или тяткой, намазать горчицей и обжарить на маргарине. В кастрюле распустить шпик, добавить начищенный и нарезанный ломтиками картофель, нарезанный крупными ломтиками лук. Сверху уложить ломти обжаренного мяса. Каждый слой слегка посолить

и посыпать перцем. Полить блюдо бульоном, закрыть крышкой и поставить тушить на 20—30 мин. Подать в горшочке.

(На 1 порцию: 1 ломтик говядины, 1 среднего размера луковица, 150 г картофеля, 15 г мелко нарубленного шпика, 1/2 стакана мясного бульона, соль, перец, горчица, жир для жарения).

209. Говядина в горшочке

Мясо нарезать на 3—5 кусочков, положить в горшочек, добавить тонко нашинкованные репчатый лук и морковь, посолить, залить водой и варить почти до готовности. В конце варки в горшочек добавляют строганный хрен и всыпают гречневую крупу. Закрывают крышкой и ставят в духовой шкаф до разваривания крупы. Перед подачей мясо перемешивают с гречкой и подают в горшочке.

Говядина 75 г, греча 40—50 г, пол-луковицы, морковь 1/2 шт., хрен 1 ч. ложка.

210. Печень, тушенная с картофелем

Печень и картофель отварить до полуготовности. Печень очистить от пленок и проток, мелко нарезать и положить в горшок вместе с картофелем, нарезанными солеными огурцами и луком. Посолить, поперчить и подлить немного картофельного отвара. Поставить горшок в духовку и тушить до полной готовности картофеля (отвар должен выкипеть, но содержимое горшка не должно пригореть). Вынув горшок из духовки, положите в него кусочек сливочного масла. Подают это блюдо с моченой брусникой и салатами из свежих овощей.

Печень 150 г, вода 150 г и 2/3 ч. ложки соли (для отваривания печени), картофель 2 шт., пол-луковицы, 1/2 шт. огурца, 1/2 ст. ложки масла, 1/4 стакана воды (для тушения), соль и перец по вкусу.

ГОСТИ С ЮГА

В современной домашней кухне северян большой популярностью пользуются борщи. Это украинское блюдо. Непременной составной частью борща является свекла. Она дает ему основной вкус и окраску. Борщи готовят с говядиной, бараниной, свиной, гусем, уткой, свинокоченостями, шпиком, сосисками, сардельками.

Для приготовления борща важно правильно подготовить

свеклу. Есть несколько способов.

Первый: очищенную свеклу нарезают соломкой и тушат до мягкости в толстостенной посуде под крышкой с добавлением томата-пюре, 3%-го уксуса, жира и небольшого количества воды или бульона (1/3 от объема продукта).

Второй: целую очищенную свеклу варят с добавлением уксуса или неочищенную — без уксуса. Вареную свеклу

211. Печень, запеченная с грибами

Печень промыть в холодной воде, нарезать кусочками и обжарить. Предварительно замочить сухие грибы и сварить в небольшом количестве воды. Грибы нарезать продолговатыми тонкими ломтиками и обжарить на масле вместе с нарезанным кольцами луком. Печень, грибы, лук положить в глиняный горшок или чугунок, подлить бульона, в котором варились грибы, залить сметаной, поставить в духовку и запечь.

Можно добавить картофель, нарезанный ломтиками и слегка обжаренный. Его кладут сверху на печень. В этом случае блюдо запекается до образования золотистой корочки на картофеле.

На 300 г печени 50 г сухих грибов, 3 ст. ложки масла, 1/2 стакана сметаны, 2—3 клубня картофеля, 1—2 луковицы.

212. Капуста, тушенная с субпродуктами

Квашеную капусту промыть холодной водой. Субпродукты нарезать кусочками. В горшок или ладку налить воды, положить субпродукты, квашеную капусту, лук, перец, чеснок, посолить, закрыть крышкой и поставить в духовку для тушения.

Субпродукты 150 г, 1 луковица, квашеная капуста 250 г, вода 250 г, 1/2 ч. ложки соли, перец и чеснок по вкусу.

213. Потроха тушеные

Сердце, печень, почки, легкие очистить, промыть и нарезать небольшими кусочками (куриные оставить целыми). Брюкву или репу нарезать кубиками, морковь и

нарезают соломкой или ломтиками. Кладут в борщ вместе с пассерованными овощами и томатом-пюре. Приготовить борщ по этому способу проще, кроме того, у него будет красивая яркая окраска. Этот способ целесообразен, когда борщ варят с картофелем.

Для усиления окраски в борщ можно добавлять свекольный квас (355), он придает борщу не только красивый

цвет, но и ярко выраженный кисло-сладкий вкус. Подают борщи с мясом, зеленью, сметаной. Отдельно подают гречневый крупеник или ватрушку с творогом.

Борщ украинский

Свеклу тушат с томатом-пастой, сахаром и уксусом. Коренья и лук, нарезанные соломкой, обжаривают с жиром отдельно. В бульон (ко-

корень сельдерея нашинковать на крупной терке, лук очистить и оставить целым, картофель нарезать дольками. Опустить потроха в кастрюлю с кипящей водой, добавив туда луковицу, соль и пряности. Варить в течение 15—20 мин, затем добавить репу, картофель, морковь, сельдерея и тушить на небольшом огне или в духовке в течение 40—45 мин до готовности. Минут за 5—7 до окончания тушения добавить в блюдо соль, ввести сахар, масло, заправить мукой и, прибавив огонь, хорошо прогреть содержимое кастрюли, не давая жидкости кипеть. При подаче блюдо посыпают зеленью.

200 г ливера, 1 стакан воды, 1/8 брюквы или 1/3 крупной репы, 1/2 шт. моркови, 1 шт. картофеля, 1/8 корня сельдерея, 1 некрупная луковица, перец, 1 ч. ложка сахара, 2/3 ст. ложки пшеничной муки, 1 ст. ложка масла.

214. Мясо, жаренное в сметане с луком

Мясо нарезать на куски весом около 70—100 г, отбить, посыпать солью, перцем и обжарить с двух сторон. Отдельно на сковороде поджарить мелко нарезанный лук. Когда лук обжарится, посыпать его мукой, еще слегка прожарить, добавить сметану и сок, полученный при жарении мяса. Подготовленный соус проварить в течение 3—5 мин, добавить в него любой острый соус и по вкусу — соль. Перед подачей на стол мясо выложить на блюдо и полить приготовленным соусом. На гарнир подать жареный картофель.

На 250 г мяса 1/4 стакана сметаны, пол-луковицы, по 1/2 ст. ложки муки и острого соуса, 2 ст. ложки масла. На гарнир 2 клубня картофеля.

стный или мясо-костный) закладывают шинкованную капусту, после закипания — картофель, а через 5—6 мин — подготовленную тушеную свеклу и коренья. Одновременно кладут болгарский перец, специи и варят до готовности продуктов. После окончания варки борщ заправляют чесноком с зеленью и шпиком. Отдельно подают пампушки с чесночной подлив-

кой. В тарелку с борщом кладут мясо и сметану.

(Говядина 40 г, кости 100 г, свекла 1/2 шт., капуста свежая 80 г, морковь 1 шт., петрушка 1 корень, лук 1/4 шт., картофель 1—2 шт., томат-пюре 2 ч. ложки; чеснок 1 зубчик, мука 1/2 ч. ложки, шпик 5 г, сахар 1/2 ч. ложки, уксус по вкусу, перец болгарский 10 г, сметана 1 ч. ложка, зелень).

215. Вымя, варенное с овощами

Вымя замачивают на 1 час в холодную воду, затем нарезают на куски весом не менее 0,5 кг и варят 3—4 часа до мягкости. Вареное мясо нарезают мелкими кубиками, кладут в горшочек, добавляют морковь, брюкву, репу, лук, заливают бульоном и варят 15—20 мин. Затем добавляют картофель, соль, перец и варят до мягкости овощей. Подливают сметану, выдерживают 5 мин на слабом огне и снимают с плиты.

Вымя 150 г, морковь, репа, брюква по 50 г, картофель 1—2 шт., сметана 2 ст. ложки, соль по вкусу.

216. Мясо, тушенное с капустой

Свежую белокочанную капусту нашинковать, слегка отварить, воду слить или откинуть капусту на сито. Лук нарезать кольцами, морковь — соломкой. В горшок положить слой капусты, посолить его, поперчить и положить слой моркови и лука, сверху — мясо и вновь — капусту. (Последний слой должен быть капустный и лучше уложить его невысокой горкой). Поставить горшок в духовку и тушить капусту в течение часа на медленном огне. Затем сверху на капусту положить очищенный и нарезанный картофель, посолить, поперчить и тушить еще 30 минут. Незадолго до готовности блюда ввести в него пряности. Блюдо должно быть мягким, разваренным.

Мясо 250 г, 2 шт. картофеля, 1/4 кочана капусты, 1 луковица, 1/2 шт. моркови, 1,5 ч. ложки соли, 3 горошины перца, можно добавить 1/4 лаврового листа.

СОВЕТУЕМ ПРИГОТОВИТЬ

Поджарка из свинины

Свинину нарезать кусочками массой 10—15 г, посыпать солью, перцем, поджарить до готовности. Соединить с мелко нашинкованным и пассерованным луком и томатом-пюре, прожарить 2—3 мин. Подать с отварными овощами или с рассыпчатой кашей. (Свинина 150 г, лук репчатый 20 г, жир 10 г, томат-пюре 10 г, перец и соль по вкусу).

Свинина, запеченная в фольге

Кусок свинины натереть чесноком, перцем и солью. Завернуть в фольгу, положить на противень швом вверх и поставить в духовку. Готовность определить, проколов свинину ножом или вилкой: если свинина готова, должен появиться прозрачный сок. Для получения зажаристой корочки фольгу развернуть,

217. Говядина под майонезом

Мякоть говядины нарезают кусочками, отбивают, солят и перчат. На дно ладки кладут топленое или сливочное масло, слой репчатого лука, на него — мясо, затем опять слой лука и мяса. Все это заливают майонезом, ставят на медленный огонь и тушат около часа, затем мясо переворачивают и тушат до готовности. Подают, посыпав зеленью.

На 150—200 г мяса 2 луковицы, 1/4 банки майонеза, 1/2 ст. ложки масла, соль по вкусу, зелень.

218. Говядина с крапивой

Перловую крупу замочить в холодной воде. Мясо нарезать, как для гуляша, заложить в кипяток вместе с перловой крупой и сварить. Промыть крапиву в проточной воде и бланшировать кипятком в течение 2—3 мин (не вываривая ее!). Затем откинуть крапиву на сито и, когда вода стечет, мелко изрубить ее ножом. Подготовленную крапиву опустить в бульон с мясом и перловкой и варить в течение 1 часа, после чего опустить в бульон заранее нарезанный картофель и продолжать варить блюдо на медленном огне. Когда картофель сварится, влить в кастрюлю, где к тому времени останется очень мало бульона, молоко и посолить. Проварить еще 5—10 мин, добавить сливочное масло и подать к столу.

На 350 г говядины 3 стакана воды, 1/4 стакана перловой крупы, 1/2 стакана рубленой крапивы, 3 шт. картофеля, 1/2 стакана молока, 2 ст. ложки масла, 2 ч. ложки соли.

смазать мясо сметаной и поставить в духовку еще на несколько минут. Вынуть свинину из духовки, нарезать на куски. На гарнир подать припущенные овощи. (Свинина 100 г, сметана 10 г, чеснок, перец и соль по вкусу).

Свинину используют в качестве добавки к говядине при приготовлении котлет, шницелей и фарша для пельменей.



219. Жаркое из говядины

Мясо нарезать на куски по 50—60 г, вымыть, обсушить, слегка отбить, натереть солью и перцем. Очистить и разрезать на половинки лук и морковь. В глубокой сковороде разогреть жир и обжарить в нем мясо до образования красивой коричневой корочки. В конце обжаривания мяса положить на сковороду лук и морковь, обжарить их. Обжаренные продукты слегка посолить, добавить пряности, подлить немного горячей воды и в глубокой открытой сковороде запечь жаркое в духовке, периодически поливая мясо образующимся в сковороде соком и изредка подливая на сковороду понемногу кипятка.

Готовое жаркое перекладывают на блюдо, а из мясного сока, добавив в него муку и сливки, готовят соус.

Говядина 250—300 г, 1/2 ст. ложки масла, пол-луковицы, 1 корень моркови, перец, 2 лавровых листа, 1 ст. ложка муки, 3 ст. ложки сливок, соль.

220. Поджарка из оленины

Свинину или сало нарезать мелкими кубиками или полосками. Оленину тонко, небольшими кусочками (ломтиками) нарезать поперек волокон. Сало слегка обжарить на сковороде, добавить оленину и дать ей обжариться и прокипеть в растопившемся сале. Затем подлить немного воды (в 2—3 приема), поперчить, по-

ВСПОМНИМ ЗАБЫТОЕ

Солонина

Мясные туши крестьяне хранили зимой замороженными и подвешанными на жердях. По мере надобности от туши отрубали куски. Весной, перед первыми оттепелями, остатки мяса солили в кадках. Это мясо называлось солониной. Соленое мясо становится грубым, невкусным и щи из него были уже не столь хороши, как из свежего.

Но есть и другая солонина — холодное мясное блюдо. Для его приготовления берут мякоть говядины, натирают ее солью и укладывают в кастрюлю, пересыпая слои молотым перцем, имбирем, гвоздикой, можжевельными ягодами и лавровым листом. Кастрюлю выносят на холод. Когда мясо просолится, его отваривают, режут на куски и подают холодным с хреном.

солить и недолго выдержать под крышкой, чтобы мясо обмякло. Подать с моченой брусникой.

Оленина 150 г, сало 100 г, вода 50 г, соль и перец по вкусу.

221. Котлеты из лосятины

Мясо нарезают на мелкие кусочки и пропускают через мясорубку два раза с размоченным в молоке черствым белым хлебом, свиным салом и репчатым луком. Полученную массу солят, перчат, добавляют яйцо (желток) и перемешивают, затем взбивают. Формуют котлеты и панируют их в сухарях. Обжаривают с двух сторон на разогретой сковороде. Затем котлеты складывают в ладку, заливают соусом молочным (172) или белым (243) и ставят на медленный огонь на 5—10 мин в духовку или на плиту.

На 250 г лосятины 60 г пшеничного хлеба, 1/4 стакана молока, пол-луковицы, 1 ст. ложка жира, 25 г свиного сала, 1/2 яйца, соль и перец по вкусу.

222. Котлеты с молочным соусом

Из мясного фарша (см. рецепт № 221) разделить котлеты и положить их на сковороду, смазанную маслом. Затем вдоль каждой котлеты по всей длине чайной ложкой сделать небольшое углубление, которое заполнить густым молочным соусом (проваренной смесью муки и молока), посыпать тертым сыром, сбрызнуть

КАРИНКИ КРЕСТЬЯНСКОГО БЫТА

Цепную связь всех явлений труда и быта наглядно доказывает такой примитивный пример.

Если на столе мясные, а не грибные щи, то в руках и ногах появляется сила, а коли есть сила, больше вспашешь и накосишь поизрядней. В таком случае будет не только хлеб для себя, но и солома, и парево, и мякина скоту, а будет скотина, будут опять же и щи...

За лето и осень скотина выгуливалась, и с первыми заморозками пастух прекращал пастьбу. В каждом доме на семейном совете решалось, кого и сколько пустить в зиму. Для экономии сена с первым сильным морозцем в деревне сбавляли скот...

Баранина в северном крестьянском быту предпочиталась говядине. В дело уходило практически все. Шкуру хранили, подсаливая, либо

маслом и поставить в духовой шкаф на 10—20 мин. На гарнир подать отварные овощи.

На 250 г мякоти 60 г пшеничного хлеба, 1 ст. ложка тертого сыра, 1/2 ст. ложки муки, 50 г молока, 1,5 ст. ложки масла.

223. Биточки, запеченные в сметане

Мясной фарш (221) формуют в виде лепешек, на середину каждой кладут грибной фарш, приготовленный из свежих жареных грибов, и заворачивают края лепешек. Придают биточкам округло-приплюснутую форму, обваливают в сухарях и жарят. На сковороду кладут рассыпчатую гречневую кашу, делают в ней углубление, в которое укладывают биточки. Все заливают сметаной, посыпают сыром и запекают в духовке.

Мясо (говядина) 110 г, хлеб пшеничный 30 г, молоко 1 ст. ложка, специи, сухари, грибы 50 г, сало 15 г, гречневая крупа 1/4 стакана, масло 1 ч. ложка, сметана 2/3 стакана, сыр 1/2 ч. ложки.

224. Голубцы мясные

Кочан капусты зачищают, вырезают кочерыжку, варят в подсоленной воде до полуготовности и разбирают на листья. Толстые жилки листьев отбивают тяпкой. На листья кладут фарш из пропущенного через мясорубку мяса, рассыпчатой каши и обжаренного лука, фарш заворачивают в листья капусты, придавая изделию форму цилиндра. Голубцы кладут в ладку, заливают сметаной и тушат при закрытой крышке.

Говядина 120 г, 1 капустный лист, рис 2 ч. ложки, лук 1/4 шт., масло 1 ч. ложка, сметана 1/2 стакана.

сразу выдвигали из нее овчину... Хозяйка по пяти раз промывала в реке кишки забитого животного, из которых готовилась превосходная еда.

Ноги и голову животного палили на углях и хранили до праздников для варки холодца, или студня. Холодец был традиционной закуской по праздникам, а за обычным обеденным столом его хлебали в квасу. Обширный чугун, в котором варили сту-

день, выставляли из печи к вечеру, накануне праздника. Это было всегда приятный момент, особенно для детей. Пока мать (или бабушка) разливала по посудинам жидкий бульон и разделявала содержимое, можно было полакомиться хрящиками и костным мозгом. С особым восторгом дети получали кости — предметы для своих игр, девочкам давали лодыжки, ребятам — бабки. Сразу на всех не хва-

225. Пельмени с мясом

Просеянную муку насыпают на стол горкой, делают в ней воронку, вливают туда воду или молоко, добавляют яйца, соль и замешивают крутое тесто. Кладут тесто в миску большого размера и дают ему постоять в течение часа. За это время набухнет клейковина, и тесто станет эластичным, податливым, его будет легко раскатать. Раскатывают тесто тонким слоем и вырезают кружочки. На середину каждого кладут мясной фарш. Для его приготовления говядину пропускают через мясорубку вместе с луком, перемешивают, добавляют соль, перец, немного холодной воды и вновь перемешивают. Края пельменей соединяют и защипывают. Если пельменей много, их можно заморозить и использовать по мере необходимости. Варят пельмени в кипящей подсоленной воде (на 1 кг пельменей 3 л воды и 3 ч. ложки соли) в течение 5—6 мин. Вынимают из кастрюли шумовкой и, подавая на стол, поливают маслом, сметаной или смесью масла с уксусом. Перед подачей пельмени можно обжарить в сливочном масле.

Для теста: мука пшеничная 350 г, 1 яйцо, вода 150 г, соль 1 неполная чайная ложка. Для фарша: 100 г говядины, лук 10 г, соль на кончике ножа, вода 25 г, перец по вкусу. Мука для подсыпки при разделке пельменей 1 ч. ложка.

226. Дичь, фаршированная грибами

Любую мелкую дичь (рябчиков, уток и т. д.), очищенную и промытую, замочить в холодной воде на 2—3 ч, затем обсушить, натереть солью, посыпать пер-

тало, поэтому устанавливалась очередь, на Николу одним, на день усновения — другим. Хозяйка из бараньих внутренностей обязательно вытапливала сало, оно ж хранилось кругами в ларях. Вареный и изжаренный с таким салом картофель подавался на стол по утрам или в обед, после щей, причем обязательно добавляли в него овсяной крупы

Хрустящие остатки перетопленной на сале бараньей брю-

шины назывались ошурками, шкварками. Они также слыли предметом лакомства, но после них опасно пить холодную воду.

Мясо ели только в студне, в щах, мелко нарезанным и запеченным в пирог. Во многих домах, если солонины не хватало до сенокоса, резали барана или ярушку летом, в самый разгар полевой страды. Сварив раза два свежие щи, оставшуюся баранину вялили

цем снаружи и изнутри. Нафаршировать солеными грибами, мелко нарубленными и обжаренными на масле с луком. Отверстие зашивают. Тушки кладут спинками на сковороду, добавляют 1/2 стакана воды и ставят в духовой шкаф жарить. Во время жарения необходимо поливать дичь вытопившимся жиром и соком. Жарят дичь до мягкости в течение 1—2 ч. Из готовой дичи удаляют нитки, ложкой вынимают фарш и разрубают тушку на порции. Фарш укладывают на блюдо рядом с дичью.

Фаршировать дичь можно также свежими грибами с луком и яйцами, яблоками, рисом, картофелем, черносливом и др.

227. Рябчики, пряженные в сметане

Рябчиков ошипать, очистить, замочить на 1—2 ч в холодную воду, затем насухо обтереть полотенцем и мукой, натереть солью изнутри, обжарить быстро в масле на сковороде до образования корочки, затем положить в неглубокую кастрюлю грудками вниз, залить сметаной, плотно закрыть крышкой и пряжить до готовности на слабом огне.

1 рябчик, 150 г сметаны, 1 ст. ложка растительного масла, соль.

228. Перепела тушеные

Неглубокую кастрюлю смазать маслом, уложить на дно тонкие ломтики шпика, засыпать их мелко нарезанными луком и петрушкой, положить поверх предвари-

в горячей печи и хранили в ржаной муке. Щи из такой баранины приобретали совершенно другой вкус.

У тех, кто занимался охотой, зайчатина, тетерева и рябчики переводились лишь на время весенней и ранней летней поры. В это время охотники старались сдерживать свой пыл...



В. Белов. «Лад»

тельно слегка обжаренных перепелов, облить их вином, сбоку (не задевая дичь) подлить воду, плотно закрыть крышкой и тушить на слабом огне.

На 2 перепелки 25—40 г шпика, 1/2 ст. ложки масла, 1 ст. ложка зелени, пол-луковицы, 1 ст. ложка сухого виноградного вина, 1/4 стакана горячей воды, соль.

229. Заяц жареный

Подготовленную тушку зайца разрубают на переднюю и заднюю части, заливают холодной водой и оставляют на 4—5 ч. Воду сливают, тушку опускают в маринад и выдерживают в нем в течение суток. Вынув мясо из маринада, просушивают его полотенцем, делают в мякоти ножом проколы, вставляют в них кусочки шпика, моркови, чеснока, натирают тушку солью и обжаривают в духовке. Готового зайца рубят на куски, поливают сметаной и соком от жарения и гарнируют жареным картофелем.

На 1 тушку зайца (около 3 кг) 200 г моркови, 20 г чеснока, 200 г шпика; для жарения 100 г свиного топленого сала.

Приготовление маринада: 400 г 6%-го уксуса развести в 2 л воды, добавить 20 г соли, 40 г сахара, 15—20 шт. перца горошком, 10 шт. гвоздики, по 200 г моркови и петрушки, все перемешать, довести до кипения и остудить.

230. Заяц, тушенный в сметане

Подготовленную тушку зайца нарубают крупными кусками и вымачивают в течение 4—5 ч. Воду сливают, мясо просушивают, натирают солью, кладут на сковороду

ГОСТИ С ЮГА

Чахохбили из кур

Подготовленную тушку курицы промыть, разрубить на небольшие куски и обжарить в неглубокой кастрюле с разогретым маслом. Затем туда же положить мелко нарезанный лук, томат-пюре, добавить уксус, вино, мясной бульон, соль, перец; кастрюлю закрыть крышкой и тушить ее содержимое 1—1,5 ч. на слабом огне. В конце тушения

добавить нарезанные дольками помидоры. Перед подачей на стол на каждый кусок курицы положить ломтик лимона и зелень. (На 1 курицу 2 луковицы, 1/2 стакана мясного бульона, 2 ст. ложки томата-пюре, 1 ст. ложка 3%-го уксуса, 2 ст. ложки вина, 2—3 ст. ложки масла, 2—3 помидора).

ду нашинкованные лук, корень петрушки и морковь, сверху — куски зайца, поливают маслом и ставят жарить в горячий духовой шкаф. Во время жарения зайца необходимо периодически поливать соком или маслом. Жарят мясо до образования румяной корочки. Жареного зайца надо разрубить на небольшие куски, сложить их в кастрюлю, залить соусом, приготовленным из сметаны и сока, закрыть крышкой и поставить в духовой шкаф на 20—25 мин для тушения.

Для приготовления соуса сметану и сок, полученный при жарении зайца, влить в кастрюлю, посолить, поставить на огонь, дать закипеть, затем прибавить 2 ст. ложки муки, предварительно поджаренной с маслом и разведенной 1 стаканом бульона или воды и, непрерывно помешивая, проварить в течение 3—4 мин. После этого соус процедить в посуду с зайцем.

На 1 тушку зайца (около 3 кг) по 2 шт. моркови и петрушки, 2 луковицы, 1 стакан мясного сока, 2 стакана сметаны, 2 ст. ложки муки и 3 ст. ложки масла.

231. Курица под белым соусом

Сваренную курицу разрубить на части, уложить на блюдо и залить белым соусом (243). На гарнир подать отварной рис, заправленный маслом. Это блюдо готовится в тех случаях, когда на первое варится куриный бульон, для соуса берется только одна часть бульона. Соус должен быть густым.

Плов с цыпленком (курицей)

Тушку птицы обрабатывают, нарубают на мелкие кусочки. В ладке растапливают жир, кладут птицу и обжаривают до золотистого цвета вместе с морковью и нашинкованным репчатым луком, затем всыпают перебранный и промытый рис, добавляют бульон или воду так, чтобы она покрывала рис на 3—4 см, закрывают крышкой и доводят

рис до готовности на слабом огне. Если требуется, то в процессе тушения добавляют бульон. Перед отпуском рис и птицу перемешивают, добавляют сливочное масло. Можно добавить растертый чеснок. (На 1 цыпленка 2 луковицы, 4—5 шт. моркови, 1 зубчик чеснока, 1/2 ч. ложки соли, 1—1,5 стакана риса, 100 г сливочного масла, жир 1 ст. ложка).

232. Курица по-домашнему

Обработанную курицу нарубить на куски и обжарить до золотистой корочки. В ладку (гусятницу) сложить обжаренную курицу с морковью или свежими помидорами, добавить горячую воду так, чтобы она чуть-чуть прикрывала курицу, закрыть крышкой, поставить на слабый огонь и тушить 20—25 мин без бурного кипения. Затем сверху на курицу положить разрезанные на 4 части клубни картофеля средних размеров и тушить до мягкости картофеля. За 5—10 мин до окончания тушения добавить рубленый чеснок и укроп. Солить курицу необходимо после обжаривания, картофель также следует посолить.

На 1 курицу 2 шт. моркови, 2—3 помидора, 2 ст. ложки масла, 5—6 шт. картофеля, 3—4 зубчика чеснока, 1 ст. ложка нашинкованного укропа.

233. Цыплята, жаренные в сметане

Подготовленного цыпленка отварить до готовности, охладить и нарубить на кусочки весом по 50 г. Обжарить в глубокой сковороде с добавлением свежих помидоров, затем налить на сковороду несколько ложек горячей воды и сметану. Поставить сковороду в духовку. А можно потушить в ладке под закрытой крышкой в течение 10—15 мин. Подают с рассыпчатым рисом, отварными овощами.

На 1 цыпленка 2/3 стакана сметаны, 2—3 помидора, 2 ст. ложки сливочного масла.

ИЗ СТАРИННЫХ РЕЦЕПТОВ

Желудок бараний фаршированный

Баранью голову и ноги разварить так, чтобы мясо отстало от костей. Мясо отделить. Мозг из головы вынуть. Сварить гречневую кашу. Баранье мясо мелко изрубить вместе с луком, смешать с кашей и маслом. Бараний желудок тщательно вычистить, промыть, начинить фаршем, в середину его положить мозги, зашить

желудок и поместить в корчагу, которую плотно закрыть. Поставить упревать в слабый жар печи на 2—3 ч.



234. Цыплята жареные

Подготовить тушки цыплят, посолить и обжарить со всех сторон на разогретой глубокой сковороде или в неглубокой кастрюле с маслом. Затем подлить 1—2 ст. ложки воды, накрыть крышкой и потушить цыплят на слабом огне плиты или в духовке в течение 20—30 мин. Готовых цыплят разрубить на части, уложить на блюдо, полить прокипяченным соком, полученным при жарении, и украсить зеленью.

На 1 цыпленка 2 ст. ложки масла.

235. Цыплята жареные с помидорами

Подготовленного цыпленка разрезать на 4 части, надрезать сухожилия суставов ножек и крылышек, расправить их и слегка отбить тяпкой. После этого посолить, посыпать перцем, положить кожей вниз в разогретую с маслом неглубокую кастрюлю и обжарить. Затем перевернуть, обжарить другую сторону, прибавить две столовые ложки сметаны, накрыть кастрюлю крышкой и жарить цыплят на слабом огне еще в течение 10—15 мин. Отдельно поджарить помидоры, разрезанные пополам (можно добавить кабачки, очищенные и нарезанные кружочками). При подаче на стол цыплят уложить на подогретое блюдо и гарнировать кружочками обжаренных овощей, полить процеженным соком, полученным при жарении, и посыпать зеленью петрушки или укропом.

КУХНЯ НАШИХ СОСЕДЕЙ

Кётбулар — мясные тефтели по-шведски

250 г скобленого мяса, 250 г рубленого мяса, 2 ст. ложки панировочных сухарей, 1 ст. ложка натертого репчатого лука, 2 клубня отварного картофеля, пропущенного через мясорубку, 1 ч. ложка картофельной муки, 1 стакан молока, 1,5 ч. ложки соли, 1/4 ч. ложки перца, жир для жарения. Все продукты хорошо смешать, дать постоять 10—

20 мин. Сформировать фрикадельки величиной с грецкий орех и обжарить их в сильно разогретом жире (сковороду часто встряхивать, чтобы фрикадельки равномерно обжаривались со всех сторон, не следует их класть слишком плотно, с тем чтобы они могли перекатываться). Подавать в горячем виде с подливкой из 1 стакана сметаны, добавив в нее немного горчицы, сахара, соли и перца.

236. Цыплята, тушенные с белыми грибами

Подготовленные тушки разрубить на порционные куски, посолить, сложить на сковороду и слегка обжарить на масле. Нарезанные тонкими ломтиками белые грибы залить водой (так, чтобы она только покрывала их) и отварить на слабом огне, затем вылить в кастрюлю с цыпленком. Посолить по вкусу. Закрывать посуду крышкой и поставить на слабый огонь. За 5 мин до окончания тушения добавить сметану. Перед подачей на стол посыпать зеленью. На гарнир подать картофель.

На 1 небольшого цыпленка 200 г свежих белых грибов, 1 ст. ложка масла, 50 г сметаны.

237. Гусь (утка) с яблоками

Тушку гуся (или утки) натереть мукой и опалить. Затем выпотрошить и промыть. Шею, ножки до коленного сустава и крылышки по первый сустав отрубить. Натереть тушку солью. Наполнить дольками яблок. Отверстие в брюшке зашить. В таком виде утку положить спинкой на сковороду, добавить 1/2 стакана воды и поставить в духовой шкаф жариться. Во время жарения утку необходимо периодически поливать вытопившимся жиром и соком. Жарить утку следует 1,5—2 ч. Из готовой утки удаляют нитки, вынимают ложкой яблоки и выкладывают их на блюдо, утку разрезают и укладывают на яблоки.

На 1 гуся 500—700 г яблок, 2 ст. ложки масла

ХОЗЯЙКЕ НА ЗАМЕТКУ

Дичь и домашняя птица

Дичь, которая пролежала несколько дней в пере, легче ошипать, если тушку обдать крутым кипятком. Так же следует поступить с дичью, которая хранилась в пере в замороженном состоянии.

Дичь в русской кухне жарят или пряжат, иногда перед жареньем предварительно фаршируют. Прежде дичь обычно жарили целиком в

русской печи (крупную) или пряжили в масле (мелкую). В настоящее время дичь можно жарить в духовке или пряжить в жире на плите. Качество от этого не страдает.

Крупную пернатую дичь — глухаря, тетерева — жарят на противне или в широкой мелкой кастрюле в духовке, предварительно обжарив птицу в сковороде с маслом на плите. Жарят ее долго — от 1 до 1,5 ч. Дичь получится сочной,

238. Утка, фаршированная картофелем

Обработанную тушку утки фаршируют картофельной массой, приготовленной следующим образом: сырой картофель натирают на терке, отжимают сок, заливают картофель кипяченым молоком, добавляют сливочное масло, соль, перец, мелко нарезанный чернослив (его промывают, отваривают, вынимают косточки), все хорошо перемешивают. Тушку жарят в духовом шкафу до готовности, периодически поливая соком и жиром.

На 1 утку весом 700—800 г 100 г сливочного масла, 1 кг картофеля, 120—150 г чернослива, 4—5 ст. ложек молока, соль, перец.

239. Гусь, утка в горшочке с овощами

Тушку птицы обработать, разрезать на куски и обжарить со всех сторон. Положить в глиняный горшочек, добавить репу, морковь, сырой картофель, обжаренный лук, посолить, поперчить, залить бульоном или соком, получившимся при жарении птицы, разведенным горячей водой, и тушить до готовности.

На 1 гуся весом около 1 кг 3 среднего размера клубня картофеля, 1 луковица, 1,5 шт. моркови, 1 небольшую репу, 30—50 г жира.

СОУСЫ

240. Мясной сок

Мясо, поджаренное порционными кусками, переложить на блюдо, а на сковороду или в неглубокую каст-

если перед жареньем ее обвязать или нашпиговать кусочками сала.

Куропаток и рябчиков чаще жарят (пряжат) в кастрюле на плите на слабом огне. Их как бы припускают, но в масле, время от времени поливая образующимся при этом соком, а в конце приготовления — подогретой сметаной. Можно жарить эту дичь и в духовке. Очень вкусными получаются рябчики, тушенные

в сметане без каких-либо добавок, они мягки и ароматны.

Качество мяса домашней птицы зависит от ее возраста. Рецепты приготовления молодой и старой птицы различны. Из молодой птицы можно приготовить жареное блюдо или прозрачный бульон, а из старой — суп, который лучше заправить лапшой, из мякоти — рубленые котлеты.

Возраст кур определяется по цвету кожи и состоянию

рюлю, в которой жарилось мясо, подлить немного мясного бульона или воды и прокипятить, полученный сок процедить сквозь сито и полить им мясо, уложенное на блюдо.

241. Соус красный (для рубленых котлет, жареного мяса)

Столовую ложку муки поджарить с таким же количеством масла до темно-коричневого цвета, после чего смешать с 1 ст. ложкой томата-пюре и развести 2 стаканами мясного бульона. Добавить нарезанные и слегка поджаренные коренья петрушки, морковь и лук по 1 шт. и проварить на слабом огне в течение 20—30 мин. По окончании варки прибавить в соус соль (по вкусу), 1—2 ст. ложки сухого вина и процедить сквозь сито.

242. Соус луковый острый (для жареного и тушеного мяса, рубленых котлет)

Одну столовую ложку муки поджарить с таким же количеством масла и развести 2 стаканами бульона. Лук репчатый (2 головки) очистить, мелко изрубить, поджарить на масле и опустить в бульон с мукой. После этого добавить 2 ст. ложки томата-пюре, соль, перец и немного проварить, затем влить 2—3 ст. ложки 3%-го уксуса, уварить смесь до густоты сметаны и прокипятить в течение 5 мин.

ножек. Тушки молодой птицы покрыты белой, нежной кожей. На этой коже отчетливо видны прожилки. У старой птицы желтая грубая кожа, и жир имеет более желтый цвет, чем жир молодых кур. Наилучшим показателем является кожа на ножках птицы: у старой она покрыта крупной грубой чешуей, а на нижней части ножек есть твердые известковые наросты.

Главным показателем качества гуся или утки является упитанность. Но очень жирная птица, жаренная без каких-либо добавок, как правило, имеет специфический запах и не очень приятна на вкус. Для смягчения привкуса уток и гусей фаршируют или подают к ним гарниры, отличающиеся кисловатым вкусом (тушеную квашеную капусту, маринованные яблоки, моченую бруснику и пр.).

243. Белый соус

(для отварных кролика, говядины, свинины, кур)

Столовую ложку муки слегка поджарить с таким же количеством масла, развести процеженным бульоном (1,5 стакана) и варить на слабом огне в течение 5—10 мин. После этого соус снять с огня, добавить яичный желток, смешанный в стакане с небольшим количеством соуса, положить по вкусу соль, 2 ст. ложки масла и перемешать.

244. Соус с хреном

(для отварной говядины, языка)

Столовую ложку муки слегка поджарить с таким же количеством масла, развести стаканом горячего бульона, добавить сметану и варить на слабом огне в течение 5—10 мин. Одновременно подготовить хрен: в маленькую кастрюлю или на сковороду положить по 2 ст. ложки сливочного масла и тертого хрена и слегка прожарить. Затем влить 1—2 ст. ложки 3%-го уксуса и такое же количество воды или бульона, прибавить 1 лавровый лист, 5—8 горошин черного перца и поставить на огонь для того, чтобы выпарить жидкость.

245. Соус сметанный

(для печени, дичи, котлет)

Столовую ложку муки слегка обжарить с таким же количеством масла, развести стаканом горячего мясного бульона или овощного отвара, положить 100 г сметаны и варить на слабом огне 5—10 мин.

ГОСТИ С ЮГА

Борщ с черносливом и грибами

Отдельно сварить грибной и черносливовый отвары.

В кипящий бульон (или воду) кладут нашинкованную капусту и варят ее 10—15 мин. Затем кладут тушеную свеклу, пассерованные овощи. Грибной и черносливовый отвары, а также нарезанные соломкой грибы добавляют в борщ за 10—15 мин до окончания вар-

ки. Вареный чернослив кладут в борщ при подаче. (Чернослив 2 ст. ложки, грибы сушеные 4—5 шт., свекла средних размеров 1 шт., капуста свежая 80 г, морковь 1 шт., лук репчатый 1/4 шт., томат-пюре 1/2 ст. ложки, маргарин 1 ч. ложка, сахар 1/2 ч. ложки, соль по вкусу, 3%-й уксус 1/2 ч. ложки, сметана 1 ч. ложка, зелень).



«КАША — МАТУШКА НАША»

Блюда из круп, гороха, молока, творога и яиц

Каких только пословиц о кашах не создал русский народ! «Мать наша — гречневая каша, не перцу чета, не прорвет живота», «Без каши обед не в обед», «Гости на печь глядят, видно, каши хотят», «Нет щей, так кашицы больше лей!», «Русского мужика без каши не накормишь», «Кашка — на ложки, молодец — на ножки». Последняя пословица особенно примечательна, она всегда звучала на «родинах» — празднике в честь рождения ребенка. Вообще каша сопровождала человека от рождения по гробовую доску. На родины и крестины варили кашу. Последняя так и называлась — крестильной. В Холмогорском уезде некогда существовал обычай: каждый гость, приглашенный на крестильную кашу, отведав ее, подавал копейку «бабке на кашу». Подавая кашу отцу ребенка, бабка-повитуха сыпала в ложку соль и перец, чтобы знал, как солоно и горько пришлось жене во время родов.

Брачные пиры в старину тоже называли «кашею». В Онежском уезде, по свадебному ритуалу, невеста после бани и «красованья» спускалась в подпол и ела там «золотую кашу» — ячневую или, как ее называли на Севере, — яшную.

И на поминках подавали сладкую кашу — кутью.

Каша — одно из древнейших русских блюд. Популярность ее в народе объясняется прежде всего тем, что

это наиболее сытное, питательное блюдо. Калорийность каши обусловлена высоким содержанием углеводов в крупах, а польза — в наличии витаминов и минеральных веществ.

Больного, ослабшего человека крестьяне кормили овсяным отваром и молоком, опытным путем установив пользу такого сочетания. Этот народный метод взял на вооружение известный русский терапевт А. А. Остроумов (1844—1908). Он применял для лечения больных комбинацию топленого молока с овсяным отваром, чтобы обогатить молоко калийными солями, белком и еще «какими-то соединениями», как он говорил, предугадывая наличие в овсе особых веществ, полезных для человека, в частности, для его нервной и сердечно-сосудистой систем. Эти «какие-то соединения» впоследствии оказались витаминами группы В.

Овес и ячмень (жито) были самыми распространенными злаками на Севере. Из того и другого получали не только крупу, но и муку, из жита — еще и солод, а из овса варили вкуснейший кисель, такой, из которого в русских сказках поднимаются берега над молочными реками. (Рецепт такого киселя вы найдете в этом разделе).

На Руси любимой кашей была гречневая. Ели ее с молоком, с простоквашей, с кашей тушили грибы и потроха. Очень распространенной кашей была пшенная. (Кто не помнит игровое: «А мы просо сеяли, сеяли...»).

На Севере, где не было большого выбора круп, варили и свои, особые каши. Например, кашу-водяняшу из ячменной муки. Когда в печи заваривалась эта каша, хозяйка с особой тщательностью мыла и скребла обеденный стол. Кашу ложкой выкладывали на столешницу. Получались комочки по форме ложки (катыши). Их обмакивали в конопляное масло, простоквашу или толокно.

Поморы на промысле готовили сухомес — невареную кашу из толокна, круто замешанного на воде. Она была сытной, но невкусной, потому и приговаривали промысловики: «Все поели и на сухомес сели. Сухомес-то поперек горла станет». Подавали сухомес и в крестьянских семьях, но крайне редко (чаще — в бедняцких), отмечая им, как правило, великий пост. В посты и кашу варили на воде, а в скоромные дни — на молоке.

Следует сказать, что с молоком и молочной едой на Севере связаны многие традиции «женского обихода».

Это очень точно подметил В. И. Белов. Вот как пишет он об этом в «Ладе»: «По своей значимости растел коровы был равносител таким событиям, как престольный праздник, переселение в новую избу, приход из бурлаков. Большуха знала время растела с точностью до трех-четырех дней, в эту пору она то и дело ходила в хлев. Навешали корову и ночью, и если событие это должно было произойти вот-вот, то не спал весь дом. Первые несколько дней молоко выдаивалось только теленку. Но вот проварен, вымыт, просушен подойник, в рыльце вставлена веточка можжевельника. Припасены и прожарены в печи десятка два глиняных крыночек... Кот с громким мяуканьем первым еще у порога встречает хозяйку, несущую в избу белопенную жидкость, эту детскую благодать, олицетворение здоровья и семейного лада». П. Базилевский в статье «Народные обычаи в Холмогорском уезде Архангельской губернии» («Архангельские губернские ведомости», 1862, № 22) подмечает любопытную деталь: «После того как отелится корова, молоко ее не употребляют в пищу до девяти удоев. С десятого удоя подают его на стол. При употреблении в первый раз этого молока от отелившейся коровы хозяйка, по обычаю, должна ударить хозяина ложкой по лбу, если родился бычок, в противном случае хозяин бьет ложкой хозяйку — если родилась телушка».

Местные коровы-холмогорки славились своей молочностью, тем не менее молоко подавалось к столу очень экономно: только детям позволялось пить его из кружек или прямо из крынок, взрослые хлебали молоко из одной крынки ложками по очереди, так же ели и простоквашу. Столь бережное отношение к молоку объясняется тем, что оно расходовалось на приготовление целого ряда продуктов — сметаны, творога, масла.

Сметана — исконно русский продукт (за границей ее узнали гораздо позднее, да и сейчас из-за небольшого спроса ее там выпускают в сравнительно малых количествах). Получали сметану, снимая верхний слой с кислого молока (простокваши). Ф. Шперк, описывая архангельский базар, подметил интересный факт: «Сметана... продается не на вес или объем, а следующим довольно оригинальным образом: торговки или, как здесь выражаются, «жонки» привозят на базар значительное число небольших кринок с простоквашей, называемой здесь «свежим молоком», с которого снимает покупателю деревянной ложкой верхний слой... и пару,

т. е. сметану с двух кринок, «продавают» по 5 или 6 копеек, кислое же молоко остается в их пользу».

Сметану старались копить. Это только теперь, покупая ее в магазине, мы можем позволить себе тушить какие-либо продукты (мясо, грибы и др.), обильно полив их сметаной, раньше ею лишь смазывали поверхность запекаемых продуктов. Часть сметаны собирали в специальный горшок и, подкопив, сбивали в масло. Чаще в обиходе (особенно в городах) было топленое масло, оно называлось русским. (За границей, в странах, где было хорошо развито холодильное хозяйство, не было нужды перетапливать масло). В зажиточных семьях, где держали не одну корову, масла, конечно, было больше, а в иных... Словом, по пословицам: «У богатога масло и по бороде течет», а в бедняцком доме хозяйка «пошла по масло, да в печи погасло». В повседневности чаще всего использовали растительное масло — конопляное или льняное. Его не возбранялось есть и в посты. С этим маслом ели грибы и редьку, капусту и тюрю, картошку и рыбу, в пост поливали им кашу. Но была в году особая неделя — масляная и особый праздник — масленица, когда коровье масло ели всласть, не жалея, — пекли на масле колобы, мазали им блины, пироги, шаньги, щедро приправляли кашу. Как и сметану, масло к масляной неделе припасали «загодя», то есть заранее.

Простоквашу, сняв с нее сметану, ставили в печь — творожили. На Севере творог ели в основном в натуральном его виде и только раз в году готовили из него особое блюдо — пасху, именуемое так в честь религиозного праздника, к которому это блюдо готовилось. В целом же русская кухня знает немало рецептов блюд из творога: запеканки, сырники (от слова «сыр» — так некогда именовали творог), пряженцы, начинки к пирогам, блинам и блинчикам.

В Беломорье готовили особый творог — «ставку». Его выдерживали в печи до желтовато-бежевого цвета, подсаливали и прессовали, потом закладывали в специальный ушатик (лагун) с плотно пригнанной крышкой, в которой была достаточно широкая втулка. Через нее творог доставали по мере надобности. Вообще поморский харч был на удивление рационально приспособлен к длительному хранению. Вспомним хотя бы заготавливаемые впрок суточные ши, ту же творожную ставку, замороженное молоко. Его замораживали в блюдах, по-

том окунали доньшко блюда в горячую воду, и молочный кружок отскакивал. Хранили такое молоко на морозе.

Пожалуй, именно молоко — самый универсальный продукт в русской кулинарии. Куда, на что и как его только не использовали! Благодаря молоку в этом разделе объединились разные продукты: крупы, горох, творог и яйца. Казалось, как можно объединить молоко и горох? Оказывается, можно: достаточно хорошо разварить горох, заправить его молоком, добавить немного масла и получится гороховая каша. Яичницу в старину не жарили, а варили, смешав яйца с молоком (яичница в горшочке). Народные блюда из яиц — это яичная кашка, омлеты и драчены. Последние могут показаться пожыми по вкусу, но это не так. Драчена нежнее, чем омлет. Искусно приготовленная, она пышна и ароматна, к тому же и на вид красива — и сверху, и снизу покрыта аппетитной золотистой корочкой. Для того чтобы приготовить именно такую драчену, нужен, конечно, навык. А навык — дело наживное...

КАШИ И ЗАПЕКАНКИ

246. Каша пшенная с маслом

В кастрюлю налить воду, положить масло и соль. Когда вода закипит, засыпать предварительно промытое пшено и варить до загустения. После этого кашу надо поставить на 50—60 мин для упревания на медленный огонь (лучше — в духовке). В готовую кашу положить масло и размешать. Перед тем как поставить кашу упревать, в нее можно влить горячее молоко и положить масло. Каша получается особенно вкусной, если после упревания в нее добавить 1/2 стакана простокваши домашнего приготовления. Для этого в середине каши делают углубление, вливают простоквашу, сверху закрывают крышкой и настаивают, пока простокваша не впитается. Размешивают, кладут масло и подают.

На 1 стакан пшена 2 стакана воды, 1/2 ч. ложки соли, 2 ст. ложки масла, 1/4 стакана простокваши.

247. Каша пшенная с творогом

В кипящую подсоленную воду всыпают подготовленное пшено и варят до полуготовности, затем добавляют сливочное масло, сахарный песок, протертый творог,

все хорошо перемешивают и варят кашу на медленном огне или в жарочном шкафу до готовности. Отдельно подают молоко, простоквашу, кефир.

На 1 стакан пшена 2 стакана воды, 1/2 ч. ложки соли, 2 ст. ложки масла, 1 стакан творога.

248. Каша пшенная с говядиной

Варят рассыпчатую пшенную кашу на воде. Добавляют мелко нарезанное вареное мясо, перемешивают и поливают жиром с обжаренным луком и шкварками.

На 3 ст. ложки пшена 1,5 стакана воды, по 30 г говядины и шпика (или сала), 1 луковичка.

249. Каша гречневая с маслом

Кипящую воду солят, закладывают в нее гречневую крупу и, помешивая, варят до загустения в течение 15—20 мин. Когда каша загустеет, кастрюлю плотно закрывают крышкой и упаривают кашу при слабом нагреве (в духовом шкафу при температуре 100°) в течение 1—1,5 часа.

На 1 стакан гречневой крупы 1,5 стакана воды, 1/2 ч. ложки соли и 1 ст. ложка масла.

250. Каша гречневая с молоком

Сварить рассыпчатую гречневую кашу и хорошо ее охладить. В холодную кашу добавить по вкусу сахар, разложить ее в тарелки и залить молоком (можно топленым).

ХОЗЯЙКЕ НА ЗАМЕТКУ

Подготовка круп к варке

Рис, пшено, перловую крупу перебирают и промывают сначала теплой водой (40—50° С), а затем горячей (60—70°), ячневую — чуть теплой.

Не промывают манную крупу, мелкую полтавскую и геркулес.

Гречневую крупу раньше перед варкой прожаривали. В настоящее время эта крупа подвергается промышленной

обработке для того, чтобы ускорить процесс варки каши. Поэтому крупу теперь поджаривать не рекомендуется, так как во время жаренья в ней разрушаются питательные вещества.



251. Каша гречневая со шпиком и луком

Свиной шпик нарезать мелкими кубиками, прожарить вместе с нарезанным репчатым луком, положить в готовую гречневую кашу и размешать.

На 200 г готовой каши 30—40 г шпика и 1 луковица.

252. Каша гречневая с яйцом

Сварить рассыпчатую гречневую кашу, добавить в нее мелко нарезанные крутые яйца и масло, все перемешать.

На 200 г готовой каши 2 яйца и 2—3 ст. ложки масла.

253. Каша гречневая с ливером

Сварить рассыпчатую гречневую кашу. Ливер (легкое, сердце) промыть, положить в кастрюлю, залить водой, посолить и варить при небольшом кипении до мягкости. Сваренный ливер охладить и пропустить через мясорубку или мелко изрубить ножом. Мелко нарезать лук и поджарить на сковородке с маслом. Потом добавить в него еще 1—2 ст. ложки масла и нарубленный ливер, по вкусу посолить и посыпать перцем. Когда ливер с луком поджарятся, их смешивают с горячей гречневой кашей.

На 200 г каши 150 г легкого, 1 луковица, 2 ст. ложки масла.

254. Каша гречневая с грибами и луком

Сухие грибы промыть, сложить в кастрюлю, залить 3 стаканами холодной воды и оставить в воде на 1—

ХОЗЯЙКЕ НА ЗАМЕТКУ

Количество жидкости (г), расходуемое на приготовление каш (на 100 г крупы)

| Консистенция | Гречневая | Пшеничная, пшенная | Перловая | Рисовая | Манная | Овсяная |
|--------------|-----------|--------------------|----------|---------|--------|---------|
| Рассыпчатая | 150 | 180 | 240 | 210 | — | — |
| Вязкая | 320 | 320 | 370 | 370 | 370 | 320 |
| Жидкая | — | 420 | — | 520 | 570 | 420 |

1,5 ч для набухания. Затем вынуть их из воды, мелко нарезать, положить обратно в ту же воду, посолить и поставить варить. Когда вода закипит, всыпать крупу и размешать. После того как каша загустеет, поставить ее на 1 ч для упревания в духовку. Лук мелко нарезать и поджарить на сковороде с маслом, а затем смешать с готовой кашей. В этой каше сливочное масло можно заменить растительным.

На 1 полный (с верхом) стакан гречневой крупы 25 г сухих грибов, 1 луковица, 1/2 ч. ложки соли, 2 ст. ложки масла.

255. Каша гречневая с брюквой

Молодую брюкву (или репу) очистить от кожицы, вымыть, натереть на крупной терке, положить на сковороду вместе с маслом и жарить, часто помешивая. Гречневую крупу перемешать с жареной брюквой, сложить в кастрюлю, залить молоком и варить, пока каша не загустеет. Затем положить в кашу масло, сахар, соль, перемешать, закрыть кастрюлю крышкой и поставить в горячий духовой шкаф на 1 час. При подаче кашу полить горячим маслом.

На 1 стакан гречневой крупы 600 г молока, 1 небольшую брюкву, 2 ст. ложки масла.

256. Каша гречневая пуховая

Крупу смешать с сырым яйцом и хорошо перетереть. Положить на сковороду или противень и высушить в духовке. Высушенную крупу протереть через дуршлаг и опустить в кипящее молоко, добавив сливочное масло.

ИЗ СТАРИННЫХ РЕЦЕПТОВ

Няня

На молоке сварить жидкую гречневую кашу, охладить ее, добавить сырые яйца, соль, перец, перемешать. Полученной массой наполнить хорошо промытые кишки (концы их завязать) и поджарить на сковороде с жиром. Няню подавали как самостоятельное блюдо, но чаще — к щам из квашеной капусты.

Сваренную кашу вновь протереть ложкой через дуршлаг и подать со сладким молочным соусом (добавив в обычный молочный соус по вкусу сахар и ваниль) или с молоком.

На 1 стакан крупы 2 стакана молока, 1 яйцо, 20 г сливочного масла, к каше — 1 стакан молока или 100 г соуса.

257. Каша ячневая

Влить в кастрюлю воду, положить масло и соль. Когда вода закипит, всыпать крупу и варить до загустения. После этого поставить кашу на 30—40 мин для упревания. Готовую кашу размешать, разложить на тарелки и полить маслом.

На 1 полный стакан крупы 2 стакана воды, 1/2 ч. ложки соли, 2 ст. ложки масла.

258. Каша перловая

Стакан крупы всыпать в кипящую воду и дать ей покипеть 5 мин. После этого крупу откинуть на сито и дать стечь воде (чтобы удалить слизь и горечь). В кастрюлю влить 2 стакана воды, добавить столовую ложку масла и посолить. Когда вода закипит, положить подготовленную крупу и варить до загустения. Затем кашу на 1/2 ч поставить в духовку для упревания. В готовую кашу положить 1 ст. ложку масла и размешать.

259. Каша рисовая с маслом

В кастрюлю влить воду, положить масло и посолить. Когда вода закипит, всыпать промытый рис и варить

ИЗ БЛОКНОТА ЭТНОГРАФА

Что дешево на Архангельском базаре, так это молоко. Местные коровы-холмогорки славятся своей молочностью во всей России, хотя молоко у них жидковато, но на вкус приятное... Молоко встречается на базаре снятое, а потому некоторые семьи, дабы избежать покупки подобного молока, договаривают подгородних крестьянок носить молоко на дом за условленную цену.

Ф. Ш пер к



его при небольшом кипении до загустения. После этого поставить в духовку для упревания на 50 мин.

На 1 стакан риса 2 стакана воды, 1/2 ч. ложки соли, 1—2 ст. ложки масла.

260. Каша гороховая

Горох сварить до полного размягчения. Если вода осталась, то слить. Горячий горох посолить и сразу протереть через сито. Затем положить на блюдо горкой, полить маслом и посыпать зеленью.

На 100 г гороха 10 г масла, соль по вкусу.

261. Гороховая каша с толокном

Горох замачивают, а затем отваривают вместе с репой, горячим протирают через сито и заправляют толокном. Добавляют молоко, сливочное масло, солят. Едят кашу в горячем и холодном виде.

На 100 г гороха 1 средней величины репу, 100 г молока, 10 г масла.

262. Каша-водяняша

В кипящую подсоленную воду тонкой струйкой, непрерывно помешивая, засыпать муку, так, чтобы не образовалось комков. Пока мука не заварится, кашу все время мешают, чтобы не дать образоваться плотной поверхностной пленке, с этой же целью сверху ее поливают маслом. Когда каша заварится, ее можно поставить

ИЗ СТАРИННЫХ РЕЦЕПТОВ

Горох колодкой

Горох варят. Добавляют морковь, репу, лук, все хорошо разваривают, протирают, заправляют солью и перцем, затем вторично протирают через сито и охлаждают. Массу формируют в виде горки, поливают растительным маслом и посыпают зеленым луком. (Горох 80 г, морковь — 1/2 шт., репа 10 г, лук репчатый рубленый 1 ч. ложка, масло рас-

тительное — 1 ч. ложка, лук зеленый на посыпку, перец и соль по вкусу).

Пирог с горохом

Из дрожжевого теста делают лепешки, на середину кладут начинку из вареного гороха с толокном. Края теста соединяют и защипывают. Готовый пирог смазывают подсолнечным маслом.

на 1 час в духовой шкаф для упревания. Затем кашу ложкой выкладывают на большое блюдо. Выкладывают поштучно — отдельными кусочками (по форме ложки). Отдельно подают топленое масло, сметану, толокно, домашнюю простоквашу, каждый кладет или наливает в свою розетку, чашку или вазочку что-то из предложенного на свой вкус и ест кашу, обмакивая в сметану, масло и т. д.

На 1 л воды 1 стакан ячменной муки, 3 ч. ложки соли, 1 ч. ложка масла.

263. Каша манная на молоке

Молочную кашу варят из всех видов крупы, за исключением гречневой (ядрицы). Для приготовления молочной каши берут свежее цельное или снятое молоко (в последнем случае нужно добавлять сливочное масло). Можно также пользоваться сухим или сгущенным молоком. На последнем варят сладкую кашу. Молочную кашу варят вязкой, некрутой. В готовую кашу можно по вкусу добавлять сливочное масло и сахар.

Чтобы приготовить манную кашу, в кипящее молоко тонкой струйкой всыпают крупу и непрерывно помешивая, варят на слабом огне 10—15 мин до загустения. Затем солят, добавляют сахар и перемешивают. В кашу можно положить 1—2 ст. ложки масла.

На 1/2 стакана манной крупы 2,5 стакана молока, 1,4 ч. ложки соли.

СОВЕТУЕМ ПРИГОТОВИТЬ

**Салат из сыра, яиц,
зеленого лука и чеснока**

ки рубленого зеленого лука,
1 долька чеснока, 1 ст. ложка
майонеза, соль по вкусу).

Сыр и сваренные вкрутую яйца перемешивают с луком (сыр натирают на крупной терке, яйца рубят) и кладут в тарелку с толченым с солью чесноком, все вновь перемешивают, заправляют майонезом и дают постоять на холоде в течение 20—30 мин. (На 100 г любого твердого сыра 1—1/2 яйца, 1/2 ст. лож-



264. Гречневики

Некогда это блюдо было очень распространено на Руси. Гречневики даже продавали на улицах наряду с пирожками. Готовили их и на Севере.

Для приготовления гречневиков варят вязкую гречневую кашу, охлаждают ее примерно до 60°, добавляют сырые взбитые яйца, хорошо перемешивают и выкладывают на сковороды или противни, смазанные маслом. Когда каша застынет, ее нарезают на кусочки и обжаривают с обеих сторон на растительном масле.

Крупа гречневая 1/2 стакана, вода 175 г, яйцо 10 г, масло подсолнечное 15 г, соль по вкусу.

265. Рис, запеченный с подливой из грибов

Рис разварить в соленом кипятке (варить 30 мин). Откинуть на дуршлаг и облить холодной кипяченой водой. Положить в кастрюлю, полить горячим растопленным маслом. Пока рис пропитывается маслом, приготовить подливу из сухих грибов: отварить их, мелко нарезать, смешать с бульоном, добавив в него жаренный на масле с мукой мелко нарубленный репчатый лук, можно добавить ложки 2 сметаны и вскипятить. Рис уложить венком на блюдо, так, чтобы в середине оставалось пустое место, смазать его маслом, посыпать тертым сыром и поставить ненадолго в духовку, чтобы рис запекся до образования румяной корочки. Вынув рис из духовки, положить в середину приготовленную горячую подливу.

На 200 г риса 3 сухих гриба, 200 г масла, 1/4 луковицы и 1 ч. ложка сыра.

ХОЗЯЙКЕ НА ЗАМЕТКУ

ГУСТЫЕ СЛИВКИ

Во многих кулинарных сборниках приводятся рецепты блюд со взбитыми сливками (например, киселей). Как получить такие сливки? Если вы будете взбивать сливки, купленные в магазине, то напрасно потеряете время, из вашей затеи ничего не получится. Но если те же самые сливки вылить в горшок и поставить в духовку на три-четыре часа

(объем должен уменьшиться на треть), то их, предварительно остудив, легко будет взбить в густую, пышную массу.

Если стакан таких сливок добавить в литр топленого молока, получится варенец. Это блюдо сибирской кухни. Там варенец подают к чаю, кофе. Подслащенный варенец — лакомство для детей.

266. Гречневая запеканка со свежими грибами

Сварить рассыпчатую гречневую кашу, положить в нее поджаренные свежие грибы, растопленное сливочное масло, сметану, хорошо перемешать, выложить на сковородку или в кастрюлю и запекать в духовом шкафу в течение 20—30 мин.

На 1 стакан гречневой крупы 500 г свежих грибов, 1/2 стакана сметаны, 2 ст. ложки сливочного масла.

267. Запеканка ячневая, пшеничная

Творог перетирают с яйцом и сахаром, добавляют к рассыпчатой ячневой или пшеничной каше, хорошо перемешивают, добавляют сырые яйца и выкладывают на смазанную жиром сковороду. Поверхность запеканки выравнивают, смазывают сметаной и запекают в духовке. Готовую запеканку нарезают на порции и поливают сметаной.

На 200 г готовой каши, сваренной из 60 г ячневой крупы и 150 г воды или 80 г пшена и 140 г воды, 50 г творога, 1/4 яйца, по 1 ч.ложке сахара и масла, 2 ст. ложки сметаны.

268. Овсяный кисель

Овсяную крупу залить теплой водой и оставить на сутки в теплом месте. Затем процедить и отжать. В полученную жидкость добавить сахар, соль и прокипятить, непрерывно помешивая, до загустения. В горячий кисель добавить молоко, перемешать, разлить в тарелки, смазанные маслом, и вынести на холод. Когда кисель



застынет, разрезать его на порции и подать с холодным кипяченым молоком или простоквашей.

Крупа овсяная 100 г, вода 300 г, сахар 8 г, соль 2 г, молоко 200 г.

МОЛОЧНЫЕ СУПЫ

Молочные супы вкусны, очень питательны и вместе с тем приготовление их несложно. Их можно варить из цельного, сухого и сгущенного молока.

Сухое молоко следует разводить в соотношении 1,5 ст. ложки на стакан воды. Его надо тщательно размешать сначала в небольшом количестве воды, чтобы образовалась густая сметанообразная масса, затем постепенно вылить в приготовленную теплую воду и размешать до полного растворения молочного порошка. После этого молоко, помешивая, доводят до кипения и начинают варить суп.

Сгущенное молоко с сахаром следует разводить горячей водой в соотношении 2 ст. ложки на 1 стакан воды.

В разведенное вскипяченное молоко добавляют лапшу, рис или другие продукты, предварительно ошпаренные кипятком или отваренные до полуготовности в воде, по вкусу добавляют соль и варят до мягкости продуктов.

Перед тем как влить молоко, кастрюлю ополаскивают холодной водой, чтобы молоко не пригорело. С этой же целью молочные супы варят на слабом огне.

ХОЗЯЙКЕ НА ЗАМЕТКУ

Варим яйца

Для варки яйца осторожно погружают в кипящую воду и варят 3 мин (вмятку), 4 мин («в мешочек») или 10 мин (вкрутую). Затем сразу опускают в холодную воду.

Яйца при варке не треснут, если на дно кастрюли положить перевернутое блюдце.

Яйцо с надтреснутой скорлупой при варке обычно вытекает. Чтобы сохранить такое

яйцо, его надо варить в соленой воде.

Чтобы отличить сырое яйцо от сваренного вкрутую, его надо поворачивать: сваренное будет легко и долго вращаться, а сырое сразу остановится.



269. Суп молочный рисовый

Рис хорошо промыть, проварить в течение 3—5 мин в кипящей воде и откинуть на дуршлаг. Когда вода стечет, положить рис в кипящее молоко и варить 30 мин. Перед окончанием варки добавить соль, сахар и положить сливочное масло.

На 250 г молока 1 ст. ложка риса, 1/4 ст. ложки масла, 1/4 ч. ложки сахара, соль по вкусу.

270. Молочная лапша

Лапшу перебрать, положить в кипящее молоко и варить 20—25 мин. В конце варки добавить соль, сахар. Перед подачей на стол положить масло. Если вместо лапши используют вермишель, то варить ее следует 10—15 мин.

На 250 г молока 25 г лапши, 1/2 ст. ложки масла, 1/2 ч. ложки сахара.

271. Суп молочный с геркулесом

В кипящее молоко всыпать крупу, добавить по вкусу соль, сахар и варить 20—25 мин. Перед подачей в суп положить масло.

На 250 г молока 1 ст. ложка овсяных хлопьев, по 1/4 ч. ложки сахара и масла.

272. Суп молочный с овощами

Очистить и нарезать картофель, морковь, репу, разделить на соцветия цветную капусту, нашинковать лук. Морковь и лук слегка обжарить на масле. Репу ошпа-

СОВЕТУЕМ ПРИГОТОВИТЬ

Яйцо со сметаной

Сметану (1/2 стакана) вылить в кастрюлю и проварить так, чтобы она выкипела наполовину, затем выпустить в нее восемь яиц, добавить соли и перца. Поставить варить на медленный огонь, сверху припечь раскаленной лопаткой.



речь. Вскипятить воду, опустить в нее все овощи и варить 15 мин. Затем добавить кипяченое молоко и, когда овощи будут готовы, положить консервированный зеленый горошек, довести суп до кипения и заправить солью.

На 0,5 л молока и 1/2 стакана воды по 1/2 шт. среднего размера моркови, репы, лука, 125 г цветной капусты, 1 ст. ложка консервированного горошка, 2 клубня картофеля, 1/2 ст. ложки сливочного масла.

273. Суп молочный с репой

Подготовленную репу нарезают кусочками, ошпаривают, кладут в воду и варят до мягкости, затем заливают молоком (воду и молоко берут в равных количествах), доводят до кипения, добавляют соль, сахар, сливочное масло и сразу подают.

Репа 3 шт., молоко 1 стакан, масло 1/2 ч. ложки, соль и сахар по вкусу.

274. Суп молочный грибной

Подготовленные свежие грибы нарезать и припустить с маслом. Вскипятить воду, посолить, положить в нее нарезанный дольками картофель, сварить его почти до готовности, добавить пассерованный лук, припущенные грибы, налить молоко и сварить суп до готовности.

На 2 стакана молока 2 стакана воды, 80 г свежих грибов, 1/3 луковицы, 3 ч. ложки сливочного масла, 60 г картофеля соль по вкусу.

СТРАНИЦЫ ИСТОРИИ

Нужен ли Северу «искусственный» холод?

«Установившиеся ходячее представление, что наш Север не нуждается в использовании благ искусственного холода при наличии здесь естественного «холода» мало-помалу начинает разрушаться. Любые морозы не избавляют северных рыбопромышленников от необходимости почти весь свой улов предлагать к про-

даже в соленом, т. е. обесцененном виде; те же морозы не дают возможности крестьянам сбывать масло в свежем виде (сливочное масло) и заставляют перетапливать его в «русское», расцениваемое ниже нормального сливочного...» Потому общество «создало из своей среды специальную постоянную комиссию по холодильному делу, цель которой — определение рода и количества производимых в

275. Суп молочный манный

Манную крупу засыпать в кипящее молоко, разбавленное водой, проварить в течение 10 мин, заправить сахаром и солью. При подаче добавить сливочное масло.

2 стакана молока, 1/2 стакана воды, 1 ст. ложка манной крупы, 1 ч. ложка сахара, 2 ч. ложки масла, соль по вкусу.

276. Суп молочный сухарный

Сухари растолочь, просеять через сито, всыпать в кипящее молоко, разбавленное водой. Прокипятить, снять с огня, заправить яичным желтком, предварительно разведенным холодным молоком, добавить сахар, соль, сливочное масло. Можно добавить по вкусу ванилин.

На 2 стакана молока 1/4 стакана воды, 4 ст. ложки молотых сухарей, 1/3 яичного желтка, 1 ч. ложка сахара, 2 ч. ложки сливочного масла, соль и ванилин по вкусу.

БЛЮДА ИЗ ТВОРОГА

277. Творог домашний

Налить в кастрюлю молоко, добавить простоквашу или сметану и оставить при комнатной температуре, пока не свернется. Затем кастрюлю со свернутым молоком ставят в широкую посуду с водой и нагревают, не доводя до кипения, на слабом огне, осторожно перемешивая верхние слои массы. Когда творог уплотнится и

крае скоропортящихся продуктов, выяснение потребности в количестве и местах установки холодильников и определение, какие методы охлаждения здесь наиболее приемлемы: при помощи машин, льда и соли, одного льда...»

«Известия
Архангельского
общества изучения
Русского Севера»,
1913, № 1



поднимется кверху, его откидывают на сито или дуршлаг, покрытый двумя слоями марли и оставляют, пока не стечет вся сыворотка.

На 2 л пастеризованного молока 1/2 стакана простокваши или 1 ст. ложка сметаны.

278. Лапшевник с творогом

Лапшу или вермишель сварить до мягкости в подсоленной воде и откинуть на дуршлаг. Протереть или пропустить через мясорубку творог, добавить яйца, сахар, соль и перемешать. Заправленный творог смешать с вареной лапшой, положить на сковороду, смазанную маслом и посыпанную сухарями, сверху смазать яйцами, взбитыми со сметаной, и запечь. Перед подачей разрезать на порции и полить растопленным сливочным маслом или сметаной.

Лапша или вермишель 50 г, творог 65 г, 1/4 яйца, сахар 10 г, сметана 5 г, сухари 3 г, масло сливочное 15 г.

279. Сырники вареные

Творог хорошо растирают и протирают через сито, добавляют соль, размягченное масло, яйцо. Если творог сухой, то прибавляют немного сметаны. Затем в массу всыпают муку и хорошо вымешивают, чтобы не осталось комков. Полученное тесто выкладывают на стол, посыпанный мукой, раскатывают тонким жгутом (3—5 см) и нарезают на куски, которые опускают в кипя-

ВСПОМНИМ ЗАБЫТОЕ _____

Дежень

Молоко ставили на простоквашу, которую затем ставили в русскую печь и таким образом получали творог. После охлаждения творог смешивали с толокном. Подавали со сметаной или сливками, чуть полив ими поверхность дежня.

шую подсоленную воду и варят, пока они не всплывут. Затем их вынимают шумовкой, кладут на блюдо и поливают растопленным маслом и сметаной.

Творог 150 г, масло 1 чайная ложка, яйцо 1/2 шт., мука пшеничная 35 г. Для подачи: масло 60 г, сметана 20 г.

280. Сырные бабки

Готовят сырную массу, как для вареных сырников, но немного жиже, разделяют ее ложкой на клецки (бабки) и бросают их в кипящую воду. Когда бабки всплывают, их вынимают, укладывают на порционные сковородки, заливают сметаной и запекают в духовке.

Творог 140 г, мука 16 г, яйцо 1/2 шт., сметана 40 г.

281. Творожные пряженцы

Домашний творог тщательно растирают деревянной ложкой или протирают через сито, добавляют размягченное масло, яйца, соль. Вымешивают, постепенно добавляя муку (в творожном «тесте» не должно быть комков). Полученную массу формируют в виде жгута, нарезают его на кусочки, опускают их в разогретое масло и жарят до золотистого цвета. Вынимают шумовкой. Подают, полив сметаной.

Творог 150 г, масло 1 ч. ложка, яйцо 1/2 шт., мука 2,5 ст. ложки.

282. Пасха

В растертые добела желтки и сливочное масло вводят ванильный сахар. Творог 2—3 раза протирают через

ИЗ ИСТОРИИ РУССКОЙ КУХНИ

Гурьевская каша

Существует несколько версий происхождения этого блюда. По одной из них министр финансов Гурьев был приглашен в дом отставного майора Юрасовского отобедать. Обед удался на славу. Особенно понравилась Гурьеву каша, такой вкусной манной каши министр, по его словам, не едал от роду. Он тут же пожелал познакомиться с пова-

ром. Им оказался крепостной Захар Кузмин. Гурьев выторговал его семью у Юрасовского и вскоре стал звать в свой дом гостей на необыкновенно вкусную кашу, которую прозвали гурьевской. По другой версии автором этого блюда был повар одесского градоначальника (начало XIX века) графа Гурьева. Так или иначе, но в прошлом столетии это блюдо было широко известно в русской кухне.

сито и добавляют в растертую массу. Ее тщательно вымешивают, затем добавляют взбитые в пену белки, сливки и вновь вымешивают (можно добавить изюм). Наполняют творожной массой специальные деревянные формы, обложенные изнутри чистой тканью. Массу в формах прессуют и на 2—3 дня выносят на холод.

Творог 500 г, масло 200 г, 2 желтка и 2 белка, сливки 150 г, изюм и ваниль по вкусу.

БЛЮДА ИЗ ЯИЦ

283. Яичная кашка

Сырые яйца смешать с молоком, посолить, добавить масло, тщательно размешать и проварить в маленькой кастрюле, непрерывно помешивая деревянной ложкой, до легкого загустения.

Подают яичную кашку в подогретой тарелке, выложив горкой. Вокруг можно положить поджаренные гренки из белого хлеба. Можно посыпать кашку тертым сыром или подать с зеленым горошком. Готовить это блюдо нужно непосредственно перед подачей.

На 2 яйца 1 ст. ложка молока, 1/4 ст. ложки сливочного масла, соль по вкусу. Для подачи: 1/2 ст. ложки тертого сыра или 1 ч. ложка зеленого горошка.

284. Драчена натуральная

Сырые яйца смешать с пшеничной мукой, добавить сметану и снова перемешать (хорошо взбивая). Смесь

Рецепт гурьевской каши такой: на 250 г манной крупы 1 стакан молока, 1/4 стакана толченых грецких орехов, 1 ст. ложка сахара, ванилин по вкусу, 1 ст. ложка сливочного масла, 1 яйцо и соль по вкусу. Крупу всыпают в кипящее подсоленное молоко и заваривают вязкую манную кашу. Немного охлаждают ее и добавляют растертые с сахаром желтки, взбитые в пену белки, обжаренные на сливоч-

ном масле орехи, осторожно перемешивают. Половину каши выкладывают на смазанную маслом сковороду, сверху кладут очищенные от косточек абрикосы, на них — молочные пенки (с молока, паренного в духовке) и покрывают слоем каши (второй ее половиной). Посыпают кашу сахарной пудрой и прижимают раскаленным железным прутом так, чтобы на поверхности образовались полосы. Ка-

постепенно развести теплым молоком и процедить сквозь сито. Массу вылить на смазанную маслом сковороду и запечь в духовке. Вынув готовую драчену, ее тут же подают к столу, пока она пышная и горячая. (Холодная драчена становится плотной и невкусной). Подавая драчену на стол, ее поливают растопленным сливочным маслом.

Молоко 1,5 ст. ложки, сметана 1/2 ст. ложки, 3 яйца, мука пшеничная 1 ч. ложка, масло сливочное 1/3 ч. ложки,

285. Яичница в горшочке

Молоко и яйца вылить в горшочек, взбить, добавить соли и поставить для запекания в нежаркий духовой шкаф (температура 100—120°). Подают в теплом виде или холодной.

Молоко 700 г, 2 яйца, соль по вкусу.

286. Драчена с творогом

Творог перетирают, добавляют желтки, сметану, сахар, соль, и все хорошо перемешивают. Затем добавляют молоко, размешивают, вводят взбитые белки и запекают на сковороде.

На 2 яйца 50 г молока, 40 г творога, 15 г сметаны, 5 г сахара и 15 г масла.

шу ставят в духовку для запекания. Вынув, поливают соусом, приготовленным из 5 абрикосов, 1 ст. ложки сахара и 2 ст. ложек воды (смесь кипятят на небольшом огне до полного разваривания абрикосов).





«НЕ КРАСНА ИЗБА УГЛАМИ, КРАСНА ПИРОГАМИ»

ВЫПЕЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ

«Хлеб да соль!» — говорит русский человек, приветствуя тех, кого увидит за обеденным столом. Хлебом и солью испокон веков встречают на Руси дорогих гостей. «Хлеб — всему голова» — гласит народная мудрость, а другая пословица вторит ей: «Худ обед, коли хлеба нет». Для крестьянина хлеб всегда был «даром божьим», «отцом-кормильцем». И не случайно всякая работа, связанная с хлебом — от посева зерна до выпечки караваев, — носила почти ритуальный характер.

«Выпечка хлеба — сложный и торжественный обряд, — пишет К. П. Гемп. — Хозяйка с вечера приносила из кладовой в избу квашенку, тщательно повязанную чистой холстиной, на дне ее — кусок закваски (она оставалась от предыдущего теста. — Л. Ч.), тестеник, мутьовка. Повязывала «большуха» голову чистым платком и, благословясь, заводила квашню. Как только раствор выходит, она добавляла соль, муку, просеянную сквозь сито... Замесив густое тесто, закрещивала его — выдавливая на поверхности форму креста; квашенку, накрытую холстом, ставила в теплое место. Ранним утром, убедившись, что квашенка выстояла, хозяйка затапливала печь... Когда дрова прогорали, она разгребала угли вдоль стенок печи и мокрым помелом из сосновых веток «пахала» печной под... Пока топилась печь, хозяйка разделявала тесто на караваи, когда они подой-

дут, влажной рукой оглаживала каждый, чтобы у испеченного хлеба корочка блестела, а затем на лопате сажала хлеб на горячий под. Испеченный хлеб раскладывали на столешнице и накрывали холстиной... Аромат ржаного хлеба не забывается. Многим во время войны во сне виделся подовый ржаной каравай — это наше северное чудо». Да что там в войну! Я до сих пор, когда режу хлеб, вспоминаю, как пекли караван в деревне, как бабушка, неторопливо, но очень ловко, сноровисто, замешивала тесто, что-то шептала над ним и, перекрестившись, ставила хлеба в печь. Каким ароматом наполнялся дом! Очень хочется, чтобы этот неповторимый запах и вкус домашнего хлеба узнали и надолго запомнили наши дети. О том, как приготовить тесто и испечь домашний хлеб — ржаной и пшеничный — вы узнаете из этого раздела.

Как-то в одной из местных газет прочла небольшую заметку. Моряк делился впечатлениями об Англии, о встречах с англичанами и, в частности, рассказывал о том, как лоцман, встречавший судно при заходе в порт, в ответ на предложение выбрать что-нибудь из сувениров «на память», несколько смутившись, попросил... буханку ржаного хлеба. Получив в руки еще теплый каравай, он вдохнул в себя его аромат и сказал: «Это будет угощение моей семье. Русский хлеб — это так вкусно! Неповторимо!» Не случайно поморы приговаривали: «Ржаной-то хлебушко всем хлебам дедушко. Духмяный он, скус в ем, и сухарь рассыпной».

На Севере пекли в основном ржаной хлеб, в Поморье, где рожь сеяли редко, пекли и ячменный, но он был хорош только в день выпечки, а потом быстро засыхал. На Зимнем берегу пекли заварочный (говорили «заворочный») хлеб... Приготавливался он следующим образом: муку заваривали в квашне кипятком и оставляли до вечера на холоде, пока «не выстуднет». После этого ее заваривали гуще из-под кваса и оставляли до утра — «на утро выживает, тоды печешь». Там же рыбакам, уходившим на дальний промысел, пекли пресный хлеб и лепешки. Такой хлеб быстро черствел, но дольше сохранялся. На Поморском берегу рыбакам, уходившим на ближний промысел, давали с собой згибни — небольшие, продолговатой формы хлебцы из кислого ржаного теста. Их можно было есть, не разрезая.

Пшеничная мука была доступна далеко не всем («Матушка рожь кормит всех сплошь, а пшеничка по

выбору») и покупали ее северяне, как правило, для праздничной стряпни. Даже в столь знаменательное торжество, как свадьба, молодым подавали чаще всего ржаной хлеб. Причем связанные с этим обычаи были разные. Так, у поморов был обычай к выходу невесты из предсвадебной бани ставить на стол байник — хлеб с зернами «жита» (ячменя) или овса, положенными в вырезанное сверху каравай углубление. Его особым образом зашивали в кусок белой (или белой с красным) материи, зашивали так, чтобы была видна форма хлеба — круглого или в виде усеченного конуса. Потом этот байник везли впереди свадебного поезда. В некоторых местах Поморья байник пекли и жениху, и тогда оба каравай подростки несли к венцу и в дом молодого. Распарывали байник в конце свадьбы.

У ненцев был другой обычай. Как только невеста была одета для свадебного путешествия, сват приводил под руку жениха, ставил его рядом с ней и вручал ему ковригу хлеба, которую жених передавал невесте, а та при выходе из чума — близким родственникам.

На Онеге в день знакомства жениха и невесты будущая теща ставила на стол напротив них «мякушку» — большой каравай ржаного хлеба с солонкой наверху.

Вообще с «хлебным», то есть печеным, у северян связаны многие обычаи. Один из них — послать ко всем родным и близким с известием о рождении младенца так называемое крожное: пироги или пряники, калачи или сухари (нередко и ржаные). Что будет послано, зависело от достатка родителей. А через год и во все последующие дни рождения ребенка по родным разносились так называемые именины — пироги, калачи или крендели. И самые первые, горячие, отправлялись в дома крестных отца и матери и «бабушки»-повитухи. Когда ребенок подрастал, он сам бежал к ним с угощением. Если день рождения отмечался, то именинным пирогом для гостей непременно была кулебяка. «Без этой кулебяки, хотя бы того лучше было угощение, именины как не именины...» — писал П. Базилевский в статье «Народные обычаи в Холмогорском уезде Архангельской губернии», опубликованной в «Архангельских губернских ведомостях» (1862, № 42).

Кулебяка (рыбник) — самый распространенный из северных пирогов. Интересно, что в представлении россиян кулебяка — это продолговатой формы закрытый пирог с любой начинкой: с капустой, яйцами, грибами

и т. д. (В широко известном трактире И. Я. Тестова в Москве подавали даже кулебяки с начинкой в двенадцать ярусов). Но в представлении северян кулебяка — это пирог только с рыбой или рыбным фаршем. Ихних кулебяк здесь не признают. Рыбники с пойманными в весенний разлив и присоленными лещами или щуками были неперменной частью страдного крестьянского харча. Их брали с собой на сенокос и на жатву. Они же были обязательным блюдом не только на именинах, но и в любом праздничном застолье.

Вторым по популярности на Севере выпечным изделием является шаньга. И нас, северян, не случайно зовут не только трескоедами, но и шанежниками. А мы, северяне, называем эти круглые, невысокие булочки нежно и ласково — шанежками.

Особое место среди выпечных изделий занимают блины. Каких только блинов и блинчиков не знает русская кухня! Яшные (из ячневой муки), ржаные, гречневые, овсяные, пшеничные, гороховые, из пресного и кислого теста, из манной крупы, с припеком и начинкой... В отличие от шанежек блины пекутся быстро. Поставил сковороду на горячий камень в устье печи, налил теста, перевернул разок, а через минуту-другую — на тарелку. Завтрак вкусный и, главное, сытный, а это в тяжелом крестьянском труде обстоятельство немаловажное. К тому же и муки на блины требуется немного, что для экономных северных хозяек тоже было важно. Поэтому блины пекли довольно часто. В будний день — «скородумки», а в воскресный и тем более в праздничный непременно «хожалые», на дрожжах. В посты тесто для блинов разводили на воде и ели их с солеными грибами, постной рыбой, квашеной капустой, ягодами. В заговенье и праздничные дни, на свадьбы и поминки блины разводили на молоке и ели с маслом и сметаной. Особенно много блинов пекли в масленицу. Ими наедались до отвала, потому и масленицу называли объедохой. Русские блины отличаются особой консистенцией. Они рыхлые, пористые, поэтому быстро впитывают жиры, а пропитавшись ими, становятся еще вкуснее.

По праздникам, церковным и семейным, в каждом доме пекли пирожки и пироги (само слово «пирог» происходит от древнерусского слова «пир»). Стряпали пирожки с репой, капустой, грибами, кашей, пекли ягодники. По весне на радость ребятишкам заворачивали

«жаворонков» с глазами-изюминками. На Пасху пекли куличи.

В старые времена в большинстве северных волостей пироги, как и хлеб, пекли из «черной» муки, из нее же выпекали подорожные калачи и сочни. Позднее, когда в продаже стало больше пшеничной муки, ее стали смешивать с ржаной или ячменной и лишь в самые большие праздники пекли «пшеничники».

Одни и те же выпечные изделия в разных местах называли по-разному. Например, в Холмогорском и Онежском уездах калитками называли ячменные лепешки на молоке и масле с картофельной или «кашной» намазкой. Калитка с пшенной кашей была не только вкусна, но и красива, и потому красивую женщину в этих местах тоже называли калиточкой. («Лонись бабье лето было — все ведро стояло, видать, Маня-калиточка в первой-то день раньше всех на улку выглянула»). В Поморье калитками называли тонкие сочни с ягодами, пшеном или творогом. Лепешки с картофелем здесь звались картовницами. Были здесь репницы и овсяницы, пекли просовые (из пшена) и «гречишны» шаньги, а также ватрушки с рыбой, которые называли тяпухами.

Повсюду пекли расстегаи. Так называется пирожок, зашипаный особым способом — с отверстием наверху. Сегодня в наших кулинариях такие пирожки пекут закрытыми и вытянутыми, да подчас и пишут на ценниках «растягай», видимо, считая, что при выпечке этот пирог надо всего-навсего растянуть. А раньше в «расстегнутый» этот пирожок подливали при подаче крепкий бульон, заправленный маслом и зеленью, или соус, отчего фарш становился мягким и сочным. Настоящий расстегай — объедаенье!

В конце XIX — начале XX столетия, особенно с развитием пароводного сообщения, широкое распространение повсеместно на Севере получили готовые хлебные изделия, которые покупали в Архангельске или прямо на торговых рейсовых пароходах. Возвращавшиеся с заработков крестьяне и рыбаки-«мурманщики» везли домой связки белых калачей и сушек, по десятку французских булок и ситных караваев да по кулю пряников, которыми одаривали чуть ли не всех односельчан. Пряники едой не считались, это было «ребячье баловство», и подтверждение тому — пословица: «Хлеба не станет, будем пряники есть», дескать, на безрыбье и рак — рыба.

Пряники на Руси пекли самые разные: медовые, сусляные, сахарные, коврижки, фигурные (вырезные) и печатные. Но никакие фабричные пряники не могли сравниться по вкусу с северными козулями домашнего приготовления. Знаменитый наш сказочник С. Г. Писахов так рассказывал об этом рукотворном чуде: «Уходящий старый быт уносит с собой загадку происхождения рождественских козуль. Издавна завелось печь к рождеству козули. Но почему они пекутся к рождеству только? И откуда это название — козули? Это до сего дня — вопросы...

Самые древние козули — холмогорские и мезенские — из черного теста, иногда расцвеченные белым тестом. Холмогорские козули по виду напоминают оленя. Из теста вылеплена фигура на четырех ногах, голова, куст рогов ветвистых, на рогах яблоки, на яблоках птички, вернее крылышки птичек, сделанные из белого теста (яблоко с крылышками напоминает изображение крылатого солнца). И вся козуля кажется перенесенной из очень давнего языческого мира... Размер такой козули бывает 5—6 вершков. Меньшего размера козули делают без яблок на рогах, а только с птичками (птички напоминают кисти рук с растопыренными пальцами). Пекут козули и маленького размера — около вершка, упрощенные по рисунку или пытаются им придать сходство с коровой, конем (иногда с всадником на коне)...

В Мезенском уезде, кроме маленьких, подобных холмогорским, еще пекут плоские козули; раскатывают тесто длинной лентой толщиной вполовину карандаша и свертывают его разными рисунками, порой неожиданно похожими на священный лотос в волнистом окружении, напоминающем сияние. Бывают также птички на гнезде и другие...

В Архангельске пекутся козули из пряничного теста, режутся железными формами (пряничные силуэты) и украшаются (разделяются) сахарной глазурью, белой и цветной (чаще розовой), обильно облепляются «золотом» и «посыпью». Формы, сделанные из железа, иногда довольно толстого, сохраняются долго, переходят из рода в род. Расспросами удалось установить давность форм до 200 лет, но, несомненно, есть формы и значительно большей давности... Козульницы и козульники часто совершенно не умеют рисовать карандашом, а возьмут палочку или трубочку с глазурью и по силуэту

пряника, повторяя виденное и перенятое у старших, творят удивительные по красоте рисунки...

Печь козули начинают с октября. В начале декабря козули появляются в булочных и кондитерских. Размер козуль — от полутора до 10—12 вершков, стоимость — от копейки до рубля, а более вычурные изделия кондитеров стоят до 10 рублей и более.

Перед рождеством козули заполняют рынок. Торговки козулями выстраиваются рядами и развешивают свои короба — предлагают покупателям широкий выбор. Громадное количество посылок с козулями рассылалось по России и за границу.

Многое в Архангельской губернии сохранилось от очень глубокой старины. Мне кажется, что и козули холмогорские и мезенские (и в ряде других уездов) являются наследием здешних первоначальников. Возможно, что пришедшие сюда новгородцы и москвичи принесли с собой пряники. И из древней козули из черного теста и из пряника могла выявиться наша козуля. Но, может быть, пряник завезен на Север иностранцами и приспособлен взамен языческого печения к христианскому празднику...»

Форм и рецептов изготовления северных козуль существует множество. Многие мастерицы творчески видоизменяют традиционные рецепты, добываясь своей особой «изюминки». И хочется верить, что этот творческий родник не иссякнет, что у старых мастериц появлялись достойные преемницы.

ХЛЕБ

287. Хлеб ржаной

Рецепт этого хлеба записан в одной из деревень Холмогорского района от старой крестьянки, поэтому технология его приготовления включает детали старого быта.

Для ржаного хлеба «первое дело» — закваска. Делают ее за сутки до выпечки: дрожжи разводят небольшим количеством теплой воды и всыпают ржаную муку (100 г), замешивают тесто и ставят его в тепло. Через сутки закваску разводят теплой водой и размешивают. Потом вливают в квашню (специальную кадку для замешивания теста) теплую воду, разведенную закваску, всыпают треть ржаной муки, предназначенной для тес-

та, быстро перемешивают, разравнивают поверхность, присыпают ее мукой и снова ставят в тепло. Через 12—14 ч добавляют соль и всю оставшуюся муку, тщательно, долго вымешивают тесто и опять ставят в тепло. Готовность теста определяют по его упругости: надо пальцем сделать в тесте ямку, если тесто вызрело, оно в ней медленно начнет подниматься и выровняется с остальным. Это тесто еще не готово к выпечке, его надо «подкатать»: положить в широкую деревянную или эмалированную чашку («сеяльницу») и хорошо выкатать в ней, подбрасывая. Потом выкатанную «лепеху» «кувыркали» на чистое холщовое полотенце («ширинку»). Под в печи тщательно заметали сосновым помелом. Печь должна быть хорошо протопленной, но не жаркой. Караван один за другим сажали на лопату, сбрызгивали или сглаживали водой и «совали в жар». Через 2—2,5 ч, достав один из хлебов, протыкали его лучиной, если она оставалась сухой, хлеб был готов.

На 2 кг ржаной муки 1 л воды, 5 г дрожжей и 40 г соли,

288. Хлеб пшеничный

В посуду вливают 1,5 стакана теплой воды, добавляют дрожжи и сахар, тщательно размешивают, всыпают стакан пшеничной муки и вновь тщательно размешивают, а затем ставят закваску в тепло. Спустя полчаса в нее можно высыпать всю остальную муку, прибавить воду и соль и замесить тесто так, чтобы оно отставало от стенок посуды. Поставить его в теплое место

ВСПОМНИМ ЗАБЫТОЕ

Хлеб пеклеванный

5 ложек подкваски из-под кислых щей или квасу смешать с 10-ю ф. пеклеванной муки, подливая теплой воды, чтобы было густо. Дать укиснуть, посолить, подбить еще мукой и, когда хорошо взойдет, сделать хлебы, которые разложить на хлебные чашки, дать еще подойти и тогда выложить на лопатку, сглаживать водой.



для брожения. Как только тесто поднимется, его надо обмять, дать второй раз подняться и снова обмять. Готовым к выпечке оно будет через 2—3 ч. А дальше — как с ржаным хлебом: «подкатать», разделить на круглые хлебцы, смочить их водой и выпечь в среднем жару.

На 2 кг пшеничной муки 5 стаканов воды, 40 г дрожжей, 2 ст. ложки соли и 2 ч. ложки сахара.

289. Хлеб домашний скороспелый

Дрожжи залить 1/2 стакана теплой воды, вылить в посуду, в которой будет замешиваться тесто, добавить 2 ст. ложки муки (без горки), размешать и дать постоять в течение 10—15 мин. Очень мелко нарезать и обжарить на растительном масле луковичу, масло отцедить через ситечко в дрожжи, добавить оставшуюся воду и посолить. Тщательно перемешав смесь, добавить к ней положенное количество муки и замесить крутое тесто (оно не должно приставать к рукам и стенкам посуды). Сформовать из теста небольшие круглые хлебцы, положить их на противень, дать подойти в течение 2—3 мин и испечь в духовке. Готовые хлебцы выкладывают на деревянную доску, накрывают полотенцем и дают им остыть. Некоторые любят домашний хлеб теплым, он, конечно, вкусен, но для желудка тяжел, и потому его лучше есть остывшим.

1,5 стакана молока или воды, 40 г дрожжей, 2,5 стакана муки, 1 луковича, 1/3 стакана растительного масла, соль по вкусу.

СТРАНИЦЫ ИСТОРИИ

Земледелие — «незавидное»

Производительность нашего Севера составляют главным образом земледелие и морские промыслы. Уезды Шенкурский, Холмогорский, Пинежский и частью Мезенский существуют земледелием; Кемский и большая часть Мезенского — морскими промыслами... Однако земледельческий труд у нас, можно сказать, в первобытном состоя-

нии. Скучность приспособлений к хлебопашеству земли, отсутствие правильной системы сельского хозяйства незavidно характеризуют земледелие. Не способствуют его развитию суровый климат и тощая почва...

В наилучшее положение относительно земледелия по климатическим условиям и географическому положению поставлен Шенкурский уезд. Обилием урожая он равняется

БЛИНЫ, БЛИНЧИКИ И ОЛАДЬИ

290. Блины на опаре (дрожжевые)

В теплом молоке растворить дрожжи, перелить в глубокую посуду, добавить муку и размешать. Получится опара, по консистенции она должна соответствовать густой сметане. Затем поставить опару в теплое место, накрыть крышкой или полотенцем и дать подойти. Потом вылить в нее смесь, состоящую из теплого молока, растопленного масла, желтков, соли и сахара, все тщательно перемешать, высыпать остаток муки, снова тщательно перемешать и поставить тесто подниматься. Блины будут особенно вкусными, если тесто увеличится в объеме в 2—3 раза. Оно будет пышнее, если во время брожения его дважды обмять. Перед выпечкой в тесто добавляют взбитые в пену белки, блины от этого будут легкими, пористыми.

На 400 г муки 500 г молока, 1 ст. ложка масла, 2—3 яйца, 20 г дрожжей, 1/2 ст. ложки сахара, 1/2 ч. ложки соли.

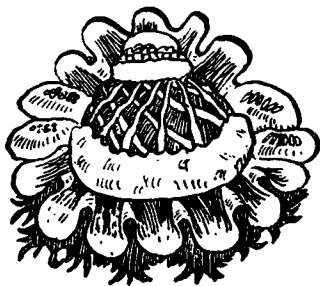
291. Блины скороспелые (скородумки)

Яйца смешать с растопленным маслом, сахаром и солью, добавить кислое молоко, затем постепенно, тщательно размешивая, ввести муку. Непосредственно перед выпечкой добавить разведенную в теплой воде соду. Чтобы блины получились пористыми, желтки и белки надо вводить в тесто отдельно: белки, взбитые в пену, — в последнюю очередь, соду в этом случае можно не добавлять.

окольным уездам Вологодской губернии, чем не могут похвастаться другие уезды нашей губернии.

Рожь высеивается у нас в ничтожном количестве — не больше четверика на ревизскую душу, исключая Шенкурского уезда, остальное идет под ячмень.

«Архангельские
губернские
ведомости», 1872,
№ 36—37



Если нет кислого молока, его можно заменить водой, в которую добавлена лимонная кислота. Последовательность приготовления теста в этом случае будет такой: яйца смешивают с теплой водой, добавляют соль, сахар и соду, затем всыпают муку и хорошо размешивают венчиком, чтобы тесто было без комков. Лимонную кислоту разводят в стакане теплой воды, вливают в подготовленное тесто, размешивают и сразу начинают печь блины.

На 500 г кислого молока или воды полный (с горкой) стакан муки, 1 яйцо, 1 ч. ложка сахара, на кончике ножа соли, соды и лимонной кислоты.

292. Блины ржаные

Приготовить опару из ржаной муки, дрожжей и молока, взятого в небольшом количестве. Оставшееся молоко подогреть, растопить в нем масло, прибавить желтки, сахар и соль. Смесь вылить в опару и поставить ее в теплое место. Когда тесто поднимется, обмять его. Перед выпечкой добавить взбитые белки и осторожно размешать тесто. Печь блины на сковороде, смазанной растительным или топленым сливочным маслом.

Из ржаных блинов можно приготовить блинницу (см. рецепт 299).

Ржаные блины чаще ели в пост. Их пекли на растительном (конопляном) масле.

На 500 г молока 400 г муки, 1 ст. ложка масла, 3—4 яйца, 20 г дрожжей, 1/2 ст. ложки сахара, 1/2 ч. ложки соли.

ХОЗЯЙКЕ НА ЗАМЕТКУ

Вы печете блины...

Чтобы испечь тонкие, румяные и пористые блины, нужно пользоваться сковородами небольшого размера — чугунными или другого металла, но обязательно с толстым дном.

Перед тем как налить тесто на сковороду, необходимо ее хорошо нагреть и смазать маслом, иначе блин подгорит.

Сковороды, не бывшие в употреблении, надо поставить

на огонь с каким-либо жиром и прогреть в течение 10—15 мин, затем жир слить, а сковороды протереть солью.

«Первый блин комом» — гласит русская пословица. Действительно, первый блин чаще всего получается «комом» — бледный, толстый, неаппетитный. Но зато он дает хозяйке возможность установить, сколько теста следует наливать на сковороду, чтобы блины получались тонкими.

293. Пшениные блины

Из 200 г пшена сварить вязкую (можно жидкую) кашу; когда остынет — протереть ее через сито. Отдельно в кастрюлю влить 1/2 стакана молока, 1 ст. ложку растопленного сливочного масла, довести смесь до кипения, всыпать 1 стакан пшеничной муки и заварить густое тесто. Охладив его до комнатной температуры, ввести дрожжи (1/4 «палочки»), накрыть тесто полотенцем и поставить в теплое место. Когда оно поднимется, добавить протертую кашу, 1 стакан пшеничной муки, 2 желтка, 2 стакана теплого молока и соли по вкусу. Дать тесту еще раз подняться. Перед выпечкой ввести в тесто 2 взбитых в пену белка, осторожно, но тщательно перемешать тесто и сразу выпекать блины.

294. Гречневые блины

Раньше хозяйки ставили опару на гречневой муке. Для этого заваривали ее кипятком, давали постоять в течение часа, затем вводили дрожжи и оставляли опару на ночь. Утром, отлив часть ее для следующей закваски, замешивали тесто, добавляя в опару только муку, давали тесту подойти и выпекали блины. Сегодня вряд ли стоит пользоваться этим рецептом, когда есть возможность приготовить эти блины быстрее, и сделать их более сдобными.

Из молока, пшеничной муки, дрожжей и соли замесить опару, поставить ее в теплое место на 1—1,5 ч. В готовую опару всыпать гречневую муку, тесто пере-

Мелкопористые блины получаются из хорошо выбродившего теста. Из недобродившего теста они выходят тяжелыми, пресными. Попробуйте первый испеченный блин. Если он чересчур плотный и пресный, поставьте тесто в теплую воду добродить.

Если пробный блин получился бледным, сухим и кислым, значит, тесто перебродило. Чтобы исправить его, добавьте немного муки, са-

харного песка и влейте горячего молока, тщательно перемешав тесто, продолжайте печь блины.

Готовность теста можно определить не только по вкусу блинов, но и по тому, как они себя «ведут» на сковороде. Блин из сырого, невыбродившего теста вздувается в середине пузырем, а из перебродившего при переворачивании рвется посередине. Исправить эти недостатки

мешать до получения однородной массы, добавить желтки и масло, и поставить в теплое место на 1 ч подниматься. Когда тесто поднимется, ввести в него теплое молоко, затем — взбитые белки и дать тесту еще раз подняться. Затем испечь блины. Подают их с молоком или творогом со сметаной.

На 3—3,5 стакана молока по 1,5 стакана пшеничной и гречневой муки, 20 г дрожжей, 2 яйца, 1 ст. ложка сахара, 1 ст. ложка масла, соль по вкусу. Для жаренья 2 ст. ложки жира.

295. Блины пшенно-гречневые

Из перебранного и промытого пшена сварить вязкую кашу, дать ей остыть и протереть сквозь сито.

В кастрюлю влить $1/2$ стакана молока, добавить 1 ст. ложку масла, довести до кипения, всыпать 1 стакан гречневой муки, заварить густое тесто и дать ему остыть до комнатной температуры. После этого в тесто влить разведенные в теплой воде дрожжи, размешать и дать тесту подойти. Затем добавить протертую кашу, остальную муку, сырые желтки, растертые с сахаром, посолить, влить теплое молоко, тщательно размешать и вторично дать тесту подойти. Непосредственно перед выпечкой добавить в тесто взбитые в пену белки.

Пшено 1 стакан, гречневая мука 1 стакан, масло 2 ст. ложки, 1 яйцо, 1 ст. ложка сахара, 7,5 г дрожжей.

296. Блины овсяные

Овсяную крупу или «геркулес» (последний предварительно замочив на 4—5 ч) отварить, протереть через

можно теми же способами, о которых говорилось выше.

Если середина блина подгорает, надо уменьшить огонь, поставить под сковороду рассекатель.

Блинное тесто берут осторожно, не давая ему опадать, большими деревянными ложками или половниками и лют на раскаленные, смазанные маслом сковороды. При этом количество теста должно быть таким, чтобы оно могло раз-

литься тонким ровным слоем по всей сковороде. Сковороду надо слегка поворачивать, приподняв сначала один, потом другой ее край. Имеет значение и количество масла, которым будет смазана сковорода. Если масла будет мало — блин будет пригорать, а если много — будет толстым, неровным. Масло не лют на сковороду, а смазывают ее перед выпечкой каждого блина. Смазывать можно перыш-

сито, добавить молоко, яйца, соль, сахарный песок, топленое масло и все тщательно перемешать. Из полученного теста выпечь тонкие блины и подать их с простоквашей или моченой брусникой с сахаром.

Овсяная крупа или «геркулес» 180 г, молоко 500 г, масло топленое 1/2 ст. ложки, соль 1/3 ч. ложки, сахар 1 ч. ложка.

297. Блины с припеком

В последнее время оказалась забытой давняя традиция русской кухни выпекать блины с припеком, то есть с различными добавками: с луком, грибами, рублеными яйцами, рыбным фаршем. В прошлом веке такие блины пекли повсюду. С припеком жарили и гречневые, и ржаные, и овсяные, и пшеничные блины. Лук для припека предварительно обжаривали до золотистого цвета, сушеные грибы отваривали, а затем тоже обжаривали. Если припек готовили из рыбы, мякоть ее припускали, мелко рубили, солили и обжаривали с луком.

На смазанную жиром сковороду кладут припек, заливают его тестом и пекут блины, как обычно.

298. Фаршированные блины

Готовили их на Руси повсеместно, и в каждой местности был свой излюбленный фарш. На Севере начиняли блины творогом, квашеной капустой, пареной брусникой, летом — шавелем. На блин клали начинку, сворачивали его рулетом или конвертом, укладывали бли-

ком, но лучше всего — половинкой луковицы (или сырой очищенной картофелины), разрезанной поперек и наколотой на вилку.

Когда сковорода разогрета, правильно смазана и на нее налито достаточное количество теста, блин печется недолго. Как только он начнет румяниться, его смазывают сверху маслом и переворачивают на другую сторону, иначе блин можно засушить.



ны один к одному на сковороду, поливали маслом, смазывали сметаной и запекали в печи.

Вот как готовили начинку из щавеля: щавель отваривали, выкладывали на сито, чтобы вода стекла, и протирали через сито, затем добавляли немного растопленного сливочного масла, густой молочный соус (172), по вкусу — сахар (смесь должна была получиться консистенции густой сметаны). Смазывали этой начинкой одну сторону каждого блина, сворачивали их рулетом. Если блины были крупными, разрезали пополам, обрызгивали маслом, смазывали сметаной и запекали.

На 6 блинов 1/4 стакана щавелевой начинки.

299. Блиница

Любые блины складывают на сковороду стопкой, смазывая каждый яйцом и жидкой овсяной или пшенной кашей. Запекают. Перед подачей режут на порции, посыпают толочком и подают с молоком, простоквашей или сливками.

300. Блинчатый пирог

Стенки и дно глубокой посуды смазывают маслом, укладывают несколько блинов, смазанных яйцом, на них — слой фарша, затем опять блины, снова фарш и т. д. Верхний слой должен обязательно состоять из блинов. Его смазывали маслом, яйцом со сметаной и запекали пирог в печи. Для фарша использовали вареную

ИЗ СТАРИННЫХ РЕЦЕПТОВ

Репяной хлебец

Репу очистить, разрезать на куски и сварить до мягкости в воде на слабом огне, так, чтобы вода выкипела почти вся. Затем репу истолочь в пюре, смешать с остатками отвара и остудить. В пюре добавить ячменную муку, посолить, вымесить довольно крутое тесто. Скатать и сформовать два хлебца. Наколоть их по всей поверхности вил-

кой, смазать маслом и печь в довольно горячей печи (в духовке, нагретой до 250°) в течение получаса. Вынув, накрыть льняным полотенцем и немного остудить. Репяные хлебцы едят теплыми. (Репя 750 г, вода 0,5 л, ячменная мука 500 г, 2 ч. ложки соли, 1 ч. ложка масла).



рыбу, рис, яйца, сваренные вкрутую, готовили начинку из жареных грибов и лука, творога, пареной брусники и т. д.

301. Блинчики

Они появились в северной кухне значительно позднее блинов. Русская кухня заимствовала их у западноевропейской. Чаще всего блинчики пекли без начинки, но иногда, как и блины, наполняли каким-нибудь фаршем, готовили из них и блинницу.

Блинчики пекут из бездрожжевого жидкого теста. Готовят тесто так: яичные желтки, сахар, соль и половину нормы холодного молока смешивают, добавляют небольшими порциями муку, тщательно растирая ее в жидкости, чтобы не было комков, затем вливают вторую половину нормы молока, еще раз размешивают и выпекают блинчики на маленьких сковородах, смазанных жиром. Подают с медом, вареньем, сметаной, маслом.

На 500 г молока 2 яйца, 2 ст. ложки сливочного масла, 1 ч. ложка сахара, 6—7 ст. ложек муки, соль по вкусу.

Блинчики с начинкой готовят так же, как блины, сворачивают их рулетиками и запекают в духовке или обжаривают с двух сторон в сковороде с жиром (во фритюре). Перед обжариванием блинчики панируют в сухарях, предварительно смочив в смеси молока с яйцом (на 1 яйцо 40 г молока).

ХОЗЯЙКЕ НА ЗАМЕТКУ

Секреты вкусных пирогов

Свежие прессованные дрожжи можно заменить сухими, но перед использованием сухие дрожжи следует замочить в теплой воде на 20—30 мин.

Дрожжи надо растворять только в теплой воде, но не в горячей, так как при высокой температуре дрожжевые грибки погибают и дрожжи

не будут «ходить» — процесс брожения приостановится.

Когда замешиваете тесто, молоко или воду вливайте в муку понемногу, тонкой струйкой и помешивайте деревянной лопаточкой — тесто будет без комков.

Соду и ваниль в тесто лучше недосыпать, чем пересыпать.

Вы хотите приготовить тесто с изюмом? Промойте его в горячей воде и обсыпьте му-

302. Блинчики со свежей капустой

В общепите они получили название «северные».

В половинную норму молока вводят яйца, соль и сахар, всыпают просеянную муку и размешивают до образования однородной массы, затем вливают в нее остальное молоко. Готовое тесто процеживают. Выпекают блинчики, фаршируют их, заворачивают в виде пирожков и обжаривают в духовке 5—6 мин.

Мука пшеничная 50 г, молоко 125 г, яйцо 1/4 шт., сахар 1/3 ч. ложки, соль по вкусу. Для жаренья — растительное масло. Приготовление фарша: 150 г капусты мелко порубить и обжарить на маргарине (1 ст. ложка), довести до готовности в духовом шкафу. Охладить, добавить по вкусу соль, перец, зелень, рубленые яйца (1/2 шт.).

303. Оладьи

Их готовят так же, как блины из дрожжевого теста, но замешивают его гуще. Если тесто замешивают на кефире или простокваше, то дрожжи не добавляют.

Развести дрожжи в теплом молоке, всыпать муку и вымесить тесто. Дать ему подняться в теплом месте (масса должна увеличиться вдвое). Затем в тесто кладут яйца, соль, сахар и растительное масло, вымешивают, дают тесту вторично подняться и, не размешивая его, берут смоченной в воде ложкой, кладут на горячую сковороду с маслом и пекут оладьи, обжаривая их с двух сторон. К оладьям подают сахар, мед, варенье, творог, сметану.

кой, тогда изюминки не слипнутся.

Чтобы тесто было пышнее, яичные желтки и белки в него лучше вводить по отдельности, белки — во взбитом состоянии и в последнюю очередь. Посуду, в которой будете взбивать белки, тщательно вымойте, а потом протрите бумагой. Главное, чтобы на ней не было ни капли жира. Следите, чтобы в белки не попала хотя бы частичка

желтка — это затруднит взбивание белков. Чтобы белки быстрее и лучше взбились, их надо перед взбиванием хорошо охладить. Начинайте взбивать их медленно и лишь постепенно ускоряйте движение. Белки лучше взбиваются, если в них добавить немного лимонного сока и щепотку сахарной пудры или несколько капель уксуса.

Не ставьте пироги сразу после разделявания в духов-

На 500 г муки 2 стакана молока или воды, 25 г дрожжей, 2 яйца, 1,5 ст. ложки сахара, 3—4 ст. ложки растительного масла, 1/2 ч. ложки соли.

ВЫПЕЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ ИЗ ПРЕСНОГО И ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА

304. Приготовление пресного теста

Для получения ржаного пресного теста ржаную муку грубого помола разводят подсоленной водой или молоком и замешивают тесто. Из пшеничной муки готовят пресное сдобное тесто. Для его приготовления в воде или сметане разводят яйца, соль, сахар, добавляют половину нормы муки и перемешивают. Когда тесто станет однородной массой, в него всыпают оставшуюся муку, смешанную с содой, и быстро замешивают крутое тесто.

Ржаное тесто: мука ржаная 250 г, 100—110 г воды или молока, 2 г соли.

Сдобное тесто: мука пшеничная 250 г, вода или сметана 90 г, 1 яйцо (некрупное), 30 г сливочного или растительного масла, сода и соль на кончике ножа.

305. Картофельные калитки

«Калитка (калитовка) — четырехугольная ватрушка, шаньга, наливашик, лепешка с кашей и сметаной или с творогом» — такое толкование слову дает В. Даль. На Севере пекут калитки только круглыми и непременно

ку, дайте им в течение 15—30 мин подойти, расстояться или, как говорят на Севере, «расстронуться». Пироги будут пышнее и мягче.

Чтобы верхняя корочка пирогов и пирожков была красивой, блестящей, их перед выпечкой надо смазать смесью масла с яйцом или только яйцом.

Пирог не подгорит, если под противень, на котором он печется, подложить еще

один лист и насыпать на него соли.

Если пирог начинает сильно зажариваться с одного конца, а с другого не пропекается, поставьте под зажарившийся край миску с водой.

Готовый пирог прилип к листу. Чтобы он легко снялся, поставьте лист на влажное полотенце или на широкую кастрюлю с водой.

но — с картофельной намазкой на тонком сочне. В некоторых местах под калитками подразумевают сочни не только с картофелем, но и с ячневой или пшениной кашей, в других последние зовут шаньгами.

Для приготовления картофельных калиток делают пресное тесто из ржаной или пшеничной муки (лучше 2-го сорта), замешивая ее на молоке. Последовательность приготовления такого теста указана в рецепте 304.

Из готового теста делают небольшие шарики, раскатывают их в сочни (сканцы), на каждый кладут столовую ложку картофельной намазки, разравнивают ее ложкой, смоченной в воде, края сочня защипывают так, что из него образуется «тарелочка». Поверхность намазки покрывают тонким слоем сметаны, смешанной с яйцом, и выпекают калитки при температуре 230—250° в течение 10 мин.

На 10 калиток: 125 г молока, 250 г муки, 1/2 яйца, 25 г масла или маргарина, 1/2 ст. ложки растительного масла, 1/4 ч. ложки сахара, 1/4 ч. ложки соли.

Картофельная намазка: 500 г картофеля, 50 г сливочного масла, 125 г молока, соль по вкусу. Для покрытия намазки 1/4 стакана сметаны и 1/2 яйца.

306. Шаньги

Готовят пресное тесто густой консистенции: в простоквашу кладут размягченный маргарин и соль, всыпают ржаную муку, хорошо вымешивают и дают тесту постоять в течение 30 мин. Затем тонко раскатывают в круглые лепешки, бортики защипывают и укладывают на середину ячневую крупу, выдержанную в течение

ИЗДЕЛИЯ ИЗ ЧЕРСТВОВОГО ХЛЕБА

Яичный каравай

Черствый пшеничный хлеб натереть на терке или пропустить через мясорубку, залить кипящим молоком и дать постоять в течение 1 ч. Затем добавить в него сливочное масло, сахарный песок, яйцо и хорошо размешать. Выложить смесь в смазанную маслом и обсыпанную сухарями сковороду или форму и поставить в духовку на

30—40 мин. Готовый каравай можно посыпать сахарной пудрой. (На 400 г тертого хлеба 350 г молока, 4 яйца, 50 г масла, 30 г сахара).



12 ч в молоке или простокваше. Поверхность смазывают смесью яйца со сметаной. Выпекают шаньги при температуре 210—220° в течение 10 мин. Вынув из духовки, смазывают сливочным маслом или маргарином.

На 10 шанег: 1 стакан простокваши, 330 г ржаной муки, 1 ст. ложка маргарина, соль по вкусу.

Для намазки: 160 г крупы и 2 стакана простокваши. Для покрытия намазки 1/2 стакана сметаны, 1 яйцо, 1 ст. ложка сливочного масла.

307. «Наливашники» (пресные шанежки)

Раскатать сочни из ржаного пресного теста, уложить их на противень или порционные сковородочки, сверху полить тестом для блинчиков (301) и поставить в духовку. Когда сочни начнут зарумяниваться, выдвинуть противень, смазать их сметаной, взбитой с яйцом, и запечь до готовности.

На 1 сочень 1 ст. ложку теста для блинчиков и 1 ст. ложку смеси сметаны с яйцом, приготовленной из 1/2 стакана сметаны и 1 яйца.

Можно приготовить «наливашники» и без теста для блинчиков, полив их сметаной, прибитой мукой.

На 1 сочень 1 ст. ложка сметаны и 1 ч. ложка пшеничной муки.

308. Сочни с рыжиками

Из ржаного пресного теста раскатывают сочни, защипывают края, а на дно получившейся тарелочки ложкой выкладывают свежие, чуть присыпанные солью, или соленые красные рыжики, поливают их сметаной и запекают.

ВСПОМНИМ ЗАБЫТОЕ

Листовые лепешки [лепешки на капустном листе]

Вывочить перловую крупу в молоке или простокваше (по вкусу). Картофель отварить в подсоленной воде и растолочь. Смешать пюре и замоченную крупу. Сформовать из теста четыре лепешки, положить каждую на капустный лист, покрыть другим капустным листом и густо смазать по верх капустных



309. Сочни из ячменной муки

Ячменную муку смешивают с пшеничной, добавляют сметану, сливочное масло, молоко и замешивают мягкое, не очень крутое тесто. Скалкой раскатывают его тонким слоем, придавая круглую или квадратную форму (можно вырезать круги по крупному блюду или тарелке). Сочни подсушивают на поду русской печи или в духовке при невысокой температуре (120°). Затем каждый сочень смазывают маслом и укладывают их друг на друга. Эти сочни можно хранить не один день. Подают их с молоком или кежным чаем (379).

Ячменная мука 1 стакан, пшеничная мука 1 стакан, сметана 1/2 стакана, сливочное масло 2,5 ст. ложки, молоко 1/3 стакана, яйца — 1 шт.

310. Колобы

Ячменную муку смешивают со сметаной, сливочным маслом, солью и замешивают густое тесто, которое разделяют на плоские колобки высотой 1,5—2 см и диаметром 5—6 см. Колобы пекут на сметане и без нее.

На 3 стакана муки 1 стакан сметаны, 2 ст. ложки масла или маргарина, 2 яйца, 1 ст. ложку сахара и 1/2 ч. ложки соли.

Если сметаны нет, ее можно заменить 1 стаканом растопленного масла или маргарина, добавить 2 ст. ложки водки и не вводить яйца.

311. Капустники

Замешивают сдобное пресное тесто из пшеничной муки и раскатывают сочни. Сверху на каждый кладут

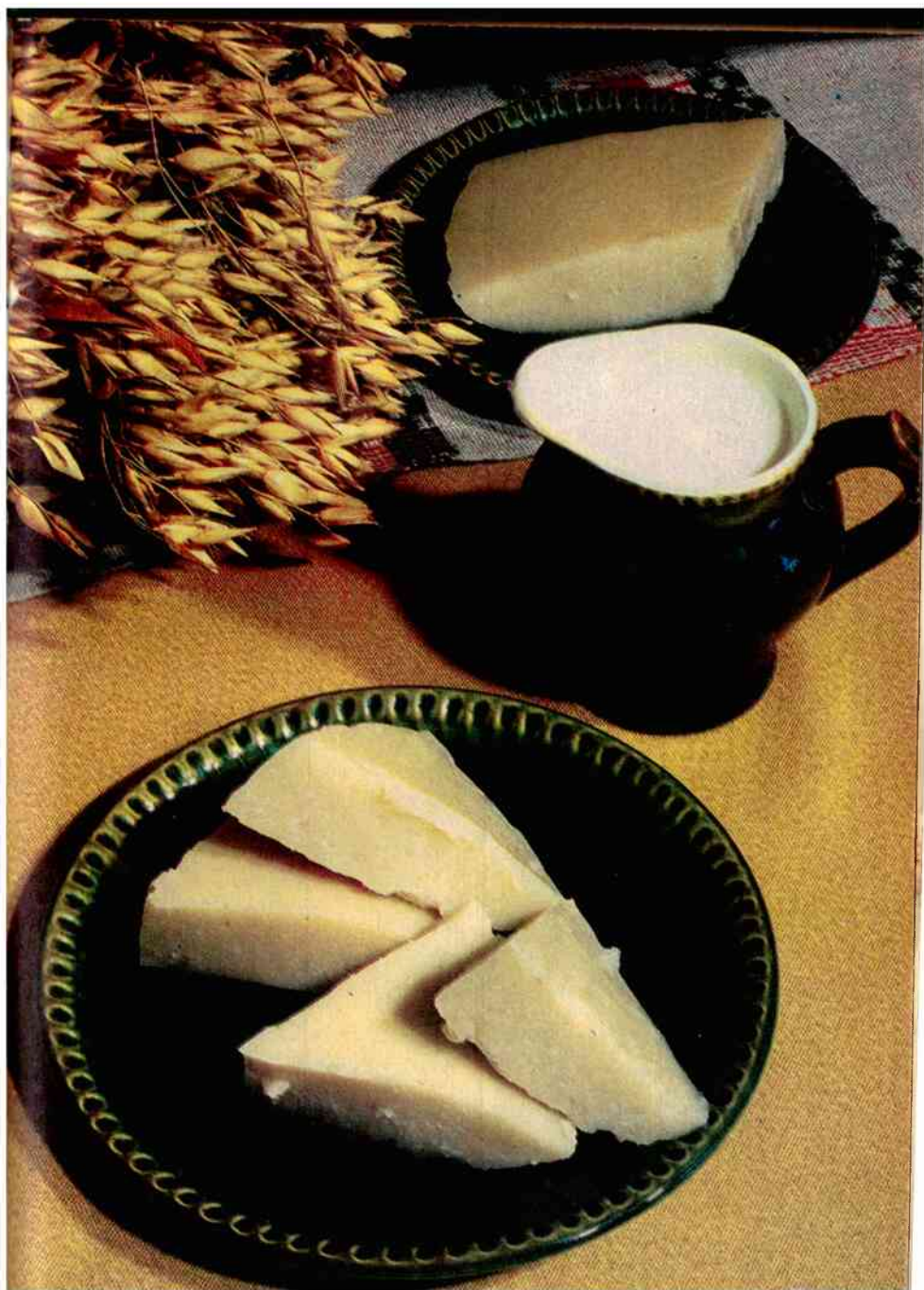
листьев маслом. В таком виде выпечь лепешки в печи и подать горячими, смазав растопленным маргарином.

Если вы воспользуетесь этим рецептом и решите испечь давно забытые лепешки (заметим — очень оригинальные по вкусу), то рекомендуем выпекать их в духовке при температуре 220—230°. (Капустные листья — 8 шт., перловая крупа 1,5 стакана, 500 г картофеля, 0,8 л моло-

ка или простокваши, 2 ч. ложки соли, масло для смазки).

Пирожки с толокном

Дрожжевое опарное тесто раскатать на лепешки и начинить толокном. Для начинки толокно смешать с кислым молоком или сметаной, добавить взбитое яйцо и соль. Положите начинку на середину лепешки, края защипать. Перед тем как печь, помазать сметаной.





Щи суточные ▲

◀ *Овсяный кисель*

мелко нарезанную и ошпаренную капусту (можно добавить к ней мелко нарубленные яйца), смазывают сметаной и выпекают.

Мука пшеничная 250 г, жидкая сметана 1/2 стакана, яйцо 1 шт., масло растительное 1 ст. ложка, сода и соль на кончике ножа; капуста св. 1/2 кочана, яйцо для фарша 2 шт.

312. Картофельные сочни

Вареный горячий картофель протирают. Добавляют соль, сметану, яйца и немного муки. Хорошо перемешивают, разделяют на шарики, из которых затем формируют лепешки толщиной до 1 см. Кладут их на смазанные маслом противни и посыпают сверху мукой. Готовые сочни смазывают маслом. Подают горячими с молоком или сметаной.

На 1 сочень: картофель 110 г, мука пшеничная 1 ст. ложка, яйца 1 шт. (в тесто) и 1/10 шт. (на смазку), сметана 1/2 ч. ложки, Масло или маргарин для смазывания 1 ч. ложка,

313. Пирог с рыбой

Такие пироги из пресного теста, приготовленного из пшеничной муки, пекут в южных районах Архангельской области — Устьянском, Вилегодском и др. Начиняют их рыбой и крупой. Рыбу используют крупную и мелкокостистую.

Лепешку из пресного теста раскатывают по величине рыбы или крупного ее куска. На тесто ровным слоем кладут крутую пшеничную кашу, слой измельченных яиц, сверху — рыбу. Закрывают начинку тонкой лепешкой из

ИЗ БЛОКНОТА ЭТНОГРАФА

Во время венчания в трапезе раздают народу свадебные пироги. Один не делится — и это каравай «баенник» — за то, что с ним долго возятся: делают чистым, беспримесным ржаным, зашивают накануне девичника в скатерть с двумя пшеничными калачами, солонкой с солью и двумя не бывшими в деле ложками. Зашивают баенник в бане (оттого и прозвание), когда невеста, выпарившись,

отдыхает, а расшивают наутро после венца, после второй бани обоих молодых. В церкви во время венчания он лежит у крылоса, как запоздалый, но живой свидетель давно отжившей языческой старины...

С. В. Максимов

теста, края красиво защипывают в виде гребешка. Сверху пирог смазывают маслом и яйцом. Запекают его при температуре 220—230°. Готовый горячий пирог снова обильно смазывают сливочным маслом, покрывают льняным полотном и остужают. Подают на стол, срезают верхний слой пирога. Его можно чуть сдвинуть на пироге в сторону или нарезать на куски и уложить их рядом с пирогом на широком блюде.

Тесто пресное 300 г, рыба 250 г, фарш из каши 150 г; 2 яйца для смазки: 1/2 шт. яйца, 1 ч. ложка масла.

314. Пирог с рыбным фаршем

Этот пирог пекут на севере Архангельской области, возможно, рецепт его был некогда заимствован у финнов. У них такой пирог называется «калекукко».

В смесь из ржаной и пшеничной муки тонкой струйкой вливают стакан холодной воды, добавляют масло и соль. Раскатывают тесто в пласт, присыпают его поверхность мукой, складывают пополам и на полчаса выносят на холод. Лук обжаривают на растительном масле или на шпике (в последнем случае начинка будет особенно ароматной) и пропускают через мясорубку вместе с треской или другой малокостистой рыбой (раньше рыбу мелко крошили). Перед тем как пропустить рыбу через мясорубку, ее надо очистить от костей и кожи. В фарш добавляют немного молока или сливок. Приносят тесто с холода, на одну половину пласта выкладывают фарш, накрывают его другой половиной, края за-

СОВЕТУЕМ ПРИГОТОВИТЬ

Пирог «Рюмерский»

Это старинный русский пирог, который готовили в специальной литой металлической форме. Сегодня ее может заменить металлическая форма для выпечки кексов или алюминиевая кастрюля диаметром не более 18 см. Внутри формы нужно установить металлическую или обернутую фольгой картонную трубку, чтобы пирог в центре не ос-

тался сырым. Хорошо вымытую форму сушат, охлаждают, густо смазывают полурастопленным сливочным маслом и ставят на холод.

В молоко кладут соль, сахар, дрожжи, добавляют 300 г муки, яичные желтки. Все тщательно перемешивают и ставят в тепло на 1,5—2 ч. В готовую опару добавляют теплую сметану, полурастопленное сливочное масло или маргарин, остальную муку и

шипывают и смазывают яичным желтком. Выпекают на слабом огне. Пирог печется долго, и, чтобы верх его не засох, верхнюю корочку периодически смазывают маслом, маргарином или смальцем. Готовый горячий пирог вновь смазывают маслом и покрывают льняным полотенцем. Разрезают пирог остывшим. К пирогу можно подать горчицу или тертый хрен.

По 200 г ржаной и пшеничной муки, 60 г сливочного масла, 800 г рыбного филе, 200 г шпика или 2 ст. ложки растительного масла для обжаривания лука, 2 луковницы, соль, перец, 2 ст. ложки молока или сливок, 1 яичный желток.

315. Дрожжевое тесто

Дрожжевое тесто (его еще называют кислым) используют для выпечки самых разных изделий: пирогов, пирожков, кулебяк, рыбников, булочек, ватрушек, пончиков, расстегаев. Для приготовления теста расходуется от 20 до 50 г дрожжей на каждый килограмм муки. Чем больше положено в тесто сдобы (масла, яиц, сахара), тем больше надо брать и дрожжей. Дрожжи должны быть свежими, мягкими. При замесе теста дрожжи разводят теплой водой или теплым молоком.

Тесто можно приготовить двумя способами: опарным и безопарным.

При опарном способе сначала готовится опара. Для этого в подогретую воду или молоко (полное количество нормы) выливают разведенные в небольшом количестве воды или молока дрожжи, всыпают половину нормы муки, размешивают и ставят опару

хорошо вымешивают тесто. Ставят его в тепло тоже на 1,5—2 ч. Тем временем можно приготовить несколько фаршей: грибной, мясной, капустный, рыбный и т. д.

Готовое тесто разделяют на шарики, из каждого делают небольшой пирожок. Начиняют пирожки разными фаршами. Каждый окунают в растопленное масло или маргарин и плотно укладывают

в форму слоями, чередуя пирожки с разными фаршами. Форму наполняют на 3/4 высоты и помещают в тепло на расстойку. Выпекают пирог при температуре 170—200°, готовность проверяют лучинкой. (Мука пшеничная 1 кг, молоко 500 г, сметана 100 г, масло сливочное 100 г, 4 желтка, дрожжи 30 г, сахар 70 г, соль 15 г).

в теплое место для брожения. Опара считается готовой, когда после подъема начнет опускаться. Чтобы этот момент не пропустить, через час после замеса надо следить за опарой. Как только уровень ее начнет опускаться, надо сразу замешивать тесто, иначе на перебродившей опаре оно будет невкусным. В готовую опару добавляют яйца, смешанные с солью и сахаром, и оставшуюся половину муки. В последнюю очередь вводят растопленное масло. Тесто оставляют в теплом месте для повторного подъема. Готовность его определяется по тому же признаку, что и готовность опары. Во время брожения тесто дважды обминают. Обычно оно бывает готово через 1,5—2 ч.

Для приготовления опары берут 500—550 г муки, 300 г воды, 30 г дрожжей и 20 г сахара. При замесе теста в него вводят 430—480 г муки, 70—80 г воды, 14 г соли, 110 г сахара, 54 г сливочного масла или 20 г растительного и 3—4 яйца.

При безопарном способе смешивают все компоненты сразу. Масло добавляют в конце замеса. Процесс брожения длится до 4 ч. Тесто тоже обминают 1—2 раза. Готовность теста также определяют по началу его оседания.

Для приготовления теста на 1 кг муки берется в среднем 30—40 г дрожжей (чем свежее дрожжи, тем меньшее их количество требуется для замеса), 2 стакана воды или молока, 2—4 ст. ложки сливочного или растительного масла, 2—3 яйца, 1 ст. ложка сахара и 1 ч. ложка соли.

Сдобное дрожжевое тесто готовится на основе опарного, но сдоба в него вводится в три приема: одна

ИЗ СТАРИННЫХ РЕЦЕПТОВ

Галеты овсяные постные

Взять 1 или 2 стакана мелкой овсяной муки и теплой воды, сколько нужно, чтобы замесить тесто, как для блинов, посолить и вылить на небольшие сковороды. Печь 20 минут в горячей печке.

Сочни с репой

Очищенную от кожуры репу или брюкву нарезать со-

ломкой и оставить на ночь в холодной подсоленной воде. Замесить ржаное пресное тесто, раскатать его в тонкие круглые пласты — сочни. На середину каждого положить вымоченную репу, красиво защищать края и печь сочни в негорячей печи (в слабо нагретой духовке) в течение 40 мин. Подать горячими. (Ржаное тесто 0,5 кг, репа 1 кг).

часть — в опару, другая — при замесе и последняя — при первой отминке теста (этот момент в данном случае называется отсдобкой). Таким образом готовится тесто для куличей, жаворонков и ряда других изделий.

Для опары берется 500—600 г муки, 300 г воды или молока, 15 г дрожжей, 20 г сахара.

При замесе добавляется 330—430 г муки (в зависимости от того, какой плотности тесто необходимо получить), 140—160 г воды или молока.

При отсдобке вводится 50 г муки, 130 г сахара, 24 г яйца и 100 г масла.

316. Рыбник

Дрожжевое опарное тесто из ржаной или пшеничной муки раскатывают в лепешку толщиной в 1 см, на нее кладут свежую подсоленную рыбу (если рыба нежирная, можно смазать ее поверхность маслом), закрывают рыбу второй половиной лепешки, края защипывают, дают пирогу расстояться, смазывают маслом и выпекают. Иногда рыбники выпекают открытыми (как кулебячки, только большого размера), рыба в таком пироге вкуснее.

Готовность закрытого рыбника определяли так: доставали пирог из печи и слегка встряхивали. Если рыба отделяется от теста, значит, рыбник готов.

Тесто дрожжевое 600 г, филе рыбы 600 г, масло для смазки 1 ст. ложка.

СТРАНИЦЫ ИСТОРИИ

«Рожь высевается у нас в ничтожном количестве — не больше четверика на ревизскую душу, исключая Шенкурского уезда, остальное идет под ячмень» — писали «Архангельские губернские ведомости в 1872 году.

«Пшеница в крайне малом количестве сеется преимущественно в Шенкурском уезде... Она здесь не имеет не только промышленного, но и

хозяйственного значения, так как сеется очень немногими, более зажиточными хозяевами в виде крайне маленьких полосок, более со спортивными целями и ради тщеславия, чтобы в праздники иметь «пшеничники» из «своей пшеницы».

«Известия Архангельского общества изучения Русского Севера», 1910, № 22.

317. Кулебяка с рыбным фаршем

Для рыбных кулебяк готовят дрожжевое опарное тесто. Поскольку кулебяка должна содержать большое количество начинки, то, чтобы дно ее не промокло, нижний слой фарша надо сделать более плотным, например, из отварного риса, а на него положить молотую рыбу, приправленную солью, перцем, слегка обжаренным луком, небольшим количеством масла. Тесто раскатывают широким пластом, на одну его половину укладывают фарш, другой закрывают, края зашпиговывают. Можно украсить кулебяку полосками теста, разрезанными с одного края и уложенными в виде веточек. Затем кулебяку укладывают на противень (разделявать ее лучше на полотенце, удобнее будет перенести на противень) и оставляют в теплом месте на 30 мин для расстойки. Потом пирог смазывают маслом с яйцом и делают проколы для выхода пара при выпечке. Выпекают при температуре 230—250°.

Тесто — рецепт 315.

Рыбный фарш — рецепт 322.

318. Кулебячки

Их пекут с мелкой рыбой (беломорской селедочкой, мойвой) или с крупной, разрезанной на небольшие кусочки (с сигами, треской, палтусом, вымоченной сельдью).

Приготовить опарное или безопарное дрожжевое тесто, разделить его на шарики, раскатать их в лепеш-

СОВЕТУЕМ ПРИГОТОВИТЬ

Пирог рубленый с ягодной начинкой

Маргарин рубят с пшеничной мукой, смешанной с картофельным крахмалом, соединяют с сахарным песком, содой и яйцами. Замешивают густое тесто и делят на две части: большую и маленькую. Маленькую кладут в морозильную камеру для замораживания. Большой пласт выкладывают на смазанный лист,

а на него — начинку из брусники с яблоками или варенья с яблоками. Сверху на начинку строгоают замороженное тесто и выпекают пирог в течение 25—30 мин при температуре 180—200°. (Маргарин 2 пачки, 2 яйца, сода питьевая 1/2 ч. ложки, по 1 стакану сахарного песка и картофельного крахмала, мука пшеничная в/с 2—3 стакана, ягоды или варенье из кислых ягод.

ки шириной 8—10 и длиной 12—14 см. На середине каждой лепешки равномерно разместить сырую предварительно посоленную рыбу или ее кусочки. Края поднять вверх и завернуть таким образом, чтобы посередине остался открытый прямоугольник. Уложив кулебячки на противень, поставить их на расстойку (чтобы кулебячки не слиплись, когда увеличатся в объеме, их надо уложить неплотно, на расстоянии 3—3,5 см друг от друга), затем смазать маслом и поставить в духовку. Пекут кулебячки при температуре 200—230°.

319. Шанги наливные

Приготовить безопарное дрожжевое тесто по консистенции чуть жиже обычного. Выложить его на порционные сковородочки, разровнять сырой ложкой и дать расстояться. Перед выпечкой смазать наливкой, приготовленной из сметаны, масла, муки и яйца. Вынув из духовки, смазать маслом и посыпать толочком.

Для наливки: сметана 200 г, мука 1/2 стакана, 1 яйцо, масло топленое 1 стакан.

320. Шанги с картофелем

Из опарного дрожжевого теста раскатать круглые лепешки диаметром 7—8 см, уложить их на смазанный маслом противень, дать расстояться, затем в каждой шанге сделать углубление, положить на него картофельную намазку, сбрызнуть маслом или помазать мас-



лом с яйцом и выпекать. Готовые шаньги сбрызнуть маслом и посыпать толочком.

Намазка из картофеля: 3 клубня картофеля средней величины, 50 г молока, яйцо 1/2 шт., сметана 40 г.

321. Пирожки

Это маленькие выпечные закрытые изделия, которые на Севере делают в виде лодочки. Начиняют пирожки самыми разными продуктами: грибами, капустой, рыбным и мясным фаршем, морковью, луком, повидлом, изюмом, картофелем и т. д. Пирожки подают к чаю и к первым блюдам — бульонам, супам (чаще всего к шам и боршам).

Для пирожков готовят безопасное дрожжевое тесто. Выкладывают его на стол, посыпанный мукой, отрезают кусок, делают из него жгут, режут на небольшие кусочки, раскатывают их в лепешки, кладут на середину начинку, формируют пирожок, зашипывая края, и кладут пирожок на смазанный маслом противень вниз швом. Пирожки укладывают не плотно, чтобы, расстаявшись, они не слиплись. Ставят противень в теплое место. Когда пирожки увеличатся в объеме, их смазывают маслом и яйцом и ставят противень в духовку. Выпекают до появления золотистой корочки. Прежде чем вынуть противень из духовки, надо проверить, пропеклось ли доньшко пирожков. Для этого пирожки приподнимают лопаточкой. Пропеченное доньшко имеет желтоватый цвет, и пирожок хорошо отделяется от противня.

ИЗ СТАРИННЫХ РЕЦЕПТОВ

Пирог из рассыпчатого теста

Растереть добела 1/2 ф. сливочного масла, прибавить 2 желтка, 1 яйцо, 1/4 стакана вина, рому или водки, всыпать 1 ф. муки, немного соли, щепотку сахару, размешать хорошенько и вынести на 1 час на холод. Потом раскатать две лепешки. Намазать одну вареньем. Прикрыть другой, смазать яйцом, посыпать орехами и испечь.

Если духовка прогревается неравномерно, одни пирожки выпекаются раньше других, и их по мере готовности надо снимать с противня.

Приготовление теста для пирожков описано в рецепте 315.

Приведем несколько рецептов приготовления начинки для пирожков. (Рецептура каждого фарша или начинки рассчитана на 10 пирожков).

322. Фарш рыбный

Рыбу разделать на филе без кожи и припустить в небольшом количестве воды с солью, лавровым листом и перцем. Готовую рыбу пропустить через мясорубку, добавить к ней отварной рис и заправить соусом, приготовленным следующим образом: в бульон вводится мелко нашинкованный и слегка обжаренный лук и обжаренная без жира мука, смесь прогревается на слабом огне в течение 30 мин при постоянном помешивании, чтобы соус не подгорел.

Мякоть рыбы 200 г, рис 1,5 ст. ложки, лук репчатый 1/3 шт., мука пшеничная 1/4 ч. ложки, масло 1 ч. ложка, бульон 45—50 г.

323. Фарш мясной

Мякоть говядины, баранины или нежирной свинины нарезают на небольшие кусочки, обжаривают с жиром, затем тушат под крышкой с небольшим количеством воды. Готовое мясо пропускают через мясорубку, добавляют рубленые яйца, можно добавить рассыпчатый

СТРАНИЦЫ ИСТОРИИ

«С 6 по 13 июля пришло судов к архангельской пристани: из Устюга пароходы Северодвинского пароходного общества «Двина» и «Юг» с 84 пассажирами; при них две баржи с грузом: муки ржаной 950 пуд., пеклеванной 90, пшеницы 170, гороху 125, гречневой крупы 36, орехов 25, сахару 90... уксусу 1 бочка в 10 пуд... 7000 яиц. С верховьев Северной Двины — 1 каюк, 2 шуяка, 2 карбаса и 32 плота

с грузом: муки ржаной 800 пуд., пеклеванной 120, крупитчатой 70, крупы гречневой 12, овсяной 25, пшеницы 15, гороху 14, толокна 16, ржаного солоду 50, масла конопляного 5, коровьего 8. К Архангельскому порту: российских судов из беломорских мест 23 с грузом сельдей 4189 боч., семги 60 пуд...

В течение этого же времени отошло судов от архангельской пристани: в Устюг — па-

рис. Заправляют соусом, приготовленным на мясном бульоне по рецепту 322.

Мясо 300 г, рис 1 ст. ложка, яйцо 1/2 шт., лук репчатый 1/3 шт., мука 1/3 ч. ложки, масло 1 ст. ложка, бульон для соуса 40 г.

324. Фарш из печени и гречневой крупы

Печень зачищают от протоков, снимают пленку, нарезают небольшими ломтиками (толщиной 1—2 см), посыпают солью и обжаривают, затем измельчают на мясорубке. Добавляют рассыпчатую гречневую кашу, заправляют соусом, как мясной или рыбный фарш.

Крупа гречневая 2 полных ст. ложки, вода для ее варки 90 г, печень 100 г, соус для заправки.

325. Фарш из соленых грибов

Соленые грибы хорошо промывают, отжимают, мелко рубят и обжаривают вместе с мелко нарубленным репчатым луком.

Грибы соленые 400 г, лук 100 г, жир 60 г.

326. Фарш из сушеных грибов

Сушеные грибы промыть, замочить на 1—1,5 ч в холодной воде, отварить в этой же воде, откинуть на дуршлаг и еще раз промыть, затем мелко нашинковать и обжарить на масле. На отваре приготовить грибной соус (174) и заправить им жареные грибы.

На 100 г грибов 1/3 луковичы, 1/2 ч. ложки муки, 1/3 ч. ложки сливочного масла, соль по вкусу.

роход «Юг» с 252 пассажирами, при нем 1 баржа с грузом сельдей 697 боч., виноградных вин 350 пуд... В беломорские места — 33 судна с грузом муки ржаной 5090 пуд., крупитчатой 130, яичной 50... пшеница 144, гороху 710, толокна 146 пуд., ржи 553 четв., ячменя 156 и овса 7 четвертей».

В те же дни за границу из Архангельска ушли 2 российских судна с грузом ржаной

муки, круп, гороху и толокна и 33 иностранных судна. Они увозили рожь, ячмень, ржаную и овсяную крупу, соленое говяжье мясо и копченые языки.

«Архангельские губернские ведомости», 1862, № 28

327. Начинка из моркови и яиц

Очищенную морковь потереть на терке с крупными отверстиями и потушить с небольшим количеством масла. Посолить, добавить сахар и мелко нарубленные яйца.

На 3 шт. среднего размера моркови 1 яйцо, 1/2 ст. ложки масла, сахар и соль по вкусу.

328. Начинка из зеленого лука и яиц

Зеленый лук шинкуют и тушат до размягчения, затем добавляют сырые и сваренные вкрутую яйца и соль.

На 200 г лука 1 сырое и 1 вареное яйцо, 2 ч. ложки сливочного масла, соль по вкусу.

329. Начинка из свежей капусты

Капусту очистить, мелко порубить, ошпарить кипятком, положить на сковороду с горячим жиром и, постоянно помешивая, обжарить. Готовую капусту посолить. К капусте можно добавить тушеную морковь или рубленые яйца.

На 400 г капусты 1,5 ст. ложки масла, соль по вкусу.

330. Начинка из квашеной капусты

Капусту отжимают от рассола (если очень кислая, споласкивают холодной водой) и тушат вместе с обжаренным луком. В конце тушения добавляют сахар и, если нужно, соль.

На 300 г капусты пол-луковицы, 1 ст. ложка масла, сахар и соль по вкусу.

ИЗДЕЛИЯ ИЗ ЧЕРСТОВОГО ХЛЕБА

Запеканка из ржаного хлеба

Сухой ржаной хлеб (без корок) натереть на мелкой терке и прогреть со сливочным маслом или маргарином. Всыпать сахарный песок, корицу и все тщательно перемешать. Припустить в масле или маргарине очищенные и нарезанные ломтиками яблоки. В глубокую сковороду, смазанную маслом и обсыпанную молотыми сухарями,

положить слоями хлеб и яблоки, залить все смесью молока и яиц и запечь в духовке. (На 500 г тертого хлеба 150 г сахара, 500 г яблок, 150 г масла или маргарина, 250 г молока, 2 яйца, 5 г сухарей на обсыпку, корица по вкусу).



331. Фарш картофельный

Сварить картофель, слить воду, картофель слегка подсушить на слабом огне, потряхивая кастрюлю, затем истолочь ступкой, добавить жареный лук, сырые яйца, соль и перемешать.

На 2 крупных клубня картофеля пол-луковицы, 2 ч. ложки масла, 1 яйцо, соль по вкусу.

332. Фарш из визиги, хрящей осетровых рыб

Варят головы осетровых рыб, отделяют мякоть, а хрящи продолжают варить до размягчения. Свежую визигу (спинной хрящ) варят в подсоленной воде и откидывают на дуршлаг. Сухую визигу замачивают на 3—4 ч в холодной воде, а затем варят. Сваренные хрящи и визигу рубят ножом или пропускают через мясорубку и заправляют маслом. Добавляют рассыпчатую рисовую кашу, солят, перчат. Можно добавить в фарш зелень петрушки и укропа.

Визига или хрящи свежие 150 г (или сухая визига 40 г), рис 2 полные столовые ложки, лук репчатый 10 г, масло сливочное растопленное 1/2 ч. ложки, соль и перец по вкусу.

333. Начинка из черемухи

Черемуху моют проточной водой, дают воде стечь, а затем просушивают и ставят в теплую печь или духовку, чтобы ягоды высохли. Сушеные ягоды промалывают и хранят в полотняных мешочках. Для пирогов

ХОЗЯЙКЕ НА ЗАМЕТКУ

Кое-что о хлебе...

Хлеб долго не черствеет, если хранить его в закрытой крышкой стеклянной, фарфоровой или эмалированной посуде. На дно посуды рекомендуется положить кусочек сырого картофеля или немного соли, тогда хлеб не будет плесневеть.

Черствый хлеб можно сделать мягким, если завернуть его во влажное полотенце на

5 мин, затем развернуть и поставить на 20—25 мин в не очень горячий духовой шкаф.

Свежий хлеб не будет крошиться, если его резать горячим ножом.



берут порцию черемуховой муки, заливают кипятком и томят под крышкой до размягчения. В горячую черемуху добавляют сахар, дают ему раствориться и, хорошо размешав смесь, начинают ею пирожки или ватрушки.

Можно использовать для начинки и свежие ягоды. Помыв и обсушив, их дважды пропускают через мясорубку и смешивают с сахарным песком.

На 350 г муки черемухи 150 г сахара или на 1 стакан свежих ягод 1/2 стакана сахара.

334. Расстегай

Это вытянутой формы пирожок, незакрытый, как бы «расстегнутый» сверху. Пекли расстегаи с грибами, с рыбным фаршем (рыбу для него не мололи, а рубили), с ягодами.

Приготовить дрожжевое безопарное тесто. Разделить его на шарики, каждый шарик раскатать в лепешку, на середину ее положить начинку и с двух сторон защипать края так, чтобы посередине продолговатого пирожка остался просвет, через который видна начинка. Положить расстегаи на противень, смазанный маслом, и оставить в теплом месте на 20—30 мин на расстойку, затем выпекать в духовке при температуре 240—250° до появления золотистой корочки сверху и снизу.

2 стакана муки, 8 г дрожжей, 2/3 стакана молока или воды, 2 ст. ложки сливочного масла, 1 ст. ложка сахара, 1/4 ч. ложки соли. Фарш по вкусу.

СТРАНИЦЫ ИСТОРИИ

О козулях

Рисунки наиболее древних форм — звезда, ангел, пастух, корзина (с дарами), птицы, близкие к человеку животные... со временем были заменены другими — век XX, век техники, внес свои изменения и в ритуальные пряники. Появились выпечные паровозы и пароходы, велосипедисты и аэропланы. А после 1920 года — серп и молот и

дед с лозунгом «Пролетарии всех стран, соединяйтесь!». В 1925 году я видел на рынке козулю с изображением нового орла: форма пряника та же, что и раньше, только на груди орла серп и молот, крест отрезан, а на короне — «РСФСР».

С. Писахов

335. Ватрушки

Эти небольшого размера открытые пирожки пекут чаще всего со свежими ягодами — морошкой, черникой, голубикой, толченой черемухой или с творогом.

Приготовить безопарным способом дрожжевое тесто. Разделить на небольшие лепешки, положить их на смазанный маслом противень и дать подойти в течение 10—15 мин. Затем на каждой лепешке смазанным в масле стаканом сделать углубление, в них ложкой положить творог или ягоды. Края ватрушек смазать маслом или яйцом и испечь в духовке при температуре 230°. Среднее время для выпечки — 15—20 мин.

2 стакана муки, 2/3 стакана молока или воды, 10—15 г дрожжей, 2 ст. ложки сливочного масла, 2 яйца, 2 ст. ложки сахара, 1/4 ч. ложки соли.

Если ватрушки пекутся с ягодами, их посыпают песком, вынув из духовки, пока ягоды горячие. В творог, приготовляемый для ватрушек, добавляют сахарный песок, ваниль, яйца и изюм. Творог тщательно перетирают деревянной ложкой и хорошо перемешивают после введения добавок.

336. Ягодники

Дрожжевое тесто готовят опарным или безопарным способом. На подпыленном мукой столе его раскатывают скалкой в пласт толщиной не более 1 см, затем наматывают на скалку, перекалывают на смазанный жиром противень и ставят в теплое место на расстойку.

СОВЕТУЕМ ПРИГОТОВИТЬ _____

Хворосток

Муку просеять на доску, сделать в ней ямку, разбить туда яйцо, положить 2 ст. ложки сахара и налить 2 ст. ложки воды. Замесить тесто (оно должно быть круче, чем для пельменей), тонко его раскатать и нарезать полосками, каждую полоску разрезать посередине и заправить

в разрез один конец полоски, можно сплести косичку из трех полосок или придать изделию любую другую форму. Затем пожарить хворосток в раскаленном жире. (На 1 1/2 стакана муки 1 яйцо, по 2 ст. ложки воды и сахарного песку, в качестве разрыхлителя можно добавить 1 ст. ложку водки, для аромата — немного ванилина).

Когда тесто «растронется», края пирога приподнимают, образуя из них бортик, по всей поверхности пирога равномерно распределяют ягодную намазку. После этого раскатывают скалкой второй пласт теста толщиной 5—6 мм и разрезают его на длинные полоски шириной 1,5—2 см. Полоски укладывают на пирог от одного из углов к противоположному по диагонали на расстоянии 2—2,5 см, потом — в противоположную сторону, так, чтобы образовалась сетка. Если полоски выходят за края бортика, их обрезают. Края пирога смазывают яйцом, чтобы полоски прилипли к пирогу, и оставляют пирог в теплом месте еще на 5—8 мин. Затем сеточку смазывают яйцом и маслом и ставят пирог в печь. Выпекают при температуре 210—230°. Готовый пирог снимают на широкую доску. Бортики промазывают маслом.

Для намазки используют чернику, бруснику, морошку, толченую клюкву. Бруснику и клюкву смешивают с повидлом, чтобы ягоды не растекались. Для большей связки можно добавить немного крахмала (1/2 ч. ложки на 1 стакан смеси) или присыпать крахмалом края ягодной намазки вдоль бортиков пирога. Сверху намазку посыпают толочком. Морошку и чернику смешивают с сахаром. Если морошка грубоватая, ее можно предварительно попарить.

Вместо сеточки из теста пирог можно украсить крошкой, приготовленной из порубленного сливочного масла (40 г), муки (1,5 ст. ложки) и сахара (2 ст. ложки). Все компоненты следует перетереть пальцами в мелкую крошку и посыпать ею ягоды.

Колобы

В северных деревнях колобы пекли и на розговенье и в качестве подорожников. Современные изделия с этим названием пекутся более сдобными, воздушными рассыпчатыми. Рецептов колобов много, приведем два из них.

3 стакана муки, 1 стакан сметаны, 2 ст. ложки масла

или маргарина, 2 яйца, 1 ст. ложка сахара и 1/2 ч. ложки соли.

3 стакана муки, 1 стакан растопленного масла или маргарина, 1 ст. ложка сахара, 2 ст. ложки водки, 1/2 ч. ложки соли.

Тесто охладить, раскатать в пласт высотой 2 см и формочкой или рюмкой нарезать кружочки, положить их на смазанный противень и испечь.

337. Пирог из манной крупы (манник)

Чайную чашку сахара и семь желтков растереть до бела, затем добавить чашку манной крупы, предварительно растертой на доске скалкой. Хорошо перемешать и добавить семь взбитых в пену белков. Осторожно выложить тесто в форму или высокую сковороду, смазанную маслом и обсыпанную сухарями. Выпекать при температуре 200°.

338. Пирог с творогом

Тесто для него готовят и разделяют, как для ягодника, но полоски на творожный фарш не кладут. Для фарша творог пропускают через мясорубку, добавляют яйца, просеянную муку, сахар, ванильный сахар, соль. Все тщательно перемешивают с творогом. Можно в фарш добавить изюм, цедру.

Творог 400 г, сахар 2 полные ст. ложки, мука 1 ч. ложка, 1/4 среднего размера яйца, масло растительное 1/2 ложки, соль на кончике ножа, ванильный сахар по вкусу.

339. Плюшки

Тесто разделяют на куски, скатывают в шарики и дают подойти, затем раскатывают в виде овальных лепешек, смазывают их маслом, посыпают сахарным песком, сворачивают в рулеты, концы соединяют. После этого рулеты разрезают вдоль и разворачивают надре-

ХОЗЯЙКЕ НА ЗАМЕТКУ

Каждая хозяйка стремится, чтобы хлеб всегда был свежим. Для этого необходимо держать его в закрытой фарфоровой или эмалированной посуде. Не рекомендуется хранить вместе белый и черный хлеб, от этого вкус белого хлеба ухудшается, так он легко воспринимает кислотный запах черного.

Чтобы сметана легко сбивалась, следует добавить в нее

белок, охладить посуду и только потом сбивать.

Если грецкие орехи пересохли и потому потеряли свой вкус, поддержите их, не разбивая, 5—6 дней в слегка соленой воде.



зы. Поверхность смазывают яйцом или маслом и выпекают.

Для теста: мука 3 ст. ложки, сахар 1 ч. ложка, масло 1 ч. ложка, яйцо 1 шт., дрожжи 1 г, соль 1 г, вода 30 г. Для смазывания 1/2 ч. ложки масла.

340. Каравай (бабка) из ржаных сухарей

Растертые с сахаром желтки, размягченное сливочное масло и молотые сухари тщательно перемешивают (можно добавить изюм, молотую корицу и толченые грецкие орехи). Затем добавляют в массу взбитые в пену белки и вновь перемешивают (не интенсивно, а медленно, осторожно). Форму смазывают маслом, посыпают молотыми сухарями, выкладывают в нее полученное тесто и пекут каравай. Готовый каравай смазывают сахарным сиропом, густым вареньем или медом. Можно посыпать орехами.

На 100 г сухарей (2/3 стакана) 1 яйцо, 1 полная ст. ложка сахарного песка, 1 ч. ложка масла, 1,5 ст. ложки толченых орехов, изюм и корица по вкусу, для смазывания 1 ст. ложка сахарного сиропа, варенья или меда.

341. Пшеничный каравай

Варят вязкую пшеничную кашу, остужают ее до 60—70°, затем добавляют в нее яичные желтки, растертые с сахаром, изюм и тщательно перемешивают. После этого в смесь вводят взбитые белки и сразу выкладывают массу в приготовленную (смазанную маслом и обсыпанную сухарями) форму, заполняя ее на 3/4 высоты. Поверхность массы смазывают сметаной или сме-



сюю сметаны с яйцом и ставят каравай в духовку. Готовый смазывают вареньем.

Пшено 2 ст. ложки, молоко 100 г, вода 40 г, сахар 1/2 ч. ложки, яйцо 1/2 шт., масло сливочное 2/3 ч. ложки, изюм 10 г, сухари 2 ч. ложки, сметана 1/2 ч. ложки, варенье 50 г.

342. Пряженцы простые

Так называются изделия из теста, жаренные в жире. Их пекли на масленицу.

Муку просеивают, добавляют соду, сахар, яйца, сметану, масло, замешивают тесто и раскатывают его в пласт толщиной около 0,5 см. Разрезают тесто узкими полосками или вырезают из него фигурки при помощи специальных формочек, предназначенных для печенья. В алюминиевой широкой кастрюле разогревают масло и жарят в нем изделия, переворачивая шумовкой, чтобы они прожарились со всех сторон. Готовые пряженцы поливают медом.

Мука 60 г, сахар 1/2 ч. ложки, масло для теста 1/2 ч. ложки, сметана 2 ч. ложки, 1/4 среднего размера яйца, соль и сода на кончике ножа; масло для жаренья берется в таком количестве, в которое обжариваемое тесто может свободно погрузиться.

343. Жаворонки

Дрожжевое тесто раскатывают в жгут, сворачивают его узлом, одному концу жгута придают вид головки птицы и из изюма вставляют «глаза», другой конец формируют в виде хвоста, расплющив его и сделав надрезы. Можно делать жаворонков и другой формы, лишь бы они по виду напоминали птиц.

СОВЕТУЕМ ПРИГОТОВИТЬ

Слоеное тесто быстрого приготовления

На пирожковую доску или чисто вымытый стол просеять муку, положить на нее охлажденное масло, предварительно нарезанное маленькими кусочками, и мелко изрубить ножом. После этого сделать в муке, смешанной с маслом, углубление, в которое влить подсоленную воду, добавить яйцо, лимонный сок или уксус и замесить тесто. Из тес-

та скатать шар, накрыть его салфеткой и поставить на 30—40 мин в прохладное место, после чего раскатать и использовать для выпечки пирожков с мясным, рыбным фаршем, с начинкой из капусты или яиц, а также для выпечки печенья. (На 500 г муки 300 г сливочного масла или маргарина, 1 яйцо, 4/5 стакана воды, 1/2 ч. ложки соли, 1 ч. ложку лимонного сока или уксуса).

344. Крендельки

Приготовить дрожжевое безопарное тесто. Вместе с сахаром и яйцами добавить в него лимонную цедру, натертую на терке. Когда тесто подойдет, выложить его на присыпанный мукой стол, сделать из теста жгут, разрезать его на части и каждую свернуть маленьким крендельком. Дать расстояться, смазать маслом, посыпать сахаром и поставить в духовой шкаф на 10—12 мин.

На 1 кг муки 1,5 стакана молока, 5 яиц, 1 стакан сахара, 100—125 г масла или маргарина, 3/4 чайной ложки соли, 30 г дрожжей, цедра с 1/2 лимона.

345. Куличи

Так называются обрядовые выпечные изделия из сдобного дрожжевого теста, которые пекут к Пасхе. Тесто можно приготовить двумя способами.

Первый способ. В 1/2 стакана теплого молока растворить дрожжи, добавить половину нормы муки, размешать, чтобы не было комков, накрыть и поставить опару в теплое место. Когда объем опары увеличится вдвое, добавить в нее соль, яичные желтки, растертые с сахаром и маслом, все это перемешать, добавить взбитые в пену яичные белки и остальную муку. Тесто должно быть не очень густым, но хорошо вымешанным и свободно отставать от стенок посуды. Тесто накрыть и поставить в теплое место. Когда оно поднимется и увеличится в объеме в два раза, добавить изюм и разложить тесто в специальные (высокие, узкие) формы.

ХОЗЯЙКЕ НА ЗАМЕТКУ

Тесто для козуль

Козули следует печь из ржаной муки или муки низших сортов, или из смеси ржаной и пшеничной муки.

Количество муки может колебаться в зависимости от густоты сиропа или меда, количества жира и яиц (чем больше влаги, тем больше следует вводить муки).

Нельзя замешивать очень крутое тесто — оно будет пло-

хо подниматься и козули из него будут жесткими. Очень мягкое тесто трудно формовать. Готовое тесто должно быть пластичным.

В качестве разрыхлителя лучше брать одинаковое количество соды и углекислого аммония (он поступает в продажу в магазины и отделы, торгующие хлебом). Соду следует погасить крутым кипятком.

Для получения рыхлого кулича форму надо заполнить на $\frac{1}{3}$ высоты, для более плотного — на $\frac{1}{2}$ высоты.

Формы надо подготовить так: дно покрыть кружком белой бумаги, промасленной с двух сторон, бока смазать маслом и обсыпать мукой или толчеными сухарями. Заполненные тестом формы поставить в теплое место и накрыть полотенцем. Когда тесто поднимется на $\frac{3}{4}$ высоты формы, смазать верх взбитым яйцом и поставить в духовой шкаф на 50—60 мин. Во время выпечки форму с куличем надо очень осторожно поворачивать, но не трясти. Чтобы кулич хорошо пропекся, но верх его не подгорел, после того как он зарумянится, надо накрыть его кружком бумаги, смоченной водой. Готовность кулича определяют, воткнув в него тонкую лучинку: если она сухая — кулич готов, а если на лучинке будет тесто — кулич сырой. После охлаждения кулич можно покрыть глазурью и украсить ягодами из варенья или помадкой.

Второй способ: в $\frac{1}{2}$ стакана теплого молока развести дрожжи, всыпать 4 стакана муки и замесить тесто, затем добавить соль и яичные желтки, добела растертые с сахаром, растопленное масло, яичные белки, взбитые в пену, все это перемешать, сверху посыпать мукой, покрыть полотенцем и поставить на ночь в теплое место (посуда должна быть высокой, чтобы тесто не «убежало»). Утром добавить остальную муку, ванилин, смешанный с сахаром, вымесить тесто так, как указано в описании первого способа приготовления. Тесто накрыть и снова поставить в теплое место для подъема.

Специи для ароматизации лучше закладывать в следующем соотношении: кориандр — 35%, корица — 30%, кардамон — 10%, мускатный орех — 10%, гвоздика — 5%, душистый перец, бадьян и ванилин — 10%.

Чтобы приготовить жженый сахар (жженку), надо взять положенное по норме количество сахарного песка и, помешивая, нагревать его на небольшом огне до темно-

коричневого цвета и появления сизого дымка. Продолжая мешать, постепенно добавляют воду ($\frac{1}{2}$ стакана на 1 ст. ложку сахара, если рецепт не оговаривает норму). Смесь доводят до кипения и процеживают.



После того как тесто поднимется, прибавить изюм, перемешать и разложить в формы. В остальном поступать также, как указано выше.

На 1 кг муки 1,5 стакана молока, 6 яиц, 300 г масла или маргарина, 1,5—2 стакана сахара, 40—50 г дрожжей, $\frac{3}{4}$ ч. ложки соли, 150 г изюма, $\frac{1}{2}$ пакетика ванилина.

Приготовление помадки: в кастрюлю насыпают 250 г сахара, наливают 150 г воды и варят сироп, уваривая его до тех пор, пока он не будет образовывать шарик (каплю сиропа опускают в холодную воду и из остывшего сиропа скатывают шарик, если шарик не скатывается, сироп еще не готов). Перед окончанием варки в сироп добавляют лимонную кислоту (1 ч. ложка кислоты, разведенной в 2 ч. ложках воды) или 1,5 ч. ложки 3%-го уксуса. Сироп охлаждают и энергично взбивают до тех пор, пока он не превратится в твердую белую массу — помадку.

Приготовление глазури: из 1 стакана сахара и $\frac{1}{2}$ стакана воды сварить сироп и уварить его до образования мягкого шарика (см. приготовление помадки). В глазурь можно ввести фруктовую эссенцию.

346. Коврижка медовая

Яйца растереть с сахаром, затем добавить мед, корицу и гвоздику, соду, все это перемешать, всыпать муку и в течение 5—10 мин вымесить тесто. Чтобы тесто для коврижки получилось темное, в него вместе с медом добавляют жженку (1—2 куска сахара пережигают

СОВЕТУЕМ ПРИГОТОВИТЬ

Рецепты теста для козуль

1. Мука 2-го сорта $3\frac{1}{2}$ стакана, мед натуральный 1 стакан, сахарный песок 1 стакан с горкой, масло подсолнечное 1,5 ст. ложки, яйцо 1,5 шт., гвоздика, корица, кардамон 1 ч. ложка, сода, гашенная уксусом, или углекислый аммоний на кончике ножа; сахар для жженки 1,5 ст. ложки, жир для смазки листов 1 ч. ложка, яйцо для смазки $\frac{1}{2}$ шт. (Выход теста — 1 кг).



на маленькой сковородке, разбавляют 1,5 ст. ложками воды и кипятят).

Тесто выложить на противень, смазанный маслом и посыпанный мукой, разровнять, посыпать рублеными орехами и поставить в нежаркий духовой шкаф (120°) на 15—20 мин. Готовую коврижку охладить, нарезать и уложить на блюдо. Коврижку можно горизонтально разрезать по середине, помазать повидлом, соединить обе половины, сверху покрыть глазурью. После этого нарезать, как печенье.

Мука пшеничная 2 стакана, сахар 1/2 стакана, мед 2/3 стакана, яйцо 1 шт., сода чайная 1/2 ч. ложки, орехи 50 г, корица по вкусу, гвоздика 2—3 бутона. Глазурь — рецепт 345.

347. Медовые пряники

Мед проварить в кастрюле на медленном огне до красна, снять пену, заварить частью его ржаную муку, затем постепенно, хорошо размешивая, ввести в нее остальной мед, остудить массу и взбить добела. Приготовленную жженку (см. рецепт 346) растереть с желтками, добавить молоко или простоквашу и замесить на яично-молочной смеси пшеничную муку, предварительно перемешав ее с молотой корицей, гвоздикой, лимонной цедрой. Соединить медово-ржаную смесь со сметаной и добавить ее к тесту, тщательно взбив его. Готовое тесто поместить в смазанную маслом форму слоем 1—2 см и выпечь на небольшом огне. Готовую пряничную пластину нарезать квадратиками. Эти пряники не

2. Мука в/с 1 стакан, мука ржаная 2 стакана, сахарный песок 2/3 стакана, мед натуральный 2/3 стакана, маргарин сливочный (растопленный) 3 ст. ложки, углекислый аммоний 3 г, сода 2 г, жженка 1 ст. ложка, корица, гвоздика, кардамон, мускатный орех 1/2 ч. ложки, вода — 60 г. (Выход — 800 г).

3. Мука 4 стакана; сахарный песок 1,5 стакана, мед натуральный 1/2 стакана; углекис-

лый аммоний 3 г, сода 2 г, жженка 1 ст. ложка; корица, гвоздика, мускатный орех и др. пряности 1/2 ч. ложки, вода 1/2 стакана. (Выход — 1 кг).

4. Мука 4 стакана; сахарный песок 1 стакан, мед натуральный 100 г, маргарин 5 ст. ложек, яйцо 1 шт., вода 2,5 ст. ложки, пряности 1 ч. ложка, сода 2 г, углекислый аммоний 3 г. (Выход — 800 г).

глазируют. Их смазывают белками, взбитыми с сахаром в пену, и просушивают.

Пшеничная мука 400 г, ржаная мука 100 г, 2 желтка, 1 стакан молока или простокваши, 125 г сметаны, 500 г меда, 1 ст. ложка сахара-жженки, 1 ч. ложка корицы, 4 бутона гвоздики, 1 ч. ложка лимонной цедры, 1/2 ч. ложки соды. На покрытие пряников 2 белка и 200 г сахара.

348. Козули

Для выпечки козуль тесто готовят двумя способами: сырцовым и заварным.

Сырцовый. В большую миску или кастрюлю кладут мед, жженный сахар, добавляют предварительно размягченное до пластичности сливочное масло, яйца, пряности и все перемешивают в течение 1—2 мин. Затем добавляют просеянную муку, смешанную с содой, и замешивают мягкое тесто. Если мед засахарился, его разогревают до растворения кристаллов. Не следует кипятить мед, так как при кипячении он теряет аромат. После нагрева мед охлаждают до комнатной температуры и начинают замешивать тесто.

Заварной. Положить в кастрюлю мед, жженный сахар, налить воду и нагреть до 70—75°, добавить половину нормы просеянной муки, мелко растертые пестики пряности и все это тщательно перемешать лопаткой. Тесто охладить до комнатной температуры, добавить яйца, разрыхлитель (соду или углекислый аммоний), остатки муки и замесить тесто мягкой консистенции.

Можно приготовить заварное тесто по-другому, проще.

5. Мука 4 стакана, сахарный песок 2/3 стакана, мед натуральный 1 неполный стакан, маргарин 4 ст. ложки, яйцо 1/2 шт., аммоний 4 г, сода 2 г, пряности 1/2 ч. ложки, вода 2 ст. ложки. (Выход — 900 г).

6. На 100 шт. козуль среднего размера: сахарный песок 6 стаканов, мука 15 стаканов, топленое масло 350 г, пряности 1 ч. ложка, сода, гашен-

ная уксусом, 3 ч. ложки, холодная вода — 4 стакана.

Белковая рисовальная масса

Для ее приготовления сахарный сироп уваривают до пробы на мягкий шарик (см. рецепт 345). Яичные белки взбивают, добавляя в конце ванильный сахар. Взбивают белки и варят сироп с таким расчетом, чтобы они были

Стакан сахарного песка пережечь в высокой сковороде или алюминиевой кастрюле. Когда сахар будет готов, влить в него 1 стакан воды. Сироп хорошо размешать, добавить 1 стакан меда, 100 г сливочного масла и оставить смесь до охлаждения. В отдельную посуду всыпать 700—800 г муки, смешанной с содой, пряностями и солью. В муке сделать лунку, вбить в нее 4 яйца, влить тонкой струйкой сироп, постоянно и равномерно замешивая тесто. Тесто считается готовым, если комок его, положенный на ладонь, свисает, а не стекает.

Готовое тесто, замешанное одним из двух способов, кладут в кастрюлю, закрывают крышкой и на 2—3 недели ставят в холодное место для созревания. В тепло его заносят за сутки до разделки и выпечки козуль. Разделочные доски (формы) перед приготовлением смазывают растительным маслом. Стол посыпают тонким слоем муки и раскатывают тесто в пласт толщиной 10—12 мм. Изделия из мягкого теста кладут на противень, смазанный жиром, из крутого — на чисто вымытый сухой лист. Перед выпечкой с козуль сметают лишнюю муку, смазывают их яичным желтком и выпекают. Мелкие пряники пекут при температуре 220—240° в течение 10—15 мин, а крупные — при температуре 180—200° в течение 20—25 мин. После выпечки изделия охлаждают и глазируют (приготовление глазури — в рецепте 345). После глазирования козули расписывают специально приготовленной белковой массой.

готовы одновременно (этим должны заниматься два человека). Во взбитые белки тонкой струйкой вливают горячий сироп и продолжают взбивание. Массу можно подкрасить пищевыми красителями, клюквенным и свекольным соком. (Сахар 230 г, белки 2 шт., вода 0,125 г).





«ХОРОШ КВАСОК, КОЛЬ ШИБАЕТ В НОСОК»

НАПИТКИ И СЛАДКИЕ БЛЮДА

Много веков в суровые зимы русские люди согревались ароматными и целебными напитками из щедрых даров лесов, полей и лугов. В летние жаркие дни они прекрасно утоляли жажду, а после знаменитой русской бани были просто незаменимы.

В каждой избе бережно хранили высушенные запасы таких лесных и полевых чаев. Помогали эти напитки при лихорадке, при простуде и других заболеваниях. В каждой деревне, в каждой семье были свои любимые напитки — из осенних, уже покрасневших листьев лесной земляники; из листьев, цветков и ягод малины и ежевики; из ароматной мяты; из листьев смородины, тимьяна или чабреца; из цветов липы.

И кто знает, может быть, по сей день пили бы мы эти целебные, ароматные и бесхитростные напитки, если бы не вторгся в нашу жизнь сильный конкурент лесных чаев — напиток из далеких восточных стран — китайский чай. Называли его сушеной китайской травой, хотя это была не трава, а сухие листья кустарника. Этот чай вошел в наш быт в конце XVII — начале XVIII века (в 1638 году русский посол Стариков привез его в подарок государю Московскому Михаилу Федоровичу от монгольского хана, а в 1679 году был заключен договор с Китаем о поставках в Россию сушеной китайской тра-

вы). С той поры чай стал нашим национальным напитком. Само чаепитие стало не просто утолением жажды, а своеобразным проявлением общественной жизни. За чаем решали семейные дела, заключали торговые сделки и брачные союзы, без чашки чая не обсуждали, кажется, ни один серьезный вопрос...

«Чай да сахар!» стало столь же обычным, как «Хлеб да соль!». И родилась поговорка: «На Руси никто еще чаем не подавился».

Установить точную дату появления чая на Севере трудно, но, как пишет В. Верюжский в книге «Афанасий архиепископ Холмогорский...» «при Афанасии (а это конец XVII столетия.— Л. Ч.) уже вводился чай, и он, как кажется, пил его. В 1688 году гость Василий Грудцын в своей грамоте писал Афанасию: «Послал я к тебе, Государю... в мешочке фунт травы Китайской чаю; изволь, Государь, приказать варить ее в воде кипяченой и пить с сахаром во здравие». Но чай тогда только вводился в употребление. Более принятыми в архиерейском обиходе были другие напитки. Покупались, например, для архиерея в Архангельске, у иноземцев, разные вина — церковное, ренское, различные водки — «аглинская», «коршинная», варилось пиво... Кстати, к чаю для архиерея покупались у иноземцев «конфеты сахарные».

Широкое распространение чай (а наряду с ним и кофе) получил на Севере во второй половине XIX века, и прежде всего эти напитки распространились в Поморье, на тех берегах, жители которых ходили торговать в Норвегию, а также в губернском центре и местностях, расположенных по соседству с Архангельском, куда чай и кофе доставляли иностранные купцы. К последнему из напитков жители Поморья так пристрастились, что про мезенцев в конце прошлого столетия говорили, будто даже самые нищие из них просят не на хлеб, а на кофе.

Постепенно у россиян сложился и свой ритуал заварки чая. Так, кипяток для него стало принято готовить в самоварах. Во всем мире самовар стал таким же русским сувениром, как матрешки или балалайки. Чай, заваренный кипятком из самовара, действительно вкуснее, чем заваренный кипятком из чайника или другой посуды. Дело в том, что, сливая воду из самовара, мы не взбалтываем ее, частицы накипи остаются на дне и не попадают в заварку. При заварке очень важно соблюдать температурный режим, а его как нельзя лучше

обеспечивает именно самовар. Нельзя кипятить заваренный чай, но надо дать ему настояться в тепле, а самовары снабжены специальной конфоркой для установки чайника. (Более подробно о правилах заваривания чая вы прочтете в этом разделе, в рецепте под номером 389).

Когда появился самовар на Руси, сказать трудно. Однако было это еще до появления чая, так как самовары служили для приготовления горячего напитка «из подоженного меду с пряностями» — сбитня, появившегося у нас много раньше чая. Иностранцы, посещавшие Россию во времена Петра I, с восторгом отзывались о сбитне, называя его «русским глинтвейном». Это сравнение возникло, очевидно, потому, что заезжие голландские и английские капитаны и штурманы знакомились с этим напитком в заведениях, где его готовили с вином. Уличные торговцы готовили сбитень без вина. Зимой они носили его на продажу за спиной в огромных медных сосудах в виде самоваров («саклах»), покрытых теплой тканью. В XVIII—XIX веках сбитень получил особое распространение. Им торговали на улицах, в трактирах и чайных, на базарах и ярмарках. Его пили все. О сбитне слагали песни, он фигурировал в сказках, поговорках и пословицах.

В конце XIX века чай почти вытеснил сбитень. Однако эти напитки не заменяют один другого: у них разный вкус и аромат. Сбитень может и должен занять свое место и в современном быту. Чашка горячего напитка пригодится во время лыжных прогулок, не откажутся от нее и грибки в холодную осеннюю погоду.

Еще один традиционный русский напиток — квас. С незапамятных времен варят его на Руси. Один из русских гигиенистов XIX века писал: «Варение кваса распространено у нас так же, как и хлебопечение: его варят в мужицких, мещанских, купеческих и барских хозяйствах, в монастырях, солдатских казармах, госпиталях и больницах; в городах существуют квасоварни и квасовары, приготавливающие квас для продажи».

Русский квас по своей способности утолять жажду, освежающему действию, содержанию витаминов, углекислого газа, молочной кислоты, благоприятно действующей на микрофлору кишечника, и легко усвояемых углеводов является одним из лучших безалкогольных напитков мира. Даже небольшое содержание алкоголя (около 1%) оказывает на организм только тонизирующее действие.

Квас готовят разными способами и по разным рецептам: из ржаного хлеба и сухарей, из овощей (свеклы, моркови), фруктов и ягод, на молоке и меде, с добавлением мяты, пряностей, смородинового листа, изюма. Северная кухня знает даже секрет приготовления кваса из ржаной муки и... исландского мха. Распространенным на Севере был солодовый квас. Солод готовили преимущественно из ячменя и ржи. Процедура приготовления такого кваса была долгая и сложная, но все затраты труда окупались отменным вкусом кваса.

К большим праздникам в деревнях варили пиво и брагу. Была брага простая, ячневая, на одних дрожжах, была и «пьяная» — с хмелем. Иногда была она густой и сладкой. «Суслына» — говорили про такую брагу. Но варили ее и подавали не в каждом доме, поскольку любителей браги, особенно хмельной, не очень уважали (не случайно пьяниц в северных деревнях называли бражниками). Зато пиво было в каждом праздничном застолье. «Где пировать, тут и пиво наливать», — говорили в народе.

Еще от древних славян пошел на Руси обычай собирать братчины — общественные пиры. Такие пиры на Севере приурочивались к местным церковным праздникам, именуемым канунами. Канунное пиво варили обычно в общественных «поварнях» — особых зданиях, расположенных на задах деревни. Историко-бытовая экспедиция по изучению крестьянского и промыслового быта XVIII—XIX веков, работавшая летом 1928 года в районе Архангельской и Вологодской губерний, обнаружила остатки такой поварни на Пинеге. Были они и на Вологодчине. Вот какой рассказ старой крестьянки о приготовлении пива «на Николу» приводит В. И. Белов в «Ладе»: «Рожь для пива брали хорошую, очень всхожую, делали складчину на три-четыре дома, в среднем по полтора пуда на десятипудовый тшан (чан). Свесят. У кого рожь поплоче, на сор накинута. Бабам прикажут накануне наносить большие кадцы речной воды, чтобы поотумилась, чуть посогрелась, и мочат, сыплют зерно туда. Это зимой. А летом прямо в мешки и в реку, загнетут немного камнями, чтобы не всплывало. Рожь мокнет в реке дольше, чем в кадцах, примерно трое суток, дома в тепле зерно набухает быстрее. В реке мешки поворачивают, в кадце рожь шевелят веселкой. Вытаскивают разбухшую рожь и нетолстым слоем рассыпают на белом полу. Зерно прорастает четыре-пять

дней, иногда и неделю, его поливают водой, но не ворошат. Когда ростки станут большие и срастутся в стельку, расшингают, разотрут, намочат брызгами со свежего веника и уложат опять в мешки. Тут же на полу (иногда на не очень горячей печи) хорошоенько укроют и солодят четыре-пять дней. Когда запахнет солодом, вытаскивают эти мешки и — на овин сушить... На овине высушат солод в полдня, дрова для этого припасают хорошие. Мастера сушить то и дело шевелят солод, но до конца не досушивают, говорят: попозже само дойдет. Спихнут солод с овина, провеют, а тут уж надо молотить его на малых жерновцах...» Весь процесс приготовления пива длился не менее двух недель, а зимой шестнадцать-семнадцать суток. Сколько же терпения и трудолюбия требовалось мастерам-пивоварам!

Пиво в кануны подавали в красномедных братнях. Были и специальные пивные стаканы — деревянные, оловянные, красномедные, особо выделанные подносились духовенству (так называемый «поповский стакан»). В старой поварне на Пинеге был найден и небольшой железный шарик, который раскаленным бросали при питье в пиво, чтобы оно нагрелось и дало пену. Для этой же цели в широком обиходе употреблялись обыкновенные камешки. На Севере до сих пор сохранилось выражение «пить пиво с камешка».

В знойную страду от жажды спасались квасом, морсами и напитками, которые готовили преимущественно из ягод, в разных волостях — различные: где с медом, где с перечной мятой. Готовили их и на молоке, и на овсяном отваре. В нашем быту такие напитки могут стать «изюминкой» праздничного стола.

Среди обрядовых напитков обязательным был кисель, ягодный или овсяный. На свадьбе он вместе с блинами означал конец пиршества и потому назывался разгоняем. На поминках подача киселя тоже означает конец застолью. (Не случайно употребляемое по сей день выражение «дать киселя» означает выставить, вытолкать коленкой).

В Кандалакше к моменту встречи проходящих на мурманский промысел промышленников Поморского и Карельского берегов женское население, в основном девушки, варили особый кисель — из белой муки на квасе с медом. Им они угощали «мурманщиков». Это называлось «кисельничать», и за кисель поморы одаривали девушек, чаще всего деньгами.

Кстати, почему «кисель»? Потому что раньше это было не то чуть густоватое сладкое блюдо, к которому мы привыкли, а кислый мучнистый студень, который готовили на закваске. Кисель не разливали, а резали ножом или отделяли по кусочку ложкой.

Среди сладких блюд самым распространенным был мед. Для нас он — продукт пчеловодства, сладкое, ароматное вещество, а в старину это был еще и напиток — мед с водой, хмелем и пряностями. Меду давали выбродить на дрожжах и хлебе, прибавляли в него немного хмеля и, настояв на пряностях, выдерживали на холоде до полного вызревания. А созревал напиток в течение двух месяцев. Получался он хмельным, но слабоалкогольным, и его пили наряду с пивом. Если мед парить, глухо замазав горшок «в вольном духу», получится ставной мед, если переварить на ягодах, будет ягодный. Надо отметить, что мед как напиток не был широко распространен на Севере, поскольку пасек здесь было мало и те лишь на юге губернии. Но городским жителям натуральный мед был доступен — его продавали на рынке. Однако и тут его употребляли в небольших количествах, экономно, так как это было дорогое лакомство. (Недаром о «нелюбой» снохе говорили: «Наша невестка все трескат, и мед так жрет!»).

Думается, пришла пора воскресить славу наших древнейших национальных напитков — сбитня, медов и квасов. Приготовление сбитней несложно, их можно готовить и в домашних условиях. Меды готовить сложнее, поэтому их приготовлением лучше заняться предприятиям общественного питания. Ну а квас, конечно же, не только можно, но и нужно готовить дома — ведь черствый хлеб в каждой семье остается. Можно разнообразить приготовление этого напитка различными добавками. Двенадцать рецептов кваса вы найдете в этой книге, и это далеко не все, в специальной литературе по приготовлению безалкогольных напитков в домашних условиях этих рецептов множество.

Но давайте вернемся к чаю. «Известия Архангельского общества изучения Русского Севера» в 1910 году писали: «Чай население очень любит и пьет ежедневно 2—3 раза. Чай покупается преимущественно по 1 р. 80 к. за фунт». Мы с вами не только «трескоеды» и «шанежники», но еще и «чаевники», потому что чай для Севера — напиток универсальный. В жару он лучше любого морса утоляет жажду, в ненастный день «греет душу»,

а в мороз наполняет приятным теплом озябшее тело. Он и лекарь, и утешитель. Деревенский дом без самовара кажется холодным и пустым, будто дом с остывшей печью. А стоит зашуметь самовару, и наполнится он теплом и уютom, и потечет неторопливая «беседа», и приговорит шутливая хозяйка госте: «Давай-ко, пей чай, моци калаци, да сахар волоци!» И вспомнится старый обычай: напившись, перевернуть чашку вверх дном, иначе будешь тебе наливать и наливать...

К чаю принято подавать «печеное да вареное», которому за самоваром «недолг и век». Что хорошая хозяйка поставит на стол? Пироги и пирожки, плюшки и калачи, ватрушки и шанежки. И непременно — варенье. Какой без него на Севере чай! Благо северный лес и по сей день балует нас своими дарами, знай не ленись, собирай, вари, мочи, перетирай, делай запасы на долгую зиму. А там — чай да сахар! С него ведь, с чаю, «лиха не бывает»...

НАПИТКИ

349. Квас сухарный (хлебный)

Зажаристые (но не подгоревшие!) ржаные сухари залить кипятком и настоять в течение 12 ч. Отдельно заварить мяту, отдельно — смородиновый лист (общее количество кипятка на их заварку — 0,5 л), настоять их в течение 5 ч. Настой сухарей (сусло) перелить в другую посуду, добавить к нему процеженный настой мяты и смородинового листа, сахарный сироп (2 стакана сахара, прокипяченных в 1 стакане воды) и дрожжи, раз-

СТРАНИЦЫ ИСТОРИИ

Русский квас

У каждого народа есть свой любимый прохладительный напиток. У народов Средней Азии — неизменный зеленый чай; у французов — лимонады, сидро, сидр; у итальянцев — цитрусовые соки; у немцев, бельгийцев и англичан — пиво. А у русских — квас, который готовят с незапамятных времен. Впрочем, напиток типа кваса готовили в древности и

в других странах. 8000 лет назад египтяне наряду с пивом приготавливали такой напиток. Упоминание об этом древнем напитке встречается в ранних повествованиях знаменитых историков и ученых Геродота, Теофаста, а позднее — в сочинениях Диоскорида, Плиния, Гиппократы, который, следует заметить, широко применял квас для лечения больных. В то время, правда, квас не назывался квасом, это

веденные небольшим количеством сусла, размешать и оставить в тепле для брожения на 4—8 ч. Затем снять пену, процедить, разлить квас по бутылкам или банкам, добавить в каждую по несколько изюминок и оставить на два дня на холоде для вызревания.

На 500 г ржаных сухарей 5 л воды, 2 стакана сахара, 1 ст. ложка изюма, 5—6 листьев черной смородины, 1 ст. ложка сухой мяты, 30 г дрожжей.

Хлебный квас можно приготовить и по-другому. Сложить сухари в эмалированную или стеклянную посуду большой емкости, добавить мяту, заварить крутым кипятком и оставить на сутки в теплом месте. Затем процедить через двойную марлю, положить сахар, подбойку из дрожжей и пшеничной муки, разведя ее в теплом квасе, и оставить в теплом месте еще на 5—6 ч для брожения. Затем вновь процедить, положить изюм и поставить на два дня на холод.

На 800 г сухарей 4 л кипяченой воды, 1/4 стакана изюма, 200 г сахара, 2 ст. ложки мяты, 15 г дрожжей, 1/4 ст. ложки муки.

350. Квас сухарный с медом

Ржаные сухари залить кипятком и поставить на сутки в теплое место. Затем настой слить в другую посуду, прибавить к нему мед и приготовленную заранее закваску. Все хорошо перемешать и покрыть полотенцем. Когда дрожжи всплывут наверх, их снять, а квас процедить, разлить в бутылки и закупорить их.

На 1 кг сухарей 500 г меда, 5 л воды. Для закваски: 25 г дрожжей и 2 ст. сахара. Их смешать и поставить на 20—30 мин в теплое место для брожения.

название он стал носить значительно позднее.

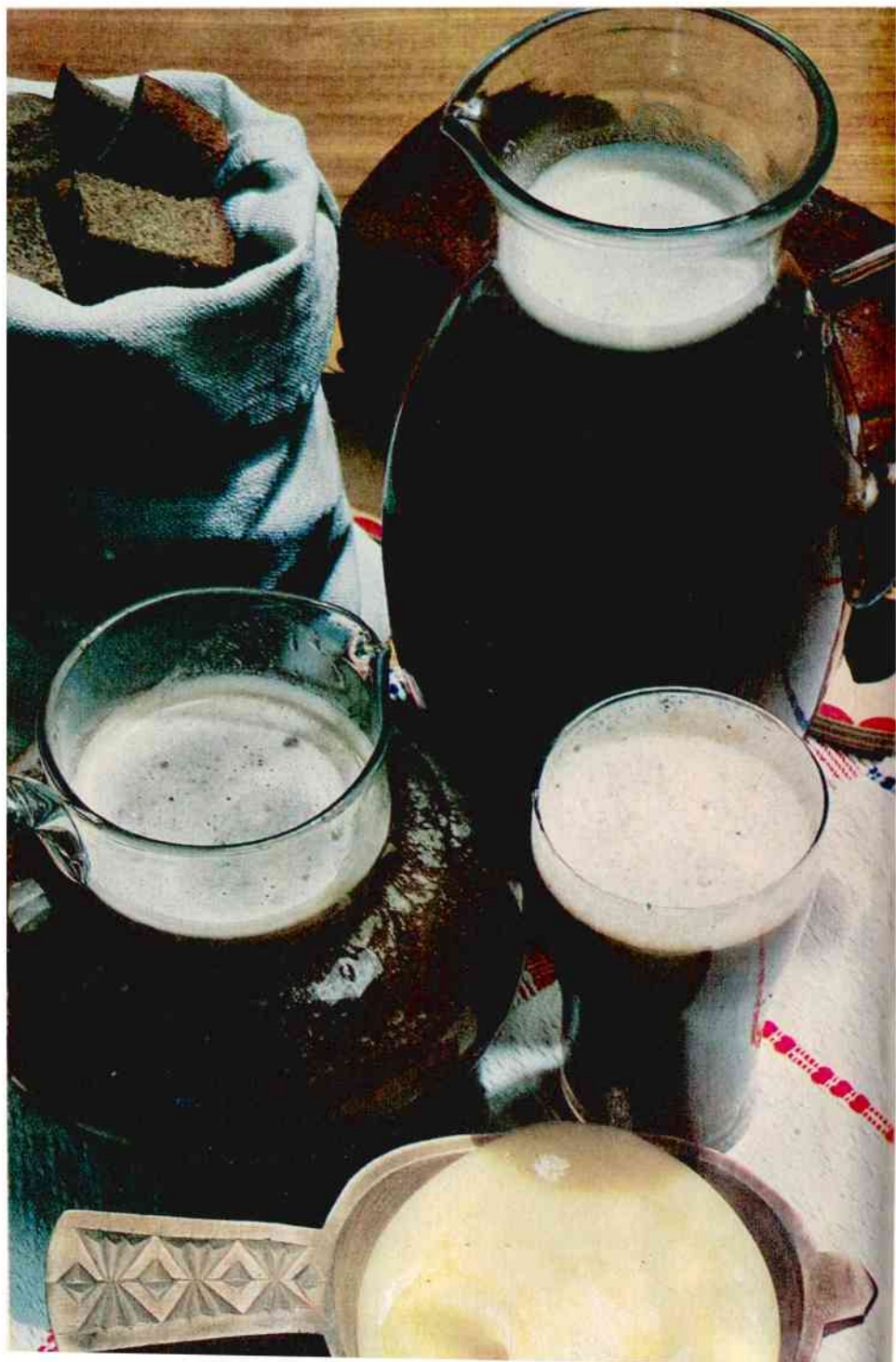
Слово «квас» русского происхождения, оно означает кислый напиток и, очевидно, одного корня с «квашением», «заквашиванием», «закваской». Впервые это слово встречается в знаменитой русской летописи — Ипатьевском списке, затем в «Легенде о богатом». В более поздних русских рукописных источниках упоминание о квасе встреча-

ется все чаще. В XVI столетии он становится на Руси распространенным напитком. Во второй половине XIX столетия квасом заинтересовались ученые-медики России. «Российское общество охранения народного здравия» взяло под свое попечительство квасное производство и всячески заботилось о развитии квасоварения и потреблении этого полезного для здоровья напитка.



Каравай

Квас сухарный с медом ►



351. Русский квас

Черствый хлеб нарезают ломтиками и подсушивают в жарочном шкафу до темно-коричневого цвета. Затем заливают горячей кипяченой водой (5 л), закрывают посуду крышкой и настаивают в течение 6—8. После этого раствор процеживают, вводят разведенные теплой водой (1 л) дрожжи, добавляют изюм и ставят для брожения в теплое место на сутки. Потом процеживают.

На 6 л воды 1 кг ржаного хлеба, 200 г сахара, по 50 г дрожжей и изюма.

352. Квас «петровский»

Мед растворить в готовом сухарном квасе. (Чтобы он лучше растворился, квас необходимо слегка подогреть). Добавить мелко настроганный очищенный корень хрена. Квас хорошо закупорить и поставить на холод на 10—12 ч. Затем процедить и разлить по бутылкам. При подаче добавить пищевой лед.

На 1 л хлебного кваса 25 г хрена, 2 ч. ложки меда, пищевой лед.

353. Квас медовый

Заливают мед кипятком и размешивают. Когда жидкость остынет до комнатной температуры, вводят дрожжи, разведенные теплой кипяченой водой, мелко нарезанные лимоны и ставят для брожения в теплое место на 8 ч. Затем процеживают.

На 5 л воды 800 г меда, 25 г дрожжей, 200 г лимона.

ИЗ СТАРИННЫХ РЕЦЕПТОВ

Квас суточный из ржаного хлеба

16 ф. кусков ржаного хлеба положить в кадку, влить 4 ведра кипятку, покрыть чистой скатертью, дать постоять 8 часов. Потом слить чистый квас в другую кадку, положить 1½ стак. хороших дрожжей, 4 ф. сахару, 1 лимон нарезанный. Дать постоять еще 8 часов, потом разлить по бутылкам, процеживая сквозь сито

и кладя в бутылки по изюминке. Закупорить и поставить в кухню, пока не начнется брожение, около 10—11 часов.

(Если перевести этот рецепт на современный язык и максимально приблизить к современным условиям, то на 5 л воды надо взять 800 г ржаного хлеба, 40 г дрожжей, 200 г сахарного песка и 1/8 часть лимона).

Можно приготовить этот квас и другим способом: развести мед водой, добавить изюм и подбитые мукой дрожжи, хорошо укупорить смесь и оставить в теплом месте на 5—6 дней для брожения. Затем процедить.

На 5 л воды 100 г меда, 100 г изюма, 15 г муки, 5 г дрожжей.

354. Квас из черемухи

Свежие ягоды черемухи вымыть, размять, засыпать сахарным песком и перемешать деревянной ложкой. Затем влить теплую кипяченую воду, добавить ванильный сахар и лимонную кислоту, снова перемешать и поставить в теплое место для брожения.

Когда образуется пена, напиток процедить через марлю, разлить в бутылки и поставить в прохладное место для дальнейшего сбраживания. Через 2—3 дня квас готов.

На 5 л воды 750 г ягод, 500 г сахара, 0,5 пакетика ванильного сахара, лимонная кислота по вкусу.

355. Свекольный квас

Свеклу очищают и промывают. 1/4 часть ее нарезают ломтиком и кладут вместе с целыми клубнями в неокисляющую посуду. Заливают кипяченой водой и оставляют в теплом месте для брожения на 8—12 ч. (Чтобы ускорить этот процесс, можно добавить корочку ржаного хлеба). После окончания брожения квас ставят в холодное место на две недели для вызревания. Квас получается концентрированный, и его можно по вкусу разбавлять кипяченой водой.

На 1 л воды 500 г свеклы.

СОВЕТУЕМ ПРИГОТОВИТЬ

Черничный гоголь-моголь

Разбить свежие куриные яйца и отделить желтки от белков. Желтки взбить до образования густой массы лимонного цвета, а белки — в крутую пену. Во взбитые желтки добавить щепотку соли и сахарный песок, черничный сок и хорошо размешать. Затем влить холодное молоко, охлажденную кипяченую воду и вновь перемешать. Полу-

ценную смесь вылить тонкой струйкой в предварительно взбитые белки. Перед подачей на стол гоголь-моголь можно посыпать измельченными орехами. (На 4—5 порций — 1/2 стакана черничного сока, 2 яйца, 3 ст. ложки сахарного песка, 2 стакана холодного молока, 1/2 стакана холодной кипяченой воды, щепотка соли, 1—2 ч. ложки натертого мускатного ореха.

356. Квас фруктово-ягодный

В воду кладут сахар и доводят ее до кипения, вливают сок любых ягод и фруктов или одних ягод, охлаждают раствор до комнатной температуры, затем вводят дрожжи и ставят для брожения в теплое место на 6 ч.

На 3 л воды 2 л сока, 300 г сахара, 50 г дрожжей.

357. Квас молочный

В молоко кладут сахар, размешивают и доводят до кипения. Когда раствор остынет до комнатной температуры, вводят разведенные в теплом молоке дрожжи и, накрыв посуду крышкой, ставят для брожения в теплое место на 6 ч.

На 5 л молока 200 г сахара и 50 г дрожжей.

358. Квас любительский

В мед положить лимоны, нарезанные тонкими кружочками, изюм и залить холодной кипяченой водой (4 л), в которую введены подбитые мукой дрожжи. Через сутки подлить в смесь еще 0,5 л кипяченой воды. Когда изюм и лимоны всплывут на поверхность воды, жидкость процедить через сито. Разлить квас в бутылки и положить туда по 2—3 изюминки. Хранить бутылки следует в лежачем положении.

На 4,5 л воды 1/3 стакана меда, 2 лимона, 150 г изюма (2/3 стакана), 1 ст. ложка муки и 25 г дрожжей.

Медовое молоко

Напиток лучше готовить в миксере. Его можно подавать горячим и холодным. (Молоко 130 г, мед 1 ст. ложка).

Молоко с малиновым сиропом

В молоко добавляют малиновый сироп и тщательно перемешивают. (Молоко 120 г, малиновый сироп 1 ст. ложка).



359. Квас из моркови

Морковь вымыть, очистить, натереть на терке и залить теплой кипяченой водой. Затем добавить сахар, лимонную кислоту, гвоздику, корицу, растертые с сахаром дрожжи, ломтик хлеба, все хорошо размешать и оставить в теплом месте на ночь. Утром процедить квас через марлю, разлить в бутылки и оставить при комнатной температуре. На следующий день квас будет готов. Этот квас имеет очень красивый цвет, за что его нередко называют «золотистым». Он хорош в качестве прохладительного напитка к праздничному столу.

На 5 л напитка 2 кг моркови, 500 г сахара, 50 г дрожжей, 1 ломтик черного хлеба, 4 л теплой воды, лимонная кислота, корица и гвоздика по вкусу.

360. Квас клюквенный

Клюкву перебрать, вымыть, положить в эмалированную кастрюлю, размять деревянным пестиком или ложкой, залить водой, поставить на огонь и варить 10 мин. Сняв с огня, процедить, добавить сахарный песок и охладить. Затем ввести разведенные дрожжи, хорошо размешать, разлить по бутылкам, закупорить и поставить в темное прохладное место на 3 дня, после чего квас будет готов к употреблению.

На 5 л кваса 1 кг клюквы, 2 стакана сахарного песка, 4 л воды, 10 г дрожжей.

361. Сбитень

Распустить в горячей воде мед, добавить сахарный песок, гвоздику, корицу, кардамон, лавровый лист, по-

ВСПОМНИМ ЗАБЫТОЕ

Кислые щи (напиток)

Сегодня мало кто знает, что слово «щи» некогда имело два значения. Теперь выражение «бутылка кислых щей» у большинства людей вызывает недоумение, а еще в начале века все знали, что «кислые щи» — это особый, шипучий и очень острый, квас.

Пшеничную муку (6 стаканов) и мяту (по вкусу) зава-

ривали 6 стаканами кипятка, накрывали и давали выстояться в течение двух часов. Затем вливали еще 6 стаканов теплой воды, всыпали 6 стаканов гречневой муки. Смесью пшеничной и гречневой муки (той и другой по 1 стакану) подбивали дрожжи (50 г), разведенные теплой водой. Когда дрожжи поднялись, их вливали в полученное сусло и разводили его водой «до густоты разведен-

ставить на огонь и прокипятить в течение 10—15 мин. Дать настояться и процедить. Подавать сбитень горячим.

На 5—6 порций 1/2 стакана меда, 1/2 стакана сахарного песка, 1 ч. ложка гвоздики, 1 ч. ложка корицы, 1 ч. ложка кардамона, 3—4 лавровых листа, 1 литр горячей воды.

Можно приготовить сбитень с меньшим количеством пряностей, но с хмелем.

Распустить в горячей воде мед, добавить хмель и корицу, поставить на небольшой огонь и проварить смесь, все время помешивая, в течение 2—3 ч. Удалить пену, процедить. Этот сбитень подают холодным.

На 6 порций 1 стакан меда, 5—6 г хмеля, щепотка корицы, 1 л воды.

362. Мед пряный

Мед залить водой, поставить на огонь и прокипятить в течение 10—15 мин, все время помешивая и снимая пену. Затем, не снимая с огня, добавить перец, имбирь, кардамон, корицу и прокипятить еще 5—7 мин; потом снять с огня и охладить. В охлажденную до 30° смесь добавить дрожжи и поставить для брожения в теплое место на 12—14 ч. После этого напиток процедить, разлить по бутылкам, укупорить и оставить на 2—3 недели для созревания. После чего напиток будет готов к употреблению.

На 4 л воды 10—15 г пряностей, 1 кг меда, 100 г дрожжей.

ного кваса». Всыпали сахар (800 г), давали смеси забродить, потом процеживали, разливали по бутылкам и выносили на холод.

Брусника в репе

Очистить репу от кожуры, сделать в ней углубление, заполнить его брусникой и сахаром доверху, с горкой, обернуть ржаным тестом (сочным) и выпекать в русской печи. Охладить и подать к столу как сладкое блюдо.

363. Мед клюквенный

Мед распустить в воде, поставить на огонь и прокипятить в течение 10—15 мин, снимая пену. Затем слегка охладить, добавить дрожжи, клюквенный сок и пряности, закрыть и поставить на два дня в теплое место для брожения. Через два дня напиток процедить и поставить в холодное место на 2—3 недели, после чего он готов к употреблению.

На 3 л воды 1 л клюквенного сока, 1 кг меда, 5 г пряностей (корица, гвоздика), 100 г дрожжей.

364. Напиток медовый

Мед развести горячей водой, добавить сок 1 лимона или лимонную кислоту и охладить. Подать с кусочками льда.

Вода 850 г, мед 150 г, лимонная кислота 1 г.

365. Брусничный напиток

Бруснику перебрать, вымыть и размять. Затем засыпать ее сахарным песком и оставить на 2—3 ч. Образовавшийся сироп слить и процедить в отдельную посуду. Выжимки залить водой, поставить на огонь и прокипятить в течение 5—7 мин. Затем снять с огня и процедить. В отвар добавить лимонную кислоту, полученный ранее сироп и перемешать. Подать в охлажденном виде.

Вода 1 л, брусника 1,5 стакана, сахарный песок 1/2 стакана, лимонная кислота на кончике ножа.

СТРАНИЦЫ ИСТОРИИ

Почему спиртное пьют, а кофе — откушивают!

Испокон веков в русском языке алкогольные напитки назывались питиями, отчего и до сих пор, говоря «он пьет» или «он выпил», мы без уточнения подразумеваем употребление алкогольного напитка. Слово же «напиток», применяемое первоначально только к безалкогольным жидкостям, произошло не от

слова «пить», а от слова «напитать», то есть накормить, насытить. В России напитками первоначально называли только заморские подкрепляющие, питающие жидкости — кофе, какао, шоколад чай. Представление о том, что к напиткам может относиться только питательная жидкость, нашло отражение в словосочетании «откушать кофе», которое с определенной долей юмора мы употребляем и по сей

366. Напиток овсяно-медовый

Овес промыть, добавить воду и варить, пока не выпарится половина воды. Отвар процедить, прибавить к нему мед, вскипятить и охладить.

На 1 стакан овса 500 г воды, 1/2 ст. ложки меда.

367. Молочно-черничный напиток

В черничный сок вылить охлажденное кипяченое молоко и перемешать. Затем добавить по вкусу сахарный песок и сильно охладить (перед тем как поставить в холодильник, опустите несколько кусочков льда). Напиток получается вкусный, освежающий, его приятно выпить в летний знойный день.

На 4—5 порций 250 г черничного сока, 750 г охлажденного кипяченого молока, сахарный песок по вкусу.

368. Напиток морковно-клюквенный

Морковь вымыть, очистить, сполоснуть, натереть на терке, сложить в посуду с крышкой, залить водой, плотно закрыть и поставить на 2 ч в холодильник. Затем отжать из нее сок (через 2—3 слоя марли). В полученный морковный сок влить клюквенный сок, добавить сок, выжатый из четверти лимона и добавить по вкусу сахарный песок. Подают этот напиток хорошо охлажденным.

На 4—5 порций 500 г моркови, 1/2 стакана клюквенного сока, 1 стакан холодной кипяченой воды, 1/4 лимона, сахарный песок по вкусу.

день. Для остальных напитков — не подкрепляющих, и не алкогольных — долгое время не могли подыскать подходящего термина. Но он все же нашелся, и теперь мы называем эти напитки прохладительными.



369. Напиток морковно-молочный

В свежеприготовленный морковный сок (368) влить холодное молоко, перемешать и добавить по вкусу сахар. Подавать напиток слегка охлажденным.

На 5 порций 500 г морковного сока, 500 г холодного пастеризованного молока, сахарный песок по вкусу.

370. Напиток осенний

В рассол квашеной капусты влить томатный сок, выжать сок 1/2 лимона, добавить снятую с 1/4 лимона измельченную цедру, охлажденную кипяченую воду, добавить по вкусу соль и сахар и хорошо перемешать. Подают напиток охлажденным.

На 6 порций по 500 г рассола квашеной капусты и томатного сока, 1/2 лимона, 1/2 стакана охлажденной кипяченой воды, сахарный песок и соль по вкусу.

371. Напиток из крапивы

Из молодых листьев крапивы при помощи соковыжималки приготовить сок, влить в него холодный морковный (368) и лимонный соки. Подать напиток сильно охлажденным.

На 1 порцию 1/3 стакана крапивного сока, 3/4 стакана морковного сока, 2 ч. ложки лимонного сока.

372. Мятный напиток

Вскипятить воду, добавить лимонную кислоту, сахар и размешать их до полного растворения. В кипящую воду опустить мяту, снять с огня, остудить и процедить.

На 5 порций 1 л воды, 1/2 ч. ложки лимонной кислоты, 2 ст. ложки сахара, 2 ст. ложки сушеной мяты перечной.

ВСПОМНИМ ЗАБЫТОЕ

Кипришиха

Моченую бруснику смешивали с солодом (пророщенные и смолотые зерна хлебных злаков — ржи или ячменя), добавляли воду, патоку (позднее — сахар) и ставили в русскую печь парить.

Завариха

Толченую бруснику смешивали с толокном, заваренным горячей водой (толокняной

кашицей), добавляли патоку или сахар и молоко.

Смоква

Свежие ягоды (2 стакана) протирают в пюре, прибавляют 1 стакан сахара, варят, помешивая, чтобы не пригорело, и до тех пор, пока смесь не будет отставать от посуды. Намочив блюдо холодной водой, выливают в него горячую смовку. Дают остыть и загустеть.

373. Напиток «Русский»

Промытую клюкву протереть и отжать сок. Мезгу залить горячей водой, довести до кипения и процедить. В охлажденный отвар ввести мед, отжатый сок и десертное вино. Подают напиток холодным.

На 5 порций 150 г клюквы, 200 г меда, 100 г десертного вина и 800 г воды.

Этот напиток можно приготовить и из варенья. Варенье (малиновое, черносмородиновое, черничное) и мед развести горячей водой, довести до кипения и процедить, одновременно протирая ягоды. Добавить лимонную кислоту, сухое вино и вновь довести до кипения. Подают тоже охлажденным.

На 1 порцию 20 г варенья, 10 г меда, 160 г воды, 10 г сухого вина, 3 г лимонной кислоты.

374. Черничный морс

Чернику перебрать, вымыть, размять и отжать сок. Полученный сок перелить в стеклянную банку, накрыть крышкой и поставить в прохладное место. Выжимки залить горячей водой, прокипятить в течение 10—12 мин и процедить. Смешать отвар с ранее полученным соком и добавить сахарный песок. Подают морс в охлажденном виде.

На 5—6 порций 1 стакан черники, 1/2 стакана сахарного песка, 1 л воды.



375. Черничный морс с медом

Вылить в посуду желток куриного яйца, добавить мед и, непрерывно помешивая, постепенно влить горячий черничный морс (366). Подавать напиток в горячем виде.

На 1 порцию $\frac{3}{4}$ стакана горячего черничного морса, 1 яичный желток, 1 ст. ложка натурального меда.

376. Клюквенный морс

Клюкву перебрать, вымыть, положить в кастрюлю, залить водой, поставить на огонь, прокипятить 10 мин. Затем снять с огня и процедить. Полученный отвар снова перелить в кастрюлю, добавить сахарный песок, прокипятить и охладить.

Можно приготовить этот морс и по-другому.

Клюкву размять и отжать сок. Выжимки залить горячей водой, поставить на огонь и довести до кипения. Затем снять с огня и процедить. Полученный отвар смешать с ранее отжатым соком, добавить сахарный песок и перемешать.

На 5—6 порций 1 стакан клюквы, $\frac{1}{2}$ стакана сахара, 1 л воды.

377. Клюквенный морс с медом

Клюкву перебрать, вымыть, размять деревянным пестиком или ложкой в неокисляющейся посуде и отжать сок. Выжимки залить водой, поставить на огонь, прокипятить 5—8 мин и процедить. Затем добавить мед, дать ему раствориться и влить полученный сок.

На 5—6 порций 1 стакан клюквы, 2 ст. ложки меда, 1 л воды.

ХОЗЯЙКЕ НА ЗАМЕТКУ

Вода для чая

Вода для чая не должна иметь никаких побочных запахов и примесей. Лучше всего для этих целей подходит родниковая вода и вода быстрых речек с каменисто-песчаным дном. Воду из колодца (если колодец не ключевой) надо отстаивать. Водопроводную воду желательно пропускать через специальное фильтрующее устройство —

«Родничок» или отстаивать в течение суток и сливать в чайник или самовар осторожно, не взбалтывая осадок.

Для заваривания чая важна стадия кипения воды. Их три. Первая характеризуется появлением пузырьков воздуха на поверхности воды, вторая — псбелением воды (такое кипение называют «белым ключом»). На третьей стадии вода бурно кипит, поднимаясь крупными пузырями и разбрызги-

378. Брусничный морс

Бруснику перебрать, вымыть, размять и отжать сок. Полученный сок перелить в стеклянную банку, накрыть крышкой и поставить в холодильник. Выжимки залить горячей водой, поставить на огонь и довести до кипения. Затем снять с огня и процедить. Отвар немного охладить, смешать с ранее полученным соком, добавить сахарный песок и перемешать.

На 6 порций 2 стакана брусники, 1/2 стакана сахарного песка, 1 л горячей воды.

379. Кежный (ягодный) чай

В кипятком вместо заварки добавляют сок от ягод (клюквы, малины, черники, брусники, морошки).

На 1 стакан горячей воды 50 г сока от ягод.

380. Чай брусничный

В крестьянских семьях зимой часто заваривали чай из брусничного листа. Для этого сухие брусничные листья заваривают кипятком, настаивают и пьют настоем горячим или холодным.

На 1 стакан кипятка 1—2 ч. ложки брусничного листа.

381. Шиповниковый чай

Деревянным пестиком раздавить ягоды шиповника, положить их в горячую воду, закрыть крышкой и проварить в течение 10 мин. В процеженный отвар добавить по вкусу сахар и лимонный сок.

Шиповник 15 г, вода 250 г, сахар 15 г, 1/8 лимона (сок).

ваясь. Для заваривания используется вода второй стадии кипения.

Вкусный чай получается при заваривании водой, вскипевшей в самоваре. Стадию кипения здесь можно определить по звуку: на первой стадии он «поет», на второй «шумит», а на третьей «бурлит».

Вода для заваривания чая должна быть только свежей, вскипяченной один раз. Особенно портится чай, если в

уже кипяченую воду долить свежей и затем эту смесь вскипятить.



382. Малиновый чай

Малиновый сироп (40 г) долить в стакане горячим крепким чаем.

383. Чай из плодов шиповника и ромашки

Плоды шиповника залить водой и кипятить в течение 5 мин, затем добавить ромашку и, плотно прикрыв кастрюльку крышкой, оставить настаиваться в течение 10 мин. Процедить, добавить сахар или мед.

Шиповник 1 ст. ложка, ромашка 1 ч. ложка, вода 1 стакан, сахар или мед 1/2 ст. ложки.

384. Чай из мяты и ромашки

Мяту и ромашку залить кипятком, прикрыть крышкой и оставить на 10 мин. Настой процедить сквозь ситечко, положить мед.

Мята и ромашка по 1 ч. ложке, вода 1 стакан, мед 1 ст. ложка.

385. Тминный чай

Тмин засыпают в кипяток (1 ч. ложка на 1 стакан воды), варят на слабом огне около 5 мин, затем дают настояться в течение 10—15 мин. Тминный чай вкусен с молоком или сливками.

386. Земляничный чай

Листья земляники заваривают кипятком и настаивают в течение 5—7 мин, добавляют сахар или сироп земляничного варенья и подают.

На 1 стакан чая 2 ч. ложки сухих листьев, сахар или сироп по вкусу.

ХОЗЯЙКЕ НА ЗАМЕТКУ

Общие правила варки киселей

Для заваривания киселей применяют различные виды крахмала: картофельный, кукурузный, рисовый, пшеничный.

Норма крахмала на 1 л воды при заваривании киселей:

Густой кисель — 3 ст. ложки.

Средней густоты — 2 ст. ложки.

Жидкий — 1 ст. ложка.

Крахмал, прежде чем ввести

в кисель, следует развести в небольшом количестве холодной воды (1 часть крахмала на 4 части жидкости).

Кукурузный крахмал вдвое слабее картофельного. При заваривании картофельным крахмалом надо только доводить кисель до кипения, а при заваривании кукурузным кипятить еще 5 мин.

Молочные кисели лучше всего готовить на кукурузном крахмале.

387. Липовый чай

Цветы липы залить крутым кипятком, поставить на небольшой огонь и прокипятить в течение 10 мин, после чего процедить и добавить по вкусу сахарный песок.

На 1 порцию чая 1—1,5 ст. ложки сушеных цветов липы, 1 стакан воды, сахарный песок по вкусу.

388. Рябиновый чай

Сушеные цветы и плоды рябины залить крутым кипятком, дать настояться в течение 2—3 мин и добавить по вкусу сахарный песок. Соотношение цветов и плодов рябины произвольное.

389. Чай с сахаром, медом, вареньем, лимоном

Чайник, предназначенный для заварки чая (лучше фарфоровый или фаянсовый), ополоснуть горячей водой, насыпать чай и залить его крутым кипятком (на 250 г воды 2 ч. ложки сухого чая) на 1/3 чайника, закрыть его крышкой, накрыть салфеткой или поставить на горячий самовар и дать настояться в течение 5 мин. Затем долить до полного объема.

Заварку в чашку или стакан наливают на 1/4 общего объема.

Отдельно к чаю подают сахар, в вазочках — мед и варенье, на блюде или крупной розетке — лимон.

390. Чай с молоком

Подают его как обычный чай, отдельно ставят горячее молоко (или сливки). Чашки не доливают на 1/4 объема, чтобы в них можно было налить молоко.

Вкусовую основу киселей можно разнообразить. Их можно готовить на квасе, кофе, какао, с шоколадом, орехами и т. д. Для получения таких киселей соки заменяются крепкими отварами кофе, какао и варятся они не на воде, а на молоке.

Густые кисели можно наслаивать: слой ягодного, слой молочного, слой шоколадного и т. д. Такие кисели подают в порционных вазочках.

391. Чай с мятой

В заварной чайник кладут сухой чай, по вкусу добавляют сушеную или свежую мяту и заваривают кипятком. Настаивают и подают в чашках.

392. Чай-пунш

Сухой чай заливают кипятком, дают настояться 5 мин, процеживают, добавляют корки и сок лимона. Каждый кусочек сахара натирают чисто вымытой коркой апельсина (ее оранжевой стороной), опускают в сосуд с вином, ставят на огонь и доводят до кипения, после чего вливают чайную смесь и ром. Готовый пунш подают горячим в чашках.

Сухой чай 2 ст. ложки, 1/2 л кипятка, 1/2 стакана рома, 1 стакан красного вина, сок 1/2 лимона, корки с 1 апельсина и 1/2 лимона, 8—9 кусков сахара-рафинада.

СЛАДКИЕ БЛЮДА

393. Кисель из клюквы, брусники

Ягоды перебрать, промыть горячей водой и хорошо размять пестиком или ложкой, добавить 1/2 стакана кипяченой холодной воды, протереть сквозь сито или отжать через марлю. Выжимки от ягод залить 2 стаканами воды, поставить на огонь и прокипятить в течение 5 мин, после чего процедить. В процеженный отвар положить сахар, вскипятить, влить разведенную картофельную муку и, размешивая, дать закипеть еще раз.

ГОСТИ С ЮГА

Гость, о котором пойдет речь, с очень дальнего юга — из жарких тропиков, а название ему — кофе. И мы, северяне, несказанно этому гостю рады. В хмурый, холодный день чашечка крепкого кофе и согреет, и взбодрит, в жаркий день будет прекрасным дополнением к мороженому...

Существует множество способов сварить вкусный кофе. Вот один из них,

Кофе по-восточному. В луженый изнутри сосуд (кофейник, джезв) налить половину порции воды и добавить в нее сахар по вкусу. Когда вода закипит, всыпать кофе, размолотый в порошок, добавить остальную воду и варить на слабом огне до образования пены (густой шапки). На одну порцию кофе берут 100 г воды и 1 ч. ложку кофе.

В готовый кисель влить отжатый сок и хорошо размешать. Густой кисель разливают по вазочкам, охлаждают и подают с холодным молоком или сливками.

На 1 стакан клюквы 2,5 стакана воды, $\frac{3}{4}$ стакана сахара, 2 ст. ложки крахмала. На густой кисель — 3 ст. ложки крахмала.

Так же можно приготовить кисель из красной или черной смородины, свежей черники или голубики.

394. Кисель из сушеной черники

Чернику перебрать, промыть в теплой воде, залить холодной водой и проварить до размягчения. Ягоды размять, отвар процедить, положить сахарный песок, лимонную кислоту, довести до кипения и, непрерывно помешивая, ввести разведенный крахмал.

Черника сушеная 75 г, вода 900 г, сахар 4 ст. ложки, кислота лимонная 1 г, крахмал 2,5—3 ст. ложки.

395. Кисель из меда

Мед разводят горячей водой, доводят до кипения, снимают пену, добавляют разведенный водой крахмал и заваривают кисель. Можно добавить лимонную кислоту. К киселю подают молоко или сливки.

На 1 л воды 1 стакан меда и 1,5 ст. ложки крахмала.

396. Кисель из шиповника

Сушеные плоды шиповника перебрать, промыть, залить горячей водой и оставить на 15—20 мин для набухания. Затем отварить в этой же воде до размягчения. Отвар процедить, плоды протереть через сито, соеди-



нить с отваром, добавить сахарный песок, лимонную кислоту, довести до кипения, соединить с разведенным крахмалом и остудить.

Шиповник 40 г, вода 900 г, сахарный песок 4 ст. ложки, крахмал 50 г, кислота лимонная 1 г.

397. Молочный кисель

Молоко нагреть до кипения, прибавить сахар, ввести разведенный в холодном молоке крахмал и, все время помешивая, проварить кисель в течение 5 мин на слабом огне. Для аромата в горячий кисель можно прибавить ванилин. Разлить горячий кисель в чашки и охладить.

На 4 стакана молока 1/2 стакана сахара, 2 ст. ложки крахмала, ванилин на кончике ножа.

Кисель можно приготовить и из сухого молока. В этом случае стакан сухого молока разводят 2 стаканами холодной воды и оставляют на 30 мин для набухания. Затем добавляют еще 2 стакана воды, размешивают и доводят до кипения. В кипящее молоко вводят 1/2 стакана сахара, вливают крахмал (2 ст. ложки, разведенных в стакане воды) и доводят кисель до кипения.

398. Кисель из кваса

Хлебный квас процеживают, добавляют сахар, доводят до кипения, прибавляют разведенный водой крахмал и заваривают кисель.

Квас 1 л, сахар 4,5 ст. ложки, крахмал 1,5 ст. ложки.

СОВЕТУЕМ ПРИГОТОВИТЬ

Свекольный морс

Свеклу очищают и натирают на мелкой терке. Из измельченной свеклы отжимают сок. Отжатую от сока свеклу заливают горячей водой, доводят до кипения и проваривают 10—20 мин. В конце варки добавляют сахар, лимонный сок и отжатый свекольный сок. Вновь доводят до кипения, но не кипятят. Отвар процеживают и наливают в кувшин, наполненный льдом.

(Свекла 200 г, сахар 100 г, вода 1 л, сок одного лимона).

Детский овощной напиток

У нас на Севере многие дети страдают диатезом. Этим детям полезен овощной напиток. Готовят его из моркови, репы, брюквы и капусты. Морковь, репу и брюкву очищают, споласкивают, нарезают на кусочки, заливают горячей водой, закрывают крышкой и варят на слабом огне 20—25

399. Кисель из щавеля

Щавель хорошо промывают, измельчают и тушат в небольшом количестве воды, затем протирают через сито, добавляют остальную воду, сахар и варят в течение 3 мин. Вводят крахмал, разведенный холодной водой, доводят кисель до кипения и остужают.

Щавель 400 г, вода 1 л, сахар 1/3 стакана, крахмал 25 г.

400. Овсяный кисель

В отличие от киселя, рецепт которого приведен в предыдущем разделе, этот — сладкое блюдо. Он такой же густой, но подают его не на второе или в качестве легкого ужина, как подают описанный выше кисель, а в качестве десерта.

Сначала надо приготовить овсяное молочко: залить овсяную крупу или геркулес водой, настоять, настой процедить, остаток отжать. Чтобы кисель получился более наваристым, настой лучше готовить в два приема: первый раз залить крупу на 12—16 часов (500 г воды), а затем — на 20—30 мин (450 г воды). В настой (овсяное молочко) добавляют сахар, соль и, помешивая, варят до загустения. В конце варки вводят сливочное или растительное масло, ванильный сахар, смесь тщательно перемешивают, разливают в смоченные холодной кипяченой водой формы и ставят на холод.

Есть и другой способ приготовления киселя: в полученное овсяное молочко кладут кусок ржаного хлеба и оставляют в теплом месте на сутки, дальше готовят

мин. Затем опускают в кастрюлю очищенную и нашинкованную капусту и варят еще 25—30 мин. Полученный отвар процеживают и дают детям между кормлениями в количестве, рекомендованном лечащим врачом.

Шоколад (напиток)

Некогда в богатых городских домах было принято подавать к завтраку шоколад — горячий, ароматный и очень

калорийный напиток. Готовят его так: шоколадную плитку следует измельчить, добавить сахар, тщательно перемешать, влить немного молока и растереть до образования однородной массы. После этого тонкой струйкой, непрерывно помешивая, влить горячее молоко и довести напиток до кипения, но не кипятить. (На 1 ч. ложку шоколада в порошок 1 ст. ложку сахара и 1 стакан молока).

так же, как описано выше. (Это называется приготовить кисель на закваске). Во время варки в кисель можно ввести фруктовый или ягодный сок.

Рецептура 1: на 5 стаканов киселя — 950 г воды, 160 г геркулеса, 100 г сахара, 25 г масла, 2 г ванильного сахара, соль по вкусу.

Рецептура 2: по сравнению с предыдущим вариантом количество воды уменьшают на 200 г, в готовое овсяное молочко вводят 200 г фруктового или ягодного сока, остальные компоненты — по первой рецептуре.

401. Брусника с толокном

В бруснику, растертую с сахаром, добавляют толокно. Ягодное пюре хорошо перемешивают и подают.

Брусника 100 г, сахар 50 г, толокно 2 г.

402. Брусничная каша

Свежую бруснику разминают и ставят в русскую печь или духовой шкаф. Из ячменной муки варят кашу и смешивают ее с вареными ягодами, добавляя сахарный песок. Запивают кашу молоком.

403. Ягодная каша

Ягоды (смородину, малину или чернику) добавить вместе с пряностями в кипящую воду и проварить 5 мин. Затем всыпать манную крупу, и, помешивая, сварить кашу до готовности. Подают кашу холодной в качестве сладкого блюда. При подаче ее можно полить густым молочным киселем (397).

На 2 стакана ягод 2 стакана воды, 2 ст. ложки манной крупы. Сахар, ванилин и корица по вкусу.

СОВЕТУЕМ ПРИГОТОВИТЬ

Яблоки, запеченные с брусничкой

Яблоки промыть и вырезать сердцевину. Бруснику перебрать, промыть, пересыпать сахаром и заполнить ею углубления в яблоках. Затем положить яблоки в сотейник, налить немного воды и запечь их в духовом шкафу до готовности. На отваре из яблочных сердцевин и размятой брусники сварить сироп и за-

лить им готовые яблоки. (На 300 г яблок по 1/3 стакана брусники и сахарного песка).

Клубничное пюре

Клубнику перебрать, промыть холодной кипяченой водой и протереть через сито, затем добавить сахар, сильно охлажденное молоко и взбить миксером или кондитерским венчиком. (На 250 г клубники 2 ст. ложки сахара и 1/2 стакана молока).

404. Морошка с сахаром и сливками

2 стакана морошки засыпать 2 ст. ложками сахарного песка и поставить на холод на 3—4 ч. При подаче залить сливками (2 стакана).

405. Земляника (клубника) в молочном соусе

3 стакана земляники или клубники промыть и уложить в вазочки. Творог (2 ст. ложки) протереть со сливками или кефиром (1 стакан), добавить по вкусу сахар и получившимся соусом залить ягоды.

406. Варенье из брусники

Перебрать 1 кг брусники, удалить плодоножки, промыть, положить в эмалированную посуду и засыпать сахаром (1,5—2 кг). Оставить на 12 ч. Затем добавить 1 стакан воды и варить на медленном огне до необходимой густоты сиропа.

407. Варенье из малины

Ягоды малины очень нежные, легко мнутся и портятся, поэтому варенье из них следует варить в день сбора ягод. Отобрать 1/2 кг спелой, но крепкой малины, перебрать, но не мыть. Сварить густой сироп из 1 кг сахара и 1 стакана воды, слегка охладить его и засыпать малину, потряхивая таз, чтобы ягоды полностью погрузились в сироп. Выдержать около 1/2 ч, затем поставить на огонь, довести до кипения, а потом на медленном огне сварить до готовности. Добавить 1 ч. ложку лимонной кислоты (чтобы варенье со временем не



засахарилась) и проварить еще 2—3 мин. Снять с огня и встряхнуть посуду с вареньем, чтобы пена и семена всплыли на поверхность. Удалить их шумовкой. Выдержать варенье 3—4 ч, затем переложить в банки.

Варенье можно сварить другим способом (если ягоды крупные).

Малину перебирают и засыпают сахарным песком (1,5 кг на 1 кг ягод). Дают выстояться при комнатной температуре в течение 6—8 ч (пока не выделится ягодный сок). Затем ягоды ставят на медленный огонь, изредка осторожно помешивают до полного растворения сахара. Как только сахар станет сиропом, огонь усиливают и варят варенье 15—20 мин, потом на 30 мин снимают с огня, а затем доводят до готовности.

408. Варенье из клюквы

Ягоды (1 кг) перебрать, промыть и положить в кастрюлю, влить 1/2—3/4 стакана воды и варить под крышкой до тех пор, пока ягоды не станут мягкими; после этого ягоды размять и протереть сквозь волосяное сито. В тазу для варенья вскипятить мед, положить протертую клюкву, очищенные от сердцевинки и нарезанные дольками яблоки и варить примерно в течение часа.

Такое варенье можно приготовить и на сахаре. Для этого в сахар добавить стакан воды, сварить сироп, а в остальном поступить так же, как при варке варенья с медом.

На 1 кг клюквы 1 кг антоновских яблок, 3 кг меда или 2,5 кг сахара.

ХОЗЯЙКЕ НА ЗАМЕТКУ

Варим варенье...

Требования к варенью. Сироп, в котором находятся ягоды или плоды, должен быть прозрачным, окрашенным в цвет, свойственный этим ягодам или плодам, без какого-либо коричневатого или бурого оттенка. Наличие коричневатого оттенка говорит о том, что варенье было передержано на огне или варилось на слишком большом огне.

Сироп должен быть настолько густым, чтобы быстро не стекал с поверхности ложки. Си́ропа и ягод в варенье должно быть поровну. Излишек или недостаток сиропа указывает на неправильную варку варенья.

Приготовление сиропа. Наиболее распространена варка ягод или плодов в сахарном сиропе. Для его приготовления в чистый медный или латунный таз (в эмалированном

409. Клюква в сахаре

Крупные целые ягоды промывают, хорошо просушивают, смешивают с яичным белком. Затем высыпают их на сито, чтобы стек лишний белок, и обваливают в сахарной пудре.

На 500 г клюквы белок 1 яйца и 500 г сахарной пудры.

410. Варенье из рябины

Рябину (1 кг), снятую после первых морозов или замороженную в морозильной камере холодильника, очистить, промыть, залить холодной водой и дать постоять сутки; затем ягоды откинуть на сито, дать стечь воде, опять залить холодной водой на сутки, повторив это 2—3 раза. В сахар (1,5 кг) влить воду (1 стакан), сварить сироп и, залив рябину горячим сиропом, вынести на холод на сутки. Через сутки ягоды вынуть шумовкой, а сироп проварить в течение 20 мин, затем рябину опустить в сироп и варить на умеренном огне 20—25 мин, пока сироп не станет густым, а ягоды — блестящими. Переваривать рябину не следует, так как ягода потеряет сочность, делается сухой и невкусной.

411. Рябина, протертая с сахаром

Вымоченные ягоды (см. рецепт 410) пропустить через мясорубку, добавить сахар, перемешать и переложить в стерилизованные банки.

Ягоды рябины 1 кг, сахар 2 кг.

варенье может пригореть) насыпают положенное по норме количество сахарного песка; заливают его холодной или горячей водой, ставят таз на средний огонь и деревянной ложкой помешивают до полного растворения сахара. Затем сироп доводят до кипения. После 1—2-минутного кипения сироп готов к употреблению. Его снимают с огня и засыпают в него ягоды.

Варка варенья. Засыпав ягоды в сироп, таз берут обеими руками и встряхивают кругообразными движениями, чтобы сироп полностью покрыл ягоды. После того как сироп прокипит 3—5 мин, таз надо снять с огня, слегка встряхнуть двумя руками, удалить пену и снова поставить таз на огонь. Он должен быть равномерным, не очень сильным и не очень слабым. Пену, образующуюся на поверх-

412. Варенье из морошки

Морошку (1 кг) промыть и откинуть на сито (или промыть в сите под струей холодной воды), дать воде стечь. В сахар (1 кг) влить воду (1 стакан), размешать, поставить на огонь и помешать, пока сироп не вскипит, после этого всыпать ягоды и варить 30 мин. Затем ягоды протереть сквозь волосяное сито и варить еще 10 мин.

413. Брусника в сиропе

Зрелую бруснику перебрать, промыть в холодной воде и сложить в чисто вымытую стеклянную банку. Сварить жидкий сироп, смешав в кастрюле сахар, воду и немного лимонной цедры. Когда сироп прокипит, процедить и охладить его. Холодным сиропом залить бруснику, закрыть банку пергаментной бумагой и обвязать шпагатом. Хранить бруснику в прохладном месте.

На 1 кг брусники 300 г сахара и 2 стакана воды.

414. Моченая брусника

Перебранную и промытую холодной водой бруснику насыпать в стеклянную или эмалированную посуду, или в хорошо промытую и ошпаренную кадучку и залить кипяченой остуженной заливкой, приготовленной из расчета: 1 л воды, 100 г сахарного песка, 1/2 чайной ложки соли. Для улучшения вкуса в бруснику можно положить свежие, нарезанные на дольки яблоки. Иногда в заливку добавляют корицу (по вкусу). Жидкость должна только покрывать ягоды.

ности варенья, надо удалять, а варенье осторожно помешивать, чтобы не пригорело. Когда пенообразование уменьшится, а масса при той же силе огня начнет кипеть медленнее, значит, варка варенья подходит к концу. Наконец, пенообразование вовсе прекратится. Этот момент важно не упустить, чтобы не переварить варенье.

Готовность варенья определяют следующим образом:

ложкой из таза берут немного сиропа и сливают его на блюдце, если сироп стекает густо, тягуче, значит, варенье готово; готовность варенья можно определить и по капле на блюдце, если варенье готово, она не растекается.

Выстойка и расфасовка варенья. Варенье, варившееся в металлическом тазу, надо сразу перелить в эмалированную посуду и перед расфасовкой дать ему выстояться

Моченая брусника не только самостоятельное блюдо, но и хороший гарнир к мясным и рыбным блюдам, ее можно добавлять в салаты. Если бруснику подают в качестве десерта, то за 1—2 ч до употребления в нее добавляют сахар.

415. Брусника в собственном соку

Бруснику перебирают, промывают, обсушивают, невысоким слоем насыпают в эмалированную посуду и толкут, пока не появится сок. Затем снова насыпают слой ягод и опять толкут. Посуду наполняют полностью. Сверху на бруснику кладут марлю, фанерный кружок и небольшой гнет. При подаче бруснику заправляют сахаром.

416. Повидло из брусники

Перебранные ягоды промывают и откидывают на дуршлаг. Яблоки режут на дольки, отваривают и протирают через сито. Пюре и ягоды соединяют, добавляют сахар и варят на слабом огне, часто помешивая. Когда смесь станет густой, ее снимают с огня и охлаждают. Повидло раскладывают в банки и плотно закрывают крышками или покрывают пергаментной бумагой и плотно завязывают.

На 1 кг брусники 1 стакан яблочного пюре и 300 г сахара.

417. Варенье из черники или голубики

Ягоды перебирают, моют в холодной воде, откидывают на решето или сито, чтобы стекла вода, смешива-

до полного остывания. Для длительного хранения варенье раскладывают в чисто промытые сухие стеклянные банки и плотно закупоривают.



ют их с горячим сиропом, осторожно встряхивая таз, и варят до готовности. При варке можно добавить лимонный сок.

На 1 кг ягод 1,2 кг сахара, 3/4 стакана воды, сок 1 лимона.

418. Джем из черники

Джем отличается от варенья тем, что ягоды в нем должны хорошо развариться и образовать не столь густую, как повидло, но достаточно плотную однородную массу.

Перебранные и промытые ягоды насыпают в эмалированную миску, дают толкушкой или пропускают через мясорубку и смешивают с сахарным песком. Проваривают сначала на небольшом огне, постепенно усиливая кипение и энергично перемешивая массу ложкой. Варят не более 30 мин с момента закипания.

На 1 кг ягод 1 кг сахара.

419. Варенье из черной смородины

Ягоды черной смородины очистить от веточек и сухих чашечек цветка, залить холодной водой, затем, удалив всплывшие на поверхность остатки сухих чашечек, откинуть ягоды на сито и дать стечь воде. Сварить густой сироп, всыпать в него приготовленные ягоды, дать вскипеть и поставить на слабый огонь на 40—50 мин.

На 1 кг черной смородины 1,5 кг сахара, 1 стакан воды.

ХОЗЯЙКЕ НА ЗАМЕТКУ

Заготовка ягод впрок

Смородина обладает большой кислотностью. Если к ней добавить немного сахара, то для ее хранения не потребуется стерилизация. Хорошо вымытую смородину пропускают через мясорубку или дают в кастрюле пестиком и тщательно перемешивают с сахаром (на 1 кг смородины берут 1 кг сахарного песка). Полученную смесь хорошо

перемешивают, раскладывают в чистые банки и закрывают крышками. Можно положить в тщательно вымытый горшок или кастрюлю, покрыть пергаментом и натянуть тугую резинку. Хранят в холодном месте.

Морошку моют, откидывают на сито, подсушивают, засыпают в стерилизованные банки и заливают сиропом.



420. Сырой ягодный джем

Так называется джем, приготовленный из свежих протертых ягод и большого количества сахара (его объем должен в 1,5—2 раза превышать объем ягод) без термической обработки. Он ценен тем, что на протяжении долгого времени сохраняет витамины и натуральный вкус ягод.

Джем из черники готовят, тщательно перетирая через сито спелые ягоды. Добавляют сахар и лимонный сок.

На 1 кг ягод 1,5 кг сахара, сок 1 лимона.

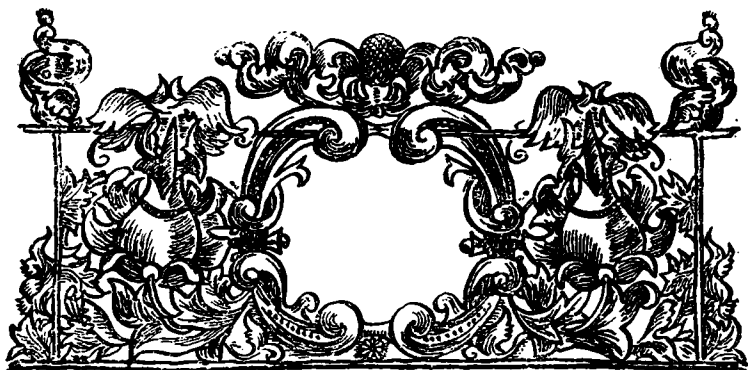
В конце лета, когда поспевают черника, на Севере, как правило, нет лимонов. Лимонный сок можно ввести в готовый джем непосредственно перед употреблением.

Джем из черной смородины готовят, смешивая ягоды, истолченные деревянным пестиком, с сахарным песком.

На 1 стакан толченых ягод 1,5 стакана сахара.

Хранить сырой джем лучше на холоде.





ПРИЛОЖЕНИЯ

ВАША КУХНЯ

Кухня в доме должна быть самым удобным и уютным помещением. Здесь за обеденным или чайным столом собирается вся семья, здесь же нередко принимают самых близких родственников и друзей, именно на кухне состоятся самые доверительные разговоры, к которым располагает сама обстановка...

Для хозяйки кухня — еще и рабочее место, и как всякое рабочее место она должна быть удобно оборудована. МЕБЕЛЬ в кухне расставляется так, чтобы все необходимое всегда было под рукой. Между мойкой и плитой желательно разместить стол-шкаф, на котором будет удобно разделять продукты и сюда же во время приготовления обеда снимать с плиты кастрюли и сковороды (для этой цели на столе должны быть специальные подставки под горячее). Кроме стола-шкафа в кухне нужны или колонки (одна-две) или навесные шкафы для хранения посуды, а также сухих и консервированных продуктов. Высота, на которую вы поднимете шкафы, зависит от роста хозяйки, но в любом случае верхняя полка навесного шкафа должна находиться не выше чем на 1,8 м от уровня пола.

Стены у мойки, разделочного шкафа и плиты лучше всего покрыть кафелем или специальной пластмассовой плиткой светлых тонов. Наилучшее покрытие для пола — линолеум, желательно тоже светлых тонов.

Холодильник тоже должен быть у хозяйки под рукой, но следует помнить, что его нельзя устанавливать рядом с плитой и радиатором.

Обеденный стол надо поставить так, чтобы он был подальше от мойки и плиты, но не загораживал проход в кухне. Если кухня маленькая, в ней можно сделать откидной стол или разместить складывающийся столик. Вместо стульев в маленькой кухне удобнее использовать табуреты, а в большой — скамью с откидным сиденьем, под которым расположен ящик для хранения кухонного инвентаря (например, ведер или высоких кастрюль) или консервированных продуктов.

ИЗБЕЖАТЬ ПОТЕРЬ ВРЕМЕНИ НА ПОИСКИ НЕОБХОДИМЫХ ПРЕДМЕТОВ И ПРОДУКТОВ ПОМОЖЕТ ХРАНЕНИЕ ИХ В ПОСТОЯННОМ МЕСТЕ. Оборудуя кухню, подумайте, в какой из шкафов вам будет удобнее поставить чайную и столовую посуду, в каком разместить кастрюли, сковороды, формы для веченья, горшки и горшочки, «гусятницу» и прочую утварь. Следует заранее предусмотреть, в каких емкостях будут храниться чай, мука, сахарный песок, соль, крупы, запас овощей и пр.

Помните, что чай нельзя хранить в бумаге, поскольку через нее он будет впитывать не только влагу, но и посторонние запахи. И даже бумажно-фольговая упаковка, если хранить в ней чай длительное время, не обеспечит необходимой герметичности. Чай лучше всего хранить в фарфоровой или фаянсовой чайнице, если их нет, — в стеклянной банке с плотно пригнанной крышкой. В металлических и пластмассовых сосудах чай хранить нельзя. Так же следует хранить и молотый кофе. Поджаренный кофе лучше хранить в зернах в закрытой стеклянной банке и размалывать его в таком количестве, которого хватит на неделю, а идеально — на один прием.

Для хранения хлеба потребуется или деревянная хлебница, или эмалированная кастрюля с плотно закрывающейся крышкой. Положите в них небольшую коробочку или баночку с сухой солью или кусочками сырого очищенного картофеля, время от времени заменяйте их, и хлеб не будет плесневеть. Не храните хлеб в полиэтиленовых пакетах, в них он отсыревает и быстро теряет качество.

Муку, крупу, крахмал, сухие грибы, сухари, сухофрукты, словом, подсушенные продукты следует хранить в плотно завязанных полотнянных мешочках, металлических или стеклянных банках с хорошо пригнанными крышками. Но и в этой таре у продуктов может появиться затхлый запах и привкус. Поэтому в целях профилактики мешочки с мукой надо время от времени просушивать на радиаторе, положив на него слой толстого картона. Банки следует периодически открывать и проветривать.

В солонку с солью опустите 2—3 рисовых зерна, и соль будет всегда оставаться сухой. Запас соли лучше всего хранить в берестяном тесе.

Сушеные овощи хранят в шкафу в коробке, упаковав каждую разновидность (зелень укропа, петрушки, сельдерея) в пергаментный кулечек. Можно хранить эти овощи и в пластмассовых или стеклянных баночках. На каждую емкость для удобства наклейте этикетку.

В сухом и достаточно проветриваемом месте прикрепите крючок, на который подвесьте репчатый лук. Он хорошо сохраняется в связке или в авоське, которую с успехом может заменить и старый чистый капроновый чулок.

Хорошо, если в кухне (в самом прохладном ее месте) найдется пространство для небольшой этажерки, на полки которой можно будет установить два ящика, на нижнюю — с картофелем, на вторую — с морковью. Третью полку можно покрыть длинной цветной «дорожкой», свисающий конец которой прикроет ящики. На дорожку положите поднос и поставьте на него самовар, будет удобно и красиво.

Морковь хорошо сохраняется в ящике, если ее уложить штабелями головками наружу, пересыпая каждый ряд чистым чуть влажным речным песком.

В ящике или коробке для хранения картофеля надо сделать со всех сторон небольшие (диаметром 3—4 мм) отверстия и закрыть верх коробки или ящика плотной, не пропускающей свет материей. Последнее очень важно, так как на свету в картофеле накапливается вредное для здоровья человека вещество — соланин. Особенно много его в зеленых участках и ростках. При чистке картофеля их надо тщательно удалять. Не рекомендуется делать на кухне большие запасы картофеля.

А теперь о том, без чего нет кухни,— об очаге. Поскольку наш рассказ о северной кухне, то надо бы повести речь о русской печи, которая и варит, и сушит, и греет... Однако для большинства северян такая печь — «примета прошлого», и даже в сельских новостройках сегодня не увидишь такого очага, молодежь предпочитает жить «на городской манер» — оборудуя кухни газовыми плитами. В этом есть свои «за» и «против». Газ обеспечивает быстрое приготовление пищи, что в наш «скоростной» век является преимуществом немаловажным, но тех особых качеств, которыми обладали блюда, выстоявшиеся в русской печи, у приготовленных на газе нет. Иное дело — ЭЛЕКТРОПЛИТА. Она, как и остывающая печь, дает возможность готовить блюда (тушить, томить) при падающей температуре. Думается, в недалеком будущем этот очаг вытеснит газовые плиты из наших квартир, ведь он удобнее хотя бы своей безопасностью и тем, что не дает ни запахов, ни копоти. Но тем, кто привык «общаться» с газом, не так-то просто приспособиться к безогневому очагу, ведь отдаваемое им тепло не выключишь одним поворотом переключателя — нагревшиеся конфорки остывают

медленно. Словом, к электроплите надо приспособиться. Как? Давайте немножко поучимся у специалистов (их имена и названия книг вы найдете в списке литературы).

ТО, КАК СКОРО И В КАКОМ СООТВЕТСТВИИ С ПРАВИЛАМИ ПРИГОТОВЛЕНИЯ ВЫ СУМЕЕТЕ СВАРИТЬ СУП, ПОДЖАРИТЬ РЫБУ, ИСТУШИТЬ КАПУСТУ И Т. Д., ВО МНОГОМ ЗАВИСИТ ОТ ПОСУДЫ, В КОТОРОЙ БУДЕТ ГОТОВИТЬСЯ БЛЮДО, А ТОЧНЕЕ ОТ КОНФИГУРАЦИИ И РАЗМЕРА ДНА КАСТРЮЛЬ И СҚОВОРОД. Это связано с тем, что нагрев посуды происходит за счет теплопроводности от поверхности конфорки к дну посуды. Для обеспечения плотного контакта с посудой поверхность конфорки проточена. Таким же должно быть дно посуды, предназначенной для электроплит. Но эта посуда у нас, к сожалению, производится в небольшом количестве, и потому хозяйки вынуждены пользоваться обычными кастрюлями, алюминиевыми и эмалированными. В процессе эксплуатации дно этих кастрюль деформируется: становится выпуклым или вогнутым. В результате посуда неплотно прилегает к диску плиты, и, во-первых, резко увеличивается время, необходимое для закипания жидкости, во-вторых, возрастает и расход электроэнергии.

Следовательно, при пользовании электроплитой очень желательно иметь в доме стальную эмалированную посуду с утолщенным ровным дном. Диаметр дна должен полностью совпадать с диаметром диска, допустимое несовпадение — не более 1,5 см. Если диаметр посуды меньше диаметра диска, вода закипает быстро (при условии ровного дна), если больше, время до начала кипения увеличивается (даже при том же условии). К тому же и продукты в кастрюле или сковороде, дно которых намного шире электродиска, провариваются или прожариваются неравномерно.

Если специальной посуды нет, проверьте ту, что есть в наличии. Проверить прогиб дна несложно: для этого достаточно взять линейку и приложить к дну. Если прогиб по краям больше 1 мм, то такую посуду лучше не использовать. Небольшая вогнутость в центре кастрюли может быть допущена, если она не выходит за границы центральной, углубленной, части конфорки. Посуду, непригодную для приготовления пищи на конфорках, не следует выбрасывать, она пригодится для приготовления блюд в жарочном шкафу, где конфигурация дна не имеет никакого значения.

Пользуясь электроплитой, помните, что перед тем как поставить посуду на электродиск, следует тщательно протереть ее дно, чтобы оно было совершенно сухим и чистым. Крошки, прилипшие к дну посуды, создают воздушный зазор между конфоркой и посудой, и погрешность будет той же, что при неровном дне.

ЕСТЬ НЕСКОЛЬКО ПРАВИЛ ПОЛЬЗОВАНИЯ ЭЛЕКТРОПЛИТОЙ, КОТОРЫЕ КАЖДАЯ ХОЗЯЙКА ДОЛЖНА ЗНАТЬ, ЧТО НАЗЫВАЕТСЯ, НАЗУБОК.

Не следует включать конфорку на полную мощность без посуды, наполненной каким-либо содержимым.

Если по какой-либо причине конфорка была включена без посуды и нагрелась докрасна, ее следует немедленно выключить и дать остыть, но нельзя охлаждать конфорку, поставив на нее посуду с холодной водой — корпус конфорки может растрескаться.

Не следует ставить на конфорки кастрюли с мокрым дном или класть крышки внутренней стороной, покрытой каплями конденсированного пара, так как это вызывает интенсивную коррозию корпуса конфорки.

Не рекомендуется ставить на конфорки кастрюли, диаметр которых меньше, чем на 1—1,5 см, так как это вызывает не только перерасход электроэнергии, но и способствует возникновению трещин на корпусе конфорки.

Поверхность конфорок периодически нужно чистить, тщательно удаляя с нее любую грязь. При этом следует знать, что конфорки, покрытые антикоррозийным составом, нельзя чистить металлическими щетками и скребками. Перед чисткой конфорок все переключатели устанавливают в нулевое положение и охлаждают конфорки до комнатной температуры. Поверхность конфорок протирают тряпкой или губкой, смоченной в мыльном растворе. Если к поверхности сильно пригорели пищевые остатки, их следует удалить деревянной лопаткой или палочкой. Вымытую конфорку протирают сухой тряпкой или оберточной бумагой и включают на 1—2 мин для окончательной просушки.

Современные плиты снабжены жарочными шкафами. Такой шкаф предназначен для выпечки мучных изделий, тушения и жарения продуктов, в нем можно высушить сухари и грибы, подсушить крупы, приготовить пареное молоко. Жарочные электрошкафы по сравнению со шкафами газовых плит имеют ряд важных преимуществ: они более равномерно нагреваются по объему и дают возможность поддерживать необходимую температуру (от 50 до 300°) в заданном режиме. Кроме того, электроплиты типа «Электра» оборудованы высокотемпературными инфракрасными излучателями — грилями, смонтированными в верхней части жарочного шкафа. Грили используют для приготовления блюд из мяса, рыбы или дичи на решетке или на вертеле.

Жарочный шкаф для приготовления пищи используется гораздо реже, чем конфорки плиты. Работающая женщина пользуется им обычно 1—2 раза в неделю, чаще — по выходным. И потому многие хозяйки считают, что мыть жарочный шкаф достаточно раз в месяц, а то и в два. Это неверно. Очищать жарочный шкаф надо

после каждого использования, если этого не делать, то после нескольких включений на стенках шкафа образуется довольно толстая трудносмываемая пленка. В этом случае мойка духовки категорически запрещается, нельзя применять и моющие средства, содержащие режущие и царапающие средства (пасты типа «Пемоксоль»). Для мытья используют раствор хозяйственного мыла с содой (10—15 г соды и столько же мыла на 1 л горячей воды). Моют губкой или мягкой тряпочкой. (Шкаф должен быть охлажден до комнатной температуры). После мытья поверхность духовки насухо протирают.

Все эмалированные части плиты (конфорочную и лицевую панели, дверцу духовки и боковые стенки) моют так же, как жарочный шкаф.

А ТЕПЕРЬ НЕСКОЛЬКО ПРАВИЛ ПРИГОТОВЛЕНИЯ БЛЮД НА ЭЛЕКТРОПЛИТЕ ИЛИ В ЕЕ ДУХОВКЕ.

В том случае, когда блюдо готовится без воды (жарится, тушится или готовится на молоке), начинать его приготовление надо с момента, когда температура нагрева диска достигла максимума. Поскольку накаливать пустую конфорку нельзя, следует поставить на нее кастрюлю с холодной водой. Момент закипания воды и будет отправной точкой для начала приготовления блюда. Снимите кастрюлю с водой (воду вылейте или используйте для мытья посуды), поставьте на разогретый диск сковороду, прокалите в ней масло и начинайте тушение или жаренье, постепенно уменьшая температуру нагрева поворотом переключателя на единицу (от 3 до 0). Выключить конфорку надо незадолго до конца приготовления блюда.

Для отваривания продуктов следует брать воды или иной жидкости меньше, чем указано в рецепте. Так, для приготовления каш надо брать воды на 1 децилитр меньше (в расчете на каждый литр), то есть всегда делать поправку на 1/10 объема: вместо 1 л — 900 мл. Дело в том, что на электроплите варят, плотно закрыв кастрюлю крышкой (чтобы жидкость не выплескивалась на диски, с этой же целью кастрюли не доливают до краев минимум на 5 см). По этой причине вода почти не выкипает. При появлении пара следует не крышку на кастрюле приоткрывать, а выключать конфорку, чтобы жидкость на нее не попадала. Блюдо с этого момента начнет томиться и будет не менее вкусным, чем приготовленное в русской печи.

Молоко на электроплите кипятят только при падающей температуре, то есть ставят на раскаленную и выключенную конфорку.

В электродуховке блюдо следует располагать в центре противня на средней полке, если это блюдо жарится или тушится. Варить удобнее на нижней полке, поставив под посуду поддон, чтобы жид-

кость, если «убежит», не расплылась по дну жарочного шкафа. Но наиболее правильно варить в духовке, используя высокую кастрюлю, чтобы жидкость, закипев, не выплескивалась из нее.

Лучшая посуда для тушения в духовке — из обычного или обливного чугуна или керамическая.

Для долговременного тушения блюдо можно поставить в холодную духовку, сразу включив ее на заданную температуру, а для обжаривания и выпечки — в горячую.

Рыбу отваривают в духовке при температуре 150—170°, говядину — при 150—160°, свинину — при 170°. При такой же температуре тушат эти продукты, а запекают при более высокой — 170—180°. Овощи (одни или с мясом) томят при падающей температуре — от 250 до 0°. Хлеб и пироги пекут при температуре от 200 до 250°, пряники — при 120—140° (если рецепты не называют другую температуру приготовления и выпечки).

Вторая по степени необходимости вещь на кухне — **ХОЛОДИЛЬНИК**. Без него хозяйка как без рук, несмотря на то, что у нас на Севере «одиннадцать месяцев зима». Положи продукты на балкон или выставь за окно — то перемерзнут, то оттают. А холодильник надежно обеспечивает постоянную температуру.

ЧТОБЫ ХОЛОДИЛЬНИК ДОЛЬШЕ СЛУЖИЛ ВАМ, НАДО ПРАВИЛЬНО ЕГО УСТАНОВИТЬ И НАУЧИТЬСЯ ЗА НИМ УХАЖИВАТЬ. Выше уже говорилось о том, что холодильник нельзя ставить рядом с кухонной плитой, отопительными и нагревательными приборами. Не должны на него падать и прямые солнечные лучи. Не стремитесь к плотному прилеганию к кухонной стене задней стенки холодильника (где конденсатор), оставьте там 2—3 лишних сантиметра. Верх шкафа холодильника можно использовать для размещения хлебницы или предметов кухонной утвари, но не переходя за габариты верхней плиты холодильника, чтобы воздух из конденсатора мог выходить свободно.

Периодически, не реже одного раза в год, пылесосом или влажной тряпкой надо очищать конденсатор от пыли, скапливание которой препятствует нормальному съему тепла с поверхности конденсатора и, следовательно, приводит к увеличению потребления энергии. В общем, чем хуже уход, тем больше плата за электроэнергию, и наоборот.

При эксплуатации холодильника важно обеспечить надежный контакт между вилкой и штепсельной розеткой сети. Не допускайте частых отключений холодильника (например, для пользования утюгом или другими электроприборами). На кухне должно быть как минимум две розетки, одна из которых предназначена только для холодильника.

Владельцы однокамерных холодильников (а таких большинство) хорошо знают, как трудоемок процесс оттаивания испарителя, как

много хлопот он доставляет. Образование на поверхности испарителя снежного покрова неизбежно, оно происходит в результате намерзания влаги, испаряющейся из продуктов, а также из влажного воздуха, поступающего в холодильник при открывании его двери. Учтите, что каждое открывание двери сопровождается полным замещением холодного сухого воздуха в камере холодильника теплым влажным воздухом кухни. Как следствие, возрастает тепловая нагрузка на испаритель и ускоряется его обмерзание. Отсюда вывод: **КАК МОЖНО ТЩАТЕЛЬНЕЕ УПАКОВЫВАТЬ ПРОДУКТЫ, ЗАКЛАДЫВАЕМЫЕ В ХОЛОДИЛЬНИК, КАК МОЖНО РЕЖЕ ОТКРЫВАТЬ ДВЕРЬ ХОЛОДИЛЬНИКА И КАК МОЖНО МЕНЬШЕ ДЕРЖАТЬ ЕЕ ОТКРЫТОЙ.**

Однако снеговая шуба на испарителе неизбежна. Как же с ней «бороться»? Если толщина шубы еще не превышает 5 мм, а времени на оттаивание нет, то можно повернуть ручку терморегулятора в сторону «холод» и продолжать эксплуатировать холодильник в ожидании более основательного «обледенения». Когда же испаритель покроется шубой толщиной 7—10 мм, начнет нарушаться температурный режим в холодильной камере. Вот тогда беритесь за дело.

ПРАВИЛА ОТТАЙКИ ХОЛОДИЛЬНИКА: отключите холодильник от сети и выгрузите продукты из холодильной камеры;

замороженные продукты, хранящиеся в низкотемпературном отделении, оберните в несколько слоев газетной бумаги и поместите в отдельные емкости (большую кастрюлю, таз), которые накройте одеялом или поролоном, а в холодное время вынесите на балкон;

ускорить оттаивание шубы в низкотемпературном отделении можно, поместив в него кастрюлю с горячей водой.

ни в коем случае не очищайте испаритель от снега ножом или другими острыми предметами, одно неудачное движение — и ваш испаритель, а с ним и агрегат выйдут из строя;

после оттаивания и удаления снега, льда и талой воды насухо протрите весь холодильник и включите его в сеть при минимальном повороте терморегулятора; продукты загружайте после выхода холодильника на циклический режим.

Процесс оттаивания шубы на испарителе существенно упрощается, если холодильник снабжен полуавтоматическим устройством для активного оттаивания («Минск-12», «Минск-16» и др.). В таком случае достаточно нажать на кнопку «оттайка» и специальный клапан переведет работу холодильного агрегата в требуемый режим. Через 5—10 мин испаритель оттает, вода стечет по дренажной системе в поддон, и холодильник автоматически включится в режим «охлаждение», но только после того как стенки испарителя полностью освободятся от льда. Владельцу холодильника остается только протереть влажные поверхности испарителя и слить

воду из поддона. И с содержимым холодильника никаких забот — оно остается в нем.

ЗНАЧИТЕЛЬНО УВЕЛИЧИВАЕТ ТЕПЛОВУЮ НАГРУЗКУ НА ИСПАРИТЕЛЬ ХОЛОДИЛЬНОГО АГРЕГАТА ВНЕСЕНИЕ В ХОЛОДИЛЬНИК ГОРЯЧИХ И ТЕПЛЫХ ПРОДУКТОВ. Остудите их до комнатной температуры, прежде чем помещать в холодильник.

ОБРАЩАЙТЕ ВНИМАНИЕ НА ПОЛОЖЕНИЕ ПОДДОНА В ОДНОКАМЕРНЫХ ХОЛОДИЛЬНИКАХ. В инструкции по эксплуатации холодильника вы найдете конкретные рекомендации, в каком положении должны быть заслонки, регулирующие размер специальных окон в поддоне, предназначенных для подачи в холодильную камеру холодного воздуха. Знайте, что при полностью открытых окнах в поддоне (или вовсе вынутом поддоне) снижается температура в холодильной камере, но одновременно повышается температура в низкотемпературном отделении, увеличивается энергопотребление, резко нарастает снеговая шуба.

ЕЩЕ НЕСКОЛЬКО СОВЕТОВ:

если холодильник сильно шумит и вибрирует, проверьте, правильно ли он установлен: все ли четыре опоры касаются пола; ослаблены ли транспортные болты (они должны быть ослаблены); не касаются ли трубки конденсатора холодильника какого-либо предмета; плотно ли прилегают полки к опорам;

если холодильник установлен с наклоном вперед, может произойти перекос двери, ухудшится уплотнение между дверкой и шкафом, начнется подсос теплого воздуха внутрь холодильника;

если вам надо поместить в холодильник продукты с острым, специфическим, резким запахом, дважды упакуйте их в полиэтиленовые пакеты или положите в стеклянные банки с хорошо пригнанными крышками; полиэтиленовые пакеты закройте при помощи резинок;

ни в коем случае не храните в холодильнике вещества, содержащие щелочи и кислоты, — они вызывают коррозию алюминиевого испарителя, а это приведет к утечке хладагента и выведет холодильник из строя.

СЛУЧАЕТСЯ, ЧТО ХОЛОДИЛЬНИК НА КАКОЕ-ТО ВРЕМЯ НЕОБХОДИМО «ЗАКОНСЕРВИРОВАТЬ» (при отъезде в отпуск, в длительную командировку или переезде из одного города в другой). В этом случае холодильник надо полностью очистить от продуктов, произвести оттаивание испарителя, удалить образовавшуюся влагу и промыть внутренние поверхности мыльно-содовым раствором, после чего тщательно просушить, протереть. На весь период консервации оставьте приоткрытой дверь холодильника. Если вы этого не сделаете, в плотно закрытом холодильнике появится не-

приятный запах. Перед включением холодильника после консервации снова промойте его.

А теперь о главном с точки зрения кулинарии — о том, КАК И КАКИЕ ПРОДУКТЫ ХРАНИТЬ В ХОЛОДИЛЬНИКЕ.

В вашем домашнем холодильнике имеются два основных отделения: холодильное и морозильное. В холодильном отделении поддерживается невысокая положительная температура, обычно плюс 2 — плюс 8° (поэтому холодильное отделение иногда называют плюсовой камерой). Как разместить здесь продукты, как защитить их от высыхания, при какой температуре и в течение какого времени могут храниться отдельные продукты — на эти вопросы мы постараемся вам ответить.

Различным продуктам нужна разная температура. Например, если масло хранить при температуре 6—8°, оно затвердеет и его будет трудно намазывать на хлеб. Чтобы масло оставалось достаточно мягким, его следует хранить при температуре от плюс 10 до плюс 15 градусов, а то, что вы откладываете впрок, — при более низкой температуре: от 3 до 6°. Полуфабрикаты котлет, творог, сыр следует хранить при температуре плюс 6°. Температура хранения напитков, предназначенных для текущего употребления, должна быть в пределах плюс 8 — плюс 15°, потому что употребление очень холодных напитков грозит простудой и, кроме того, вредно для желудка.

Специалисты определяют для хранения отдельных видов продуктов в плюсовом отделении холодильника четыре температурные зоны:

около 0° — для мяса и рыбы;

плюс 3—6° — для большинства продуктов, хранящихся в охлажденном виде;

плюс 7—10° — для фруктов и овощей;

плюс 8—15° — для сливочного масла, сыра, напитков и молока, подаваемых из холодильника сразу на стол.

Как сориентироваться в этой разнице температур? Следует знать, что в объеме плюсовой камеры температура неодинакова: чем ближе к морозильному отделению, тем она ниже, чем дальше от него, тем выше. Кроме того, чем ближе к двери холодильника, тем выше температура, чем дальше от двери, тем ниже. Температурный перепад по всему объему холодильного отделения может составлять от 3 до 7°.

Итак, вблизи морозильного отделения и подальше от двери холодильника в плюсовой камере располагайте мясо и рыбу (конечно же, не те порции, которые предназначаются к замораживанию и длительному хранению, их надо хранить в морозильнике). Там же храните кондитерские изделия и яйца, предназначенные для длительного хранения (яйца следует хранить в специальных пластмас-

совых контейнерах, которые продаются в магазинах). На внутренней панели двери храните только те яйца, которые предназначены в пищу в течение ближайших 3—7 дней. Повышенная температура возле двери и ее открывание при пользовании холодильником способствуют происходящим в яйце биологическим процессам и появлению микротрещин на скорлупе. Именно поэтому использовать внутренние панели двери можно только для кратковременного хранения яиц.

На нижних полках плюсовой камеры (т. е. в наиболее удаленной от морозильного отделения зоне) и ближе к двери храните продукты, требующие плюс 8—плюс 10° С и выше: сыр, мягкое сливочное масло. На панели двери холодильника, кроме места для кратковременного хранения яиц, обычно имеются отделения для сыра, мягкого масла, а также полочки для бутылок и банок. Напитки за несколько часов до употребления перенесите из холодильного отделения в более теплую зону на панели двери или достаньте из холодильника.

В самом «теплом» месте холодильного отделения в специальных контейнерах храните фрукты, ягоды, овощи.

Следует учитывать, что чем ниже температура в какой-либо зоне холодильника, тем больше она способствует высыханию продукта (вспомните белье, которое хорошо сохнет на морозе). Поэтому не храните продукты с открытой поверхностью — они довольно быстро высыхают.

Чтобы уберечь продукты от посторонних запахов и от окисления при контакте с кислородом окружающего воздуха, храните их в закрытых сосудах или контейнерах, в коробках или в полиэтиленовых мешочках. Особенно тщательно упаковывайте сильно пахнущие и легко воспринимающие запахи продукты. Например, масло очень восприимчиво к запахам и подвержено окислению (все знают, как оно желтеет без упаковки). Поместите масло в плотно закрытую посуду. Хлеб, положенный в полиэтиленовый мешочек, сохранит в плюсовой камере собственный запах и свежесть в течение нескольких дней. Сыр сильно подвержен высыханию, поэтому его кладите в сосуд с плотной крышкой либо заверните в фольгу или полиэтиленовый пакет.

И еще один совет. Ваш холодильник снабжен автоматическим регулятором температуры, которую он поддерживает на заданном уровне внутри камеры с большой точностью. Но несмотря на это, температура внутри плюсового отделения все-таки зависит от температуры помещения, в котором установлен холодильник. Помните, если температура в помещении изменилась в ту или иную сторону более чем на 4—5° С, требуется ваше вмешательство, чтобы помочь автоматическому регулятору в его работе.

Рассмотрим такой пример. В кухне, где находится холодильник, температура воздуха 18—20 °С. Ручка терморегулятора на холодильнике установлена в среднем положении (часто это положение отмечено надписью «норма»). Терморегулятор поддерживает температурный режим внутри холодильника на заданном уровне (в плюсовом отделении — плюс 2—3° С). Но вот перед праздником вам пришлось много готовить, все конфорки плиты долго горели — температура в кухне повысилась до 26—28° С. Увеличилось количество теплоты, проникающей внутрь холодильника. Если вы не поможете терморегулятору, то температура в плюсовой камере может повыситься на несколько градусов и нарушить там установленные вами температурные режимы. Достаточно повернуть ручку терморегулятора в сторону отметки «холод» — и терморегулятор снова будет поддерживать заданные вами температурные режимы. Если по каким-либо причинам температура на кухне ощутимо понизилась, поверните ручку терморегулятора из положения «норма» в сторону, противоположную положению «холод».

А теперь познакомьтесь с таблицей. В ней вы найдете рекомендации по режиму хранения продуктов при температуре, наиболее типичной для плюсового отделения холодильника — плюс 4—6° (не выше).

**Режим хранения продуктов, полуфабрикатов
и готовых блюд в охлажденном состоянии**

| Продукт | Допустимый срок хранения (не более), часы |
|----------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|
| Фарш мясной (незаправленный) | 6 |
| Котлеты мясные и рыбные (полуфабрикат) | 12 |
| Котлеты жареные | до 24 |
| Мясо мелкими кусками (рагу, гуляш и др.) | 12 |
| Антрекот, бифштекс, филе натуральное | 36, паниро- ван- ные — 24 |
| Рыбный фарш | 6 |
| Сельдь рубленая | 24 |
| Рыба горячего копчения | 72 |
| Студень мясной и рыбный, заливное мясное и рыбное | 12 |
| Жареная рыба | 36 |
| Котлеты овощные | 8 |
| Винегрет, салат (овощной с рыбой или мясом, незаправленный) | 12 |

| Продукт | Допустимый срок хранения (не более), часы |
|------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|
| Паштет из печени (не в металлической посуде) | 24 |
| Пирожки жареные или печеные с мясом, рыбой (кулебяки, расстегаи) | 24 |
| Пирожное со сливочным кремом | 36 |
| Пирожное с заварным кремом | 6 |
| Молочный кисель | 12 |
| Сырки творожные | 24 |
| Сосиски, сардельки, колбаса вареная | 72 |
| Творожные изделия, творог | 36 |
| Сметана | 72 |
| Молоко, сливки (пастеризованные) | 24 |
| Сыр (разные виды) | 7—15 суток |

В морозильном отделении хранят только замороженные продукты. Хранят сравнительно долго, во всяком случае значительно дольше, чем в холодильнике. Но следует помнить, что морозильное отделение имеет ограниченную производительность, то есть оно рассчитано на одновременное замораживание такого количества продукта, которое указано в паспорте. Будьте внимательны: не перегружайте холодильный агрегат, он может выйти из строя!

Чем меньше объем продукта, который вы укладываете в морозильник, тем он лучше промораживается и дольше сохраняется. Но вместе с влагой из него уходят и соки с их полезными веществами, в результате долго пролежавшие в морозильнике мясо или рыба в значительной мере теряют свои качества, и это надо учитывать. В то же время большой кусок супового мяса перед укладкой в морозильник следует разделить на порции, потому что замороженное, затем оттаявшее и вновь замороженное мясо по качеству еще хуже, чем перемороженное.

Как укладывать продукты в морозильное отделение? Это зависит от типа вашего холодильника. Если это «Минск-12», «Свяга-3», «Полюс-9», «Полюс-10», «Памир-7» и т. п., то их низкотемпературное отделение (НТО) от 27 куб. см и более. В такой морозильной камере продукты можно распределить таким образом, чтобы с одной стороны находились те, которые будут употреблены без тепловой обработки (ягоды, плоды, уложенные на длительное хранение масло и творог), а с другой — сырые (мясо, рыба, пельмени и т. д.). Соприкоснуться они не должны, чтобы болезнетворные микробы, которые могут быть на сырых продуктах, не попали на готовые к употреблению продукты.

Если морозильная камера меньше («Вега», «Саратов», «Юрюзань-2М» и т. п.), тщательно изолируйте продукты при помощи полиэтиленовых мешочков или откажитесь от замораживания продуктов, которые не будут подвергаться термической обработке.

Вот и все наши советы по пользованию холодильником. Если он есть и исправен, нет проблем, а ЕСЛИ ХОЛОДИЛЬНИК ВЫШЕЛ ИЗ СТРОЯ? Такую ситуацию следует на всякий случай предвидеть, чтобы быть к ней готовым. Если на дворе зима, воспользуйтесь услугами мороза: продукты из морозильного отделения сложите в посуду и поставьте ее в ящик на балконе или за окном (такие ящики обычно делают те, у кого нет балкона или лоджии). Масло, творог, колбасные изделия можно положить между рамами. Кастрюлю с супом и бидончик с молоком придвинуть поближе к балконной двери, где обычно прохладно. Гораздо сложнее сохранить продукты летом, да еще в жару. Но и в этих обстоятельствах положение не безвыходное. Правда, суп придется варить на один раз. Мясо и рыбу — пристроить в чужие холодильники, но остальные продукты могут оставаться под рукой.

Сливочное масло положите в стеклянную банку, плотно оберните ее мокрой салфеткой и поставьте в тарелку, на дно которой надо налить небольшое количество уксуса.

Есть и другой способ сохранить масло свежим в течение нескольких дней: упаковать его небольшими брусками (по 100—150 г) в пергаментную бумагу и опустить их в кастрюлю с очень соленой водой. Чтобы пачки не всплывали, положите на них тарелку. Менять воду надо не реже одного раза в день.

Если масло все же загорчит, залейте его холодной водой, добавив в нее 1 ч. ложку питьевой соды и тщательно размешав. Слив воду, добавьте в масло молоко (1 стакан молока на 1 кг масла) и перетопите, опустив в кастрюлю ломтик хлеба. (Он должен зарумяниться в масле). Этот ломтик впитает неприятный запах масла.

Чтобы молоко не свернулось, оберните бутылку или банку, в которую оно вылито, салфеткой, опустите в таз с водой и поставьте на сквозняк. От постоянного испарения воды с салфетки в сосуде будет сохраняться низкая температура.

Вареную колбасу смажьте на срезе яичным белком или покройте слоем жира. Но даже в этом случае не храните колбасу дольше 1,5 суток и перед употреблением обжарьте каждый кусочек с двух сторон.

Чтобы предохранить от плесени копченую колбасу, ее надо окунуть в крепкий раствор соли и не положить, а повесить в хорошо проветриваемом месте.

Яйца смажьте вазелином, оберните каждое бумагой, уложите в корзинку или невысокую коробку и поставьте ее тоже в хорошо

продуваемое пространство (туда, где создается хотя бы относительная прохлада).

Дрожжи положите в стакан, утрамбуйте так, чтобы они заняли 1/2 его объема и переверните стакан в блюде с водой.

Если в вынутой из холодильника открытой банке с солью и появится плесень, тщательно соберите ее, протрите стенки банки чистым полотенцем, добавьте немного соли и ежедневно чистой деревянной ложкой или палочкой перемешивайте рассол. Можно вылить рассол из банки, прокипятить с добавлением соли, положить в банку свежие специи и вновь залить ее содержимое остуженным раствором.

Наш следующий рассказ — О КУХОННОЙ УТВАРИ И УХОДЕ ЗА НЕЙ.

Какая посуда нужна на кухне и сколько ее необходимо? На первый вопрос можно ответить коротко: посуда нужна разная. Разная по материалу, форме, объему. Как отмечает В. В. Похлебкин, настоящие блины можно испечь только на черных чугунных сковородах, для приготовления вкусного плова пригоден лишь толстостенный казан, а для приготовления ароматных, нежных по консистенции соусов — кастрюлька-сотейник с длинной ручкой, чтобы его можно было быстро и безопасно поворачивать на огне во все стороны. Наконец, имеет значение и размер посуды. Нельзя приготовить вкусное блюдо на 2—3 персоны в большой кастрюле, рассчитанной на 7—8 человек. Кроме кастрюль, кастрюлек, сковород, горшков и прочей посуды, нужны еще и инструменты для чистки, измельчения, разминания продуктов и других технологических операций.

Давайте попробуем точно определить, сколько чего необходимо на кухне. Называемое количество — минимальное. Если хозяйка захочет большего и возможности кухни это позволяют, — пожалуйста, никто не возражает. Приведенный здесь перечень не учитывает особых вкусов гурманов и не называет приборов для любителей готовить пикантные кушанья (например, здесь вы не найдете приборов для приготовления восточных сладостей, варки цукатов и т. п.). А вот посуда, приборы и инструменты, необходимые для приготовления блюд северной кухни, здесь представлены в полном объеме.

1. Эмалированная кастрюля с крышкой для варки рыбных супов (ухи)*.
2. Эмалированная кастрюля с крышкой для варки прочих супов.
3. Эмалированная кастрюля для варки компотов и киселей.

* Объем кастрюль зависит от размеров семьи. Кастрюли для варки супов, компотов и киселей должны быть высокими, для отваривания овощей и варки каш — средней высоты, для отвариванияпельменей — широкими и низкими (в таких кастрюлях можно тушить мясо и овощи).

4. Алюминиевая кастрюля с крышкой для варки овощей, каш, отваривания макаронных изделий.
5. Алюминиевая кастрюля для кипячения молока.
6. Алюминиевая кастрюля для отваривания пельменей.
7. Сотейник.
8. Чугунная сковорода для блинов, блинчиков и оладий.
9. Глубокая сковорода с толстым дном (для жаренья рыбы и мяса).
10. Тонкая алюминиевая сковорода с ручкой для омлетов и яичницы.
11. Эмалированная сковорода для запекания рыбы, приготовления преснеца и прочих запеканок.
12. Гусятница.
13. Глиняный горшок для приготовления блюда на всю семью (суточных шей, ушного и пр.).
14. Дуршлаг (желательно эмалированный).
15. Ситечко металлическое.
16. Мясорубка с набором решеток.
17. Ступа деревянная с пестиком.
18. Половник из нержавеющей стали для супа.
19. Венчик для взбивания.
20. Шумовка.
21. Универсальная терка.
22. Терочка для чеснока.
23. Терка для хрена.
24. Сито волосяное.
25. Две деревянные скалки (желательно, чтобы одна из них вращалась на стержне, такой скалкой удобно раскатывать тонкие сочни).
26. Доска для теста.
27. Доска для нарезания хлеба.
28. Доска для резки овощей.
29. Доска для резки мяса и рыбы.
30. Деревянный молоточек-тяпка для отбивания мяса.
31. Решетка-картофелемялка из нержавеющей стали или деревянная «толкушка».
32. Нож для мяса (широкий, средней длины).
33. Нож для чистки овощей и фруктов (лезвие узкое, короткое — 10—12 см).
34. Нож для разделки овощей (с длинным тонким лезвием).
35. Нож «картофельный» (короткий, с острым концом лезвия — для удаления глазков и различных поражений на овощах).
36. Штопор.
37. Универсальный ключ для откупирования бутылок, стеклянных и жестяных банок.

38. Широкая воронка (для процеживания).
39. Узкая воронка (для слива жидкостей в бутылки).
40. Мерный цилиндр вместимостью 0,5—1 л или мерный стакан на 200—250 г.
41. Большая деревянная ложка для разлива молока, киселя и компотов.
42. Ложка деревянная с длинной ручкой (или веселка) для размешивания варенья.
43. Ложка деревянная неокрашенная (для снятия проб).
44. Вилка-двузубец для извлечения консервированных овощей из банок.
45. Контейнер для хлеба.
46. Металлическая лопатка для переворачивания обжариваемых котлет, мяса, рыбы.
47. Лопатка для снятия с листов пирогов и пирожков.
48. Набор посуды для хранения круп, сахара, специй.
49. «Рыбные» ножницы.
50. Щипцы-«кусачки» для разделки кур, гусей и пернатой дичи.
51. Точильная пластинка.
52. Ведра эмалированные (2—3 шт.).
53. Миски эмалированные разных размеров (3—5 шт.).
54. Три листа для выпечки пирогов и пирожков.
55. Форма для выпечки кекса, манника и т. п.
56. Форма для кулнча.
57. Чайник или самовар для кипячения воды.
58. Чайник для заваривания чая.
59. Кофейник.
60. Набор чистых тряпочек, кухонных полотенец, марля.

Не обязательно, но желательно иметь в числе кухонной утвари:

1. терку-рыбчистку,
2. порционные горшочки,
3. яйцерезку,
4. миксер,
5. скороварку.

О СКОРОВАРКЕ — чуть подробнее. Эта кастрюля заслуживает того, чтобы уделить ей внимание, ибо обладает драгоценнейшими в наше время качествами — экономит время хозяйки и сохраняет в продуктах при их тепловой обработке витамины и минеральные вещества. С ее помощью время на варку уменьшается в 2—3 раза по сравнению с тем, что затрачивается на приготовление того же блюда в обычной кастрюле. В скороварке пищевые продукты обрабатываются при температуре 120° и давлении до 2 атмосфер. В ней можно не только варить, но и тушить, а также готовить пищу на пару и готовить консервы (высокая температура позволяет полностью уничтожить микробы).

Готовить пищу в скороварке можно несколькими способами.

1. В скороварку закладывают все положенные по рецептуре блюда продукты, наливают требуемое количество воды (не более 3/4 объема кастрюли), закрывают специальной крышкой с резиновой прокладкой, надевают груз клапана, ставят на огонь и варят до готовности.

2. Закладывают продукты, наливают воду, накрывают кастрюлю крышкой и, не надевая груз клапана, ставят скороварку на огонь. Доводят содержимое кастрюли до кипения, снимают с огня, открывают крышку и выбирают шумовкой пену. Затем снова устанавливают крышку, надевают груз клапана, ставят скороварку на огонь и варят уже под давлением.

3. При закрытой крышке и надетом грузе клапана (под давлением) отваривают продукт, который подлежит длительной термобработке (например, мясо), затем кастрюлю охлаждают, снимают груз, крышку, выбирают пену, кладут остальные продукты (например, овощи) и продолжают варить до готовности.

Во избежание парового ожога снимать груз клапана и крышку можно только после охлаждения кастрюли (ее можно охладить под водой).

Для паровой обработки продуктов в скороварку наливают 1,5 стакана воды, устанавливают на дно сетку и кладут на нее продукт, подлежащий паровой обработке.

Приведем несколько рецептов приготовления блюд в скороварке (время варки отсчитывается с момента выхода пара из-под предохранительного клапана).

Бульон мясной

Вымытое мясо положить в скороварку, залить водой не более чем на 3/4 кастрюли (можно на 1/2, тогда бульон будет крепче). Закрывают скороварку крышкой без груза клапана (или обычной крышкой), довести до кипения и снять пену. Затем посолить, положить перец горошком, луковичку целиком, 1 шт. очищенной, но не разрезанной моркови, закрыть крышкой с грузом клапана и варить 20—25 мин.

Капуста тушеная

Мелко порубить 1 кг квашеной капусты, положить в скороварку, добавить 1 ст. ложку масла и 1/2 стакана воды или бульона. Герметично закрыть и поставить на огонь. Когда появится шипение, огонь уменьшить и тушить капусту в течение 20 мин. Остудить кастрюлю, добавить по 2 ст. ложки томата-пюре, сахара и пассерованной муки, 2 головки обжаренного репчатого лука (жарить лук и пассеровать муку на 2 ст. ложках масла). Вновь закрыть кастрюлю (но не герметично) и тушить капусту еще 10 мин.

Топленое молоко

Молоко налить в скороварку, довести до кипения, уменьшив нагрев, томить в течение 40—45 мин. Готовое молоко будет коричневого цвета и очень вкусным.

Уход за скороваркой прост. Достаточно после каждого использования тщательно вымыть ее. Рабочий клапан снимают, промывают под струей горячей воды, очищая отверстие спичкой (ее головку следует обрезать). Затем клапан вновь навинчивают на крышку. Чтобы блестящая поверхность скороварки не потемнела, не мойте ее веществами, содержащими щелочь. Если потемнеет внутренняя поверхность, прокипятите в открытой скороварке в течение часа водный раствор уксусной эссенции.

Мыть другую посуду подчас сложнее. Например, если в эмалированной кастрюле что-то пригорело, то обычной пластмассовой мочалочкой или губкой этот пригар не снять, а скоблить эмаль металлической щеткой нельзя. Как быть? Надо насыпать на дно кастрюли толстым слоем соль, а через 1,5—2 ч помыть ее. Если пригар не совсем отмоется, налейте в кастрюлю содовый раствор и оставьте так на некоторое время, после этого помыть кастрюлю будет легко.

Удалить накипь со стенок эмалированной посуды можно, прокипятив в ней в течение 1,5—2 ч воду, в 1 л которой содержится 5 ст. ложек уксуса.

Если стенки алюминиевой кастрюли потемнели, налет можно удалить ваткой или тряпочкой, смоченной раствором столового уксуса пополам с водой. После этого надо промыть кастрюлю теплой водой. Сильно загрязненные места протирают зубным порошком. Наждачную бумагу и металлические щетки для чистки алюминиевых кастрюль применять не следует, так как они вызывают коррозию металла.

Прежде чем мыть сковородку после жаренья, жир следует тщательно вытереть мягкой газетной бумагой. Пригоревшие остатки пищи можно удалить сухой солью.

Чтобы хорошо очистить мясорубку после провертывания жирного мяса, надо пропустить через нее сырую картофелину и только после этого промыть.

Сырой картофель прекрасно очищает от грязи ножи и вилки, а также ржавые пятна на противне. Но в последнем случае разрезанную пополам картофелину надо обмакнуть в мелкий речной песок.

Посуду, в которой были тесто, сырые яйца, молоко, рыба (особенно сельдь), варенье моют сначала холодной, а потом горячей водой.

Стеклопосуда станет прозрачнее, если ее вымыть в соленой воде, после чего прополоскать в холодной воде.

Бутылки из-под растительного масла хорошо промываются горчичным раствором или кофейной гущей, несколько ложек которой прямо в бутылке заливают небольшим количеством воды и моют бутылки, встряхивая их и вращая. Затем надо залить бутылки холодной водой и оставить на 2—3 ч. Не рекомендуется мыть бутылки стиральным порошком. Он быстро и чисто промывает бутылки, но выполаскивается очень трудно, есть риск незаметно для себя оставить в бутылке часть раствора, а это небезопасно для здоровья.

Порядок и чистота — это главное правило кухни. От того, как они соблюдаются, в значительной степени зависят вкус и качество приготовляемых блюд. Чем чище кухонная утварь и сама кухня, тем приятнее в ней находиться, тем лучше аппетит, а в результате — крепче здоровье. И не беда, что нет на столе деликатесов. Даже самые «заурядные» овощи — картофель, репа, морковка, по правилам очищенные и промытые, а затем припущенные в свежем молоке, могут быть ничуть не хуже «экзотических» баклажанов. А чисто приготовленная к «зимовке» морошка гораздо полезнее консервированных ананасов. В то же время продукты высокого сорта, обладающие ценными пищевыми качествами при негигиеничном хранении и приготовлении дадут блюдо, которое не только не порадует вас вкусом, но и может принести ощутимый вред вашему организму. Помните об этом!

СКОЛЬКО ГРАММОВ В СТАКАНЕ И ЛОЖКЕ

| Наименование продуктов | Стакан 200 см ³ | Столовая ложка | Чайная ложка |
|----------------------------------|-------------------------------|-------------------|-----------------|
| Варенье | 270 | 50 | 17 |
| Вода | 200 | 18 | 5 |
| Гвоздика | — | — | 4 |
| Горох лущеный | 184 | 25 | 10 |
| Желатин в порошке | — | 15 | 5 |
| Изюм | 155 | 25 | 7 |
| Какао-порошок | — | 25 | 9 |
| Кислота лимонная кристаллическая | — | 25 | 8 |
| Клубника свежая | 120 | 25 | — |
| Корица молотая | — | 20 | 8 |
| Кофе молотый | — | 20 | 7 |
| Крупы: гречневая | 165 | 25 | 4 |
| перловая | 170 | 25 | 4 |
| манная | 160 | 20 | 4 |
| ячневая | 140 | 20 | 4 |
| рисовая | 170 | 25 | 4 |
| пшено | 170 | 25 | 4 |

| Наименование продуктов | Стакан 200 см ³ | Столовая ложка | Чайная ложка |
|-----------------------------------|-------------------------------|-------------------|-----------------|
| Картофельная мука (крахмал) | 150 | 25 | 10 |
| Малина свежая | 110 | 20 | — |
| Маргарин, масло животное | | | |
| растопленные и масло растительное | 180 | 20 | 5 |
| Молоко: сгущенное | — | 30 | 12 |
| сухое | 100 | 20 | 5 |
| цельное | 200 | 20 | 5 |
| Мука пшеничная | 130 | 25 | 10 |
| Перец молотый | — | — | 5 |
| Пюре томатное | 290 | 25 | 10 |
| Сахарный песок | 180 | 20 | 5 |
| Сахарная пудра | 140 | 25 | 10 |
| Сливки | 200 | 15 | 5 |
| Сметана | 210 | 20 | 5 |
| Сода питьевая | — | 28 | 12 |
| Соль | — | 25 | 7 |
| Сухари молотые | 100 | 15 | 5 |
| Творог | 120 | — | — |
| Уксус | — | 15 | 5 |
| Фасоль | 170 | 15 | 5 |
| Хлопья: кукурузные | 40 | 7 | 2 |
| овсяные | 80 | 14 | 4 |
| пшеничные | 50 | 9 | 2 |
| Черная смородина | 130 | 30 | — |
| Яичный порошок | 80 | 25 | 10 |

СТОЛЬКО ВЕСЯТ ОВОЩИ СРЕДНЕЙ ВЕЛИЧИНЫ

(Масса 1 шт. в г)

| | |
|--------------------------------------------|---------|
| Баклажан | 175 |
| Картофель | 100 |
| Капуста белокочанная | 1000 |
| Капуста цветная | 800 |
| Лук | 75 |
| Морковь | 75 |
| Огурец | 75 |
| Петрушка (корень) | 50 |
| Помидор | 80 |
| Редька | 75—100 |
| Свекла | 100—150 |
| Сельдерей | 40—60 |
| Вес одного яйца средних размеров — 40 г | |

НОРМЫ ВЗАИМОЗАМЕНЯЕМЫХ ПРОДУКТОВ

| Наименование заменяемых продуктов | Масса про- дук. брутто (кг) | Наименование заменяющих продуктов | Эквива- лентн. масса продук- та, брут- то (кг) |
|--------------------------------------|-----------------------------------------|-------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------|
| Яйца (без скорлупы) | 1,0 | Яичный порошок | 0,28 |
| Молоко цельное | 1,0 | Молоко коровье цельное сухое* | 0,12 |
| Молоко коровье пастеризованное | 1,0 | Сливки сухие | 0,16 |
| Молоко коровье пастеризованное | 1,0 | Молоко сгущенное стерри- лизованное в банках | 0,46 |
| Сахарный песок | 1,0 | Мед натуральный | 1,25 |
| Картофель свежий | 1,0 | Пюре картофельное сухое | 0,25 |
| Помидоры свежие | 1,0 | Томатное пюре | 0,46 |
| Помидоры свежие | 1,0 | Сок томатный натуральный | 1,22 |
| Свекла столовая свежая | 1,0 | Свекла гарнирная или маринованная (консервы) | 1,40 |
| Брусника свежая | 1,0 | Клюква свежая | 1,0 |
| Томатное пюре | 1,0 | Томатная паста | 0,4 |
| Уксус 3%-й | 1,0 | Уксусная эссенция 80%-я** | 0,04 |

* Для получения 1 л восстановленного молока берут 120 г молочного порошка и 900 г кипяченой воды температурой 60—70° (при более высокой белки будут свертываться и растворимость порошка снизится). Порошок разводят в небольшом количестве воды и тщательно перемешивают до получения однородной массы, затем, помешивая, добавляют остальную воду. Сухие сливки разводят так же, как сухое молоко.

** Для получения 100 мл 3%-го уксуса следует взять 4 мл 80%-й уксусной эссенции и 96 мл воды.

**ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ ТЕПЛОВОЙ ОБРАБОТКИ
ПРОДУКТОВ**

| Наименование продуктов | Вид обработки | Назначение | Средняя продолжи- тельность обработки |
|-----------------------------------|--------------------------------------------|------------------------------------|------------------------------------------------|
| Говядина | Варка | Супы, вторые и холод- ные блюда | 2,5—3 ч |
| Говядина | Жаренье | Вторые блюда | 1 ч 40 мин |
| Баранина | Варка | Супы, вторые и холод- ные блюда | 1,5—2 ч |
| Баранина | Жаренье | То же | 1—1,5 ч |
| Свинина | То же | Холодные и вторые блюда | 1 ч — 1 ч 10 мин |
| Почки говяжьи | Варка | Вторые блюда | 50—60 мин |
| Мозги говяжьи | То же | То же | 10—15 мин |
| Языки говяжьи | То же | То же | 2—2,5 ч |
| Головы свиные | То же | То же | 2,5 ч |
| Сосиски | То же | То же | 3—5 мин |
| Сардельки | То же | То же | 7—10 мин |
| Куры | То же | Супы и вторые блюда | 50—60 мин |
| Цыплята | То же | То же | 20—30 мин |
| Гуси | То же | Вторые блюда | 1—2 ч 1 ч — 1 ч |
| Утки | То же | То же | 10 мин |
| Куры | Жаренье | То же | 40—60 мин |
| Цыплята | То же | То же | 20—30 мин |
| Гуси | То же | То же | 1—1,5 ч |
| Утки | То же | То же | 45—50 мин |
| Куры | Тушение сырых пор- ционных кусков | То же | 50 мин |
| Цыплята | То же | То же | 35 мин |
| Гуси | То же | То же | 1 ч |
| Утки | То же | То же | 1 ч |
| Треска | Припуска- ние | Вторые блюда | 15—20 мин |
| Кальмар мороженный | Варка | Вторые и холодные блюда | 5 мин |
| Свекла (в кожуре) | То же | Холодные блюда и гарниры | 1,5 ч |
| Белые сушеные грибы | То же | Супы и вторые блюда | 1,5—2 ч |
| Пирожки из дрожжевого теста | Выпекание | | 8—10 мин |
| Ватрушки | То же | | 6—8 мин |
| Расстегаи | То же | | 8—10 мин |
| Кулебяки | То же | | 45—60 мин |

СЛОВАРИК

- Алабыш, олабыш* — оладья, толстый блинок
- Баенник* — хлеб, которым благословляли молодых
- Бланширование* — кратковременная обработка продукта (рыбы, овощей, помидоров) кипятком или паром
- Большуха* — хозяйка, как правило, старшая сноха в семье
- Братыня* — большая медная или деревянная чаша для питья
- Варево* — горячее жидкое кушанье, похлебка
- Веселка* — деревянная лопатка с узкой лопастью и длинной ручкой
- Водяная баня* — термическая обработка продукта в кастрюле, поставленной на огонь в посуде с кипящей водой
- Вить* — прием пищи, а также время приема пищи
- Жареница (жарёха)* — рыбное жаркое
- Жаренье во фритюре* — обжаривание продукта в большом количестве жира (1 : 4)
- Жаровица* — посуда для тушения мяса
- Запекание* — нагревание продукта (чаще жареного или вареного) в духовке до образования румяной корочки
- Заспа* — мелкая ячневая крупа для заправки похлебки или намазки к выпечным изделиям
- Корчага* — большой глиняный сосуд с узким горлом, предназначенный для пива или хранения сыпучих продуктов
- Кринка (крынка)* — глубокая глиняная тарелка для молока или простокваши.
- Ладка (латка)* — глиняное удлиненной формы блюдо, предназначенное для запекания в печи
- Мутровка* — изготовленная из толстой еловой или сосновой ветки палочка с несколькими «рожками» на конце, предназначена для взбивания или взбалтывания чего-либо
- Панирование* — обваливание продукта в молотых сухарях
- Пассерование* — нагревание с жиром муки, лука, моркови, помидоров или муки без жира

- Пассеровка белая* — мука, прогретая с жиром до светло-кремового цвета
- Пассеровка красная* — мука, прогретая без жира или с жиром до светло-коричневого цвета
- Припускание* — варка продуктов в закрытой посуде в небольшом количестве жидкости
- Пряжение* — жаренье в кипящем (170°) жире. В отличие от жаренья во фритюре при пряжении продукт погружается в жир на 1/3, обжаривается с двух сторон.
- Рыльник* — горшок, предназначенный для сбивания масла
- Саламат* — жидкая каша с говяжьим или бараньим жиром (в Поморье — с тресковым)
- Ситный хлеб* — испеченный из муки, преимущественно пшеничной, просеянной сквозь сито
- Сиченик* — репа, запеченная в ржаном тесте
- Сотейник* — металлическая сковорода с прямыми боками (для соте — блюда под соусом)
- Тельное* — блюдо, приготовляемое из рыбного филе или фарша с начинкой (типа рыбных зраз)
- Тестенник* — лопатка или нож для очистки квашни от теста
- Тушение* — варка предварительно обжаренных продуктов в закрытом сосуде с добавлением воды или бульона
- Ушное* — полужидкое блюдо (похлебка) из овощей и субпродуктов
- Фритюр* — жир, нагретый до температуры 160—180° и предназначенный для жаренья
- Шпигование* — прокалывание мяса вдоль волокон и наполнение проколов кусочками шпика, моркови, лука, чеснока

ЛИТЕРАТУРА

- Абатуров П. В.* Сладкие блюда. Напитки. М.: Экономика, 1966.
- Ананьев А. А.* Супы. М.: Госторгиздат, 1957.
- Бабин И. П.* Напитки на любой вкус. М.: Экономика, 1983.
- Барсукова Е. Ф.* Русская кухня. М.: Лениздат, 1989.
- Белов В. И.* Лад. Архангельск: Сев.-Зап. кн. изд-во, 1985.
- Бернштам Т. А.* Русская народная культура Поморья в XIX — нач. XX в. Л.: Наука, 1983.
- Бытовые* нагревательные электроприборы. М.: Энергоиздат, 1981.
- Верюжский В.* Афанасий, архиепископ Холмогорский, его жизнь и труды в связи с историей Холмогорской епархии за первые 20 лет ее существования и вообще русской церкви в конце XVII в. СПб, 1908.
- Воробьева Л. И.* Кулинарные рецепты. М.: Лег. и пищ. пром-сть, 1983.
- Воронов В., Топорнин А.* Северная историко-бытовая экспедиция (крестьянский быт XVIII—XIX вв.). М., 1929.
- Все о грибах.* М.: Лесн. пром-сть, 1985.
- Гемп К. П.* Сказ о Беломорье. Архангельск: Сев.-Зап. кн. изд-во, 1983.
- Даль В. И.* Пословицы русского народа. М.: Худож. лит, 1934.
- Евсюгин А. Д.* Ненцы архангельских тундр. Архангельск: Сев.-Зап. кн. изд-во, 1979.
- Ефименко П. С.* Материалы по этнографии русского населения Архангельской губернии. М., 1877.
- Жилинский А. А.* Крайний Север Европейской России: Архангельская губерния. Петроград, 1919.
- Зорина М. Н.* Кулинария. М.: ГИЗ, 1927.
- История культуры Древней Руси.* М.; Л., 1951.
- Капустин К. И.* Грибы для вашего стола. М.: Пищ. пром-сть, 1969.

- Квятковский С. Ф. Эксплуатация и ремонт электроплит, М.: Энергоиздат, 1982.
- Ковалев Н. И. Овощные и крупяные блюда. М., 1957.
- Ковалев Н. И. Рассказы о русской кухне. М.: Экономика, 1984.
- Ковалев Н. И. Русская кулинария. М.: Экономика, 1981.
- Комарова А. Т. Ягоды на любой вкус. Пермь: Кн. изд-во, 1987.
- Кравцов И. С. Советы молодым хозяйкам. Одесса: «Маяк», 1987.
- Кулинарные рецепты. М.: Пищепромиздат, 1960.
- Кулинария. М.: ГИЗ, 1916.
- Львов В. Самоеды, М.: ГИЗ, 1923.
- Магидов Я. И. Холодные блюда и закуски. М.: Экономика, 1983.
- Максимов С. В. Год на Севере. Архангельск: Сев.-Зап. кн. изд-во, 1984.
- Медведев М. Н. Страна Кулинария. Л.: Лениздат, 1977.
- Меркурьев И. С. Живая речь кольских поморов. Мурманск: Кн. изд-во, 1979.
- Морозов А. Т. Сладкие блюда. М.: Экономика, 1987.
- Морозов А. Т. Соусы и пряности. М.: Экономика, 1973.
- Мучкин А. К. Напитки из фруктов и овощей. М.: Пищ. пром-сть, 1975.
- Немирович-Данченко В. И. Беломорье и Соловки. СПб, 1892.
- О продуктах и культуре потребления. М.: Экономика, 1984.
- Писахов С. Г. Сказки. Очерки. Письма. (Сер. «Русский Север»). Архангельск. Сев.-Зап. кн. изд-во, 1985.
- Рейман Б. Г. Ни капли алкоголя. М.: Пищ. пром-сть, 1970.
- Секреты хорошей кухни. М.: Пищ. пром-сть, 1969.
- Соловых Э. Х. Капустные овощи и блюда из них. М.: Пищ. пром-сть, 1988.
- Старостина Л. А. Рыбные блюда. М.: Экономика, 1983.
- Усов В. В. Рыба на вашем столе. М.: Пищ. пром-сть, 1979.
- Уусивирта Хилкка. Финская национальная кухня.
- Ухтомский Л. Сюзьма. СПб, 1876.
- Фон-Пошман А. Описание Архангельской губернии. Архангельск, 1866.
- Холодильник в вашем доме. М.: ВО «Агропромиздат», 1989.
- Чарушин А. А. Чистота и опрятность в домашнем быту у народа. Архангельск, 1915.
- Челищев П. И. Путешествие по Северу России. СПб, 1886.
- Шаров В. Изделия из меда. М.: Пищ. пром-сть, 1968.
- Шперк Ф. Ф. Архангельск, его прошлое и настоящее. Архангельск, 1903.

СОДЕРЖАНИЕ

| | |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| От автора | 3 |
| «Считать всему основанием» | 16 |
| Рассказ о продуктах, их первичной обработке, а также о том, как правильно солить | 23 |
| «Трещочки не поешь — не поработаешь». Блюда из рыбы | 47 |
| Холодные блюда | 53 |
| 1. Треска отварная | 53 |
| 2. Треска отваренная в молоке | 53 |
| 3. Треска отваренная с морковью и лимоном | 54 |
| 4. Треска отварная с яблоками и хреном | 54 |
| 5. Треска под маринадом | 55 |
| 6. Треска припущенная в томатном соусе с грибами | 55 |
| 7. Мойва припущенная | 56 |
| 8. Тельное отварное | 56 |
| 9. Шука с чесноком | 57 |
| 10. Камбала отварная с маслом | 57 |
| 11. Камбала или палтус, отваренные в молоке, с луко- вым соусом | 58 |
| 12. Закуска рыбная с редькой | 59 |
| 13. Сельдь с луком | 59 |
| 14. Сельдь с картофелем и маслом | 59 |
| 15. Молоки соленой сельди | 59 |
| 16. Икра рыбная отварная | 60 |
| 17. Икра запеченная | 60 |
| 18. Икра соленая | 60 |
| 19. Беломорская селедочка с картофелем, (поморское блюдо) | 61 |
| 20. Закуска из беломорской селедочки | 61 |
| 21. Беломорская селедочка в горчичной заправке | 62 |
| 22. Рыбный студень | 62 |
| 23. Рыба заливная | 63 |

| | |
|------------------------------------------------------------------|-----------|
| 24. Рыба заливная под майонезом | 63 |
| 25. Щука фаршированная | 64 |
| 26. Закуска из рыбы отварной с картофелем | 65 |
| 27. Миноги маринованные | 65 |
| 28. Салат из тресковой печени | 65 |
| 29. Саламат поморский | 66 |
| Рыбные супы | 66 |
| 30. Рыбный бульон | 66 |
| 31. Уха из речной рыбы (белая) | 66 |
| 32. Уха из стреляди или сигов (желтая) | 67 |
| 33. Уха рыбацкая | 68 |
| 34. Уха из трески и тресковой печени («архангельская») | 68 |
| 35. Уха из филе трески | 69 |
| 36. Уха молочная (первый вариант) | 69 |
| 37. Уха молочная (второй вариант) | 70 |
| 38. Уха из сушки и соленых рыжиков | 70 |
| 39. Уха с пельменями из рыбы | 71 |
| 40. Уха из щуки | 71 |
| 41. Уха из полярной тресочки | 72 |
| 42. Уха любительская | 72 |
| 43. Щи из квашеной капусты с соленой рыбой | 73 |
| 44. Солянка рыбная | 73 |
| 45. Треска со сметаной и квасом (окрошка рыбная) | 74 |
| Горючие блюда | 74 |
| 46. Треска, тушенная в молоке | 74 |
| 47. Треска, тушенная с картофелем, луком и помидорами | 75 |
| 48. Треска, тушенная в сметане | 76 |
| 49. Треска, тушенная с капустой | 76 |
| 50. Рыба, тушенная со щавелем | 77 |
| 51. Рыба, запеченная под майонезом | 78 |
| 52. Рыба, запеченная с картофелем и помидорами | 78 |
| 53. Треска, запеченная с сыром | 79 |
| 54. Треска, запеченная под яйцом с молоком | 79 |
| 55. Рыба, запеченная под сметанным соусом с грибами | 80 |
| 56. Треска, запеченная с творогом | 81 |
| 57. Треска, запеченная по-русски | 81 |
| 58. Камбала, палтус, запеченные с кашей | 81 |
| 59. Сельдь свежая, запеченная с яйцом | 82 |
| 60. Рыба, запеченная под молочным соусом | 82 |
| 61. Рыба, запеченная под луковой подливкой с грибами | 83 |
| 62. Рыба со сметаной и солеными грибами | 83 |
| 63. Миноги с овощами (онежское блюдо) | 84 |
| 64. Рыба жареная | 84 |
| 65. Рыба, жаренная в сухарях | 86 |
| 66. Рыба, жаренная в тесте | 86 |

| | |
|-----------------------------------------------------------------------|------------|
| 67. Поджарка из рыбы | 87 |
| 68. Навага жареная | 88 |
| 69. Навага фри | 88 |
| 70. Щука фаршированная | 88 |
| 71. Мелкая жареная рыба с клюквой , | 89 |
| 72. Котлеты рыбные | 90 |
| 73. Тельное из рыбы (жареное) | 90 |
| Соусы к рыбным блюдам | 91 |
| 74. Белый соус основной | 91 |
| 75. Соус рассол | 92 |
| 76. Соус сметанный , | 92 |
| 77. Соус «белое масло» | 93 |
| 78. Соус яично-масляный | 93 |
| 79. Соус томатный | 94 |
| 80. Соус томатный с грибами | 94 |
| 81. Соус молочный | 94 |
| 82. Луковая подливка | 95 |
| 83. Соус грибной | 95 |
| «Губина не съты, да как с нею быть?» Блюда из грибов , | 96 |
| Холодные закуска | 99 |
| 84. Грибы с маслом | 99 |
| 85. Грибы в сметане | 99 |
| 86. Грибы соленые с картофелем , | 99 |
| 87. Салат из соленых груздей | 100 |
| 88. Грибы сушеные отварные с хреном или чесноком | 100 |
| 89. Грибная икра | 100 |
| Супы из грибов | 101 |
| 90. Грибной бульон | 101 |
| 91. Грибной суп с картофелем | 101 |
| 92. Грибной суп без картофеля , | 101 |
| 93. Грибовница с крупой | 102 |
| 94. Грибная похлебка (горячая) , | 102 |
| 95. Грибная похлебка (холодная) | 103 |
| 96. Солянка на грибом бульоне , | 103 |
| 97. Солянка из рыжиков | 103 |
| 98. Щи из квашеной капусты с грибами , | 104 |
| 99. Суп грибной с ушками (бобками) | 104 |
| 100. Молочный грибной суп , | 105 |
| Горячие блюда | 106 |
| 101. Грибы в сметане | 106 |
| 102. Грибы, жаренные с луком и картофелем , | 106 |
| 103. Грибы, тушенные в масле | 107 |
| 104. Грибы, тушенные в сливках (молоке) | 107 |
| 105. Грибы, тушенные в сметане (грибы в горшочке) , | 107 |
| 106. Рыжики жареные | 108 |

| | |
|---------------------------------------------------------------|------------|
| 107. Грибы по-деревенски | 108 |
| 108. Грибы в тесте | 109 |
| 109. Картофель, тушенный с луком и грибами | 109 |
| 110. Лапша с грибами | 109 |
| 111. Белые жареные грибы с луковой подливкой | 110 |
| 112. Грибы с толокном | 110 |
| «От капусты бежал да на брюкву попал». Блюда из овощей | 111 |
| Холодные закуски | 116 |
| 113. Редька с квасом | 116 |
| 114. Редька с молоком | 116 |
| 115. Редька со свеклой или морковью | 116 |
| 116. Редька с луком | 117 |
| 117. Редька с маслом или сметаной | 117 |
| 118. Салат из редьки, моркови и яблок | 117 |
| 119. Салат из редьки с лимонным соком | 118 |
| 120. Заварная капуста | 118 |
| 121. Капуста квашеная с брусникой | 118 |
| 122. Салат из квашеной капусты | 119 |
| 123. Салат из белокочанной капусты | 119 |
| 124. Салат из капустных кочерыжек | 119 |
| 125. Овощная закуска | 120 |
| 126. Салат из картофеля с соленым огурцом | 120 |
| 127. Морковь с клюквенным соком | 120 |
| 128. Морковь с чесноком | 120 |
| 129. Свекла тушеная | 121 |
| 130. Салат из свеклы | 121 |
| 131. Салат из зеленого лука с яйцом | 121 |
| 132. Зеленый салат с маслом и уксусом | 122 |
| 133. Репа печеная | 122 |
| 134. Салат из репы с морковью | 122 |
| Супы | 123 |
| 135. Щи из квашеной капусты | 123 |
| 136. Щи из свежей капусты | 123 |
| 137. Щи из крапивы | 124 |
| 138. Щи из шавеля | 125 |
| 139. Щи зеленые с картофелем | 125 |
| 140. Щи репьяные | 126 |
| 141. Суп крестьянский | 126 |
| 142. Окрошка овощная | 126 |
| 143. Хлебный суп | 127 |
| Горячие блюда | 128 |
| 144. Запеканка из репы | 128 |
| 145. Брюквенная запеканка | 128 |
| 146. Репа под соусом | 128 |
| 147. Брюква, фаршированная грибами | 129 |

| | |
|----------------------------------------------------------------|------------|
| 148. Репа, фаршированная манной кашницей | 129 |
| 149. Репа, фаршированная яйцами | 130 |
| 150. Пюре из репы или брюквы | 130 |
| 151. Брюква жареная | 131 |
| 152. Репяной хлебец | 131 |
| 153. Капуста отварная | 131 |
| 154. Капуста в сливках | 132 |
| 155. Капуста тушеная (из свежей) | 132 |
| 156. Капуста тушеная (из квашеной) | 133 |
| 157. Капуста, запеченная под соусом | 134 |
| 158. Капустные котлеты | 134 |
| 159. Голубцы с грибным фаршем | 135 |
| 160. Морковная каша | 136 |
| 161. Картофель печеный | 136 |
| 162. Катушки из картофеля | 136 |
| 163. Картофель в молоке | 137 |
| 164. Картофель отварной | 137 |
| 165. Картофель жареный с яйцом | 138 |
| 166. Картофель жареный под луково-грибной поливкой . | 138 |
| 167. Картофель, запеченный с луком и грибами | 138 |
| 168. Картофельные пирожки с грибами | 139 |
| 169. Драчена картофельная | 139 |
| 170. Оладьи картофельные | 140 |
| 171. Картофель, фаршированный грибами | 140 |
| Соусы к овощным блюдам | 141 |
| 172. Соус молочный | 141 |
| 173. Соус сметанный | 141 |
| 174. Соус грибной | 141 |
| 175. Соус томатный | 142 |
| 176. Соус с яйцом | 142 |
| 177. Соус яично-масляный | 142 |
| 178. Соус сухарный | 142 |
| 179. Заправка для салатов | 142 |
| «Коль шти с мясцом, так в ладу с пузцом». Блюда из мяса | |
| и субпродуктов | 143 |
| Холодные блюда | 149 |
| 180. Студень говяжий | 149 |
| 181. Студень из свиных ножек | 150 |
| 182. Язык заливной | 150 |
| 183. Паштет из печени | 151 |
| 184. Рябчики, куропатки, тетерева жареные | 151 |
| 185. Заяц холодный | 152 |
| Супы | 153 |
| 186. Бульон мясной | 153 |
| 187. Бульон из костей | 153 |

| | |
|------------------------------------------------------|-----|
| 188. Щи из квашеной капусты | 154 |
| 189. Щи из квашеной капусты с картофелем | 154 |
| 190. Щи суточные | 155 |
| 191. Щи сборные (петровские) | 156 |
| 192. Щи боярские | 156 |
| 193. Щи зеленые | 156 |
| 194. Суп из репы | 157 |
| 195. Прозрачный суп | 157 |
| 196. Калья | 157 |
| 197. Солянка мясная | 158 |
| 198. Суп гороховый | 159 |
| 199. Окрошка мясная | 159 |
| Горячие блюда | 160 |
| 200. Мясо по-домашнему | 160 |
| 201. Ушное | 161 |
| 202. Мясо отварное под хреном | 161 |
| 203. Мясо с укропом | 162 |
| 204. Баранина, тушенная с капустой и кашей | 162 |
| 205. Баранина, тушенная с картофелем | 163 |
| 206. Говядина, маринованная в квасе | 163 |
| 207. Говядина, тушенная в квасе | 164 |
| 208. Мясо, тушенное с грибами | 164 |
| 209. Говядина в горшочке | 165 |
| 210. Печень, тушенная с картофелем | 165 |
| 211. Печень, запеченная с грибами | 166 |
| 212. Капуста, тушенная с субпродуктами | 166 |
| 213. Потроха тушеные | 166 |
| 214. Мясо, жаренное в сметане с луком | 167 |
| 215. Вымя, варенное с овощами | 168 |
| 216. Мясо, тушенное с капустой | 168 |
| 217. Говядина под майонезом | 169 |
| 218. Говядина с крапивой | 169 |
| 219. Жаркое из говядины | 170 |
| 220. Поджарка из оленины | 170 |
| 221. Котлеты из лосятины | 171 |
| 222. Котлеты с молочным соусом | 171 |
| 223. Биточки, запеченные в сметане | 172 |
| 224. Голубцы мясные | 172 |
| 225. Пельмени с мясом | 173 |
| 226. Дичь, фаршированная грибами | 173 |
| 227. Рябчики, пряженные в сметане | 174 |
| 228. Перепела тушеные | 174 |
| 229. Заяц жареный | 175 |
| 230. Заяц, тушенный в сметане | 175 |
| 231. Курица под белым соусом | 176 |

| | | |
|--------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|------------|
| 232. | Курица по-домашнему | 177 |
| 233. | Цыплята, жаренные в сметане | 177 |
| 234. | Цыплята жареные | 178 |
| 235. | Цыплята жареные с помидорами | 178 |
| 236. | Цыплята, тушеные с белыми грибами | 179 |
| 237. | Гусь (утка) с яблоками | 179 |
| 238. | Утка, фаршированная картофелем | 180 |
| 239. | Гусь, утка в горшочке с овощами | 180 |
| Соусы | | 180 |
| 240. | Мясной сок | 180 |
| 241. | Соус красный (для рубленых котлет, жареного мяса) | 181 |
| 242. | Соус луковый острый (для жареного и тушеного мяса, рубленых котлет) | 181 |
| 243. | Белый соус (для отварных кролика, говядины, свинины, кур) | 182 |
| 244. | Соус с хреном (для отварной говядины, языка) | 182 |
| 245. | Соус сметанный (для печени, дичи, котлет) | 182 |
| «Каша — матушка наша». Блюда из круп, гороха, молока, творога и яиц | | 183 |
| К а ш и и з а п е к а н к и | | 187 |
| 246. | Каша пшеничная с маслом | 187 |
| 247. | Каша пшеничная с творогом | 187 |
| 248. | Каша пшеничная с говядиной | 188 |
| 249. | Каша гречневая с маслом | 188 |
| 250. | Каша гречневая с молоком | 188 |
| 251. | Каша гречневая со шпиком и луком | 189 |
| 252. | Каша гречневая с яйцом | 189 |
| 253. | Каша гречневая с ливером | 189 |
| 254. | Каша гречневая с грибами и луком | 189 |
| 255. | Каша гречневая с брюквой | 190 |
| 256. | Каша гречневая пуховая | 190 |
| 257. | Каша ячневая | 191 |
| 258. | Каша перловая | 191 |
| 259. | Каша рисовая с маслом | 191 |
| 260. | Каша гороховая | 192 |
| 261. | Гороховая каша с толокном | 192 |
| 262. | Каша-водяняша | 192 |
| 263. | Каша манная на молоке | 193 |
| 264. | Гречневники | 194 |
| 265. | Рис, запеченный с подливой из грибов | 194 |
| 266. | Гречневая запеканка со свежими грибами | 195 |
| 267. | Запеканка ячневая, пшеничная | 195 |
| 268. | Овсяный кисель | 195 |
| М о л о ч н ы е с у п ы | | 196 |
| 269. | Суп молочный рисовый | 197 |

| | |
|-----------------------------------------------------------------------------------|------------|
| 270. Молочная лапша | 197 |
| 271. Суп молочный с геркулесом | 197 |
| 272. Суп молочный с овощами | 197 |
| 273. Суп молочный с репой | 198 |
| 274. Суп молочный грибной | 198 |
| 275. Суп молочный манный | 199 |
| 276. Суп молочный сухарный | 199 |
| Блюда из творога | 199 |
| 277. Творог домашний | 199 |
| 278. Лапшевник с творогом | 200 |
| 279. Сырники вареные | 200 |
| 280. Сырные бабки | 201 |
| 281. Творожные пряженцы | 201 |
| 282. Пасха | 201 |
| Блюда из яиц | 202 |
| 283. Яичная кашка | 202 |
| 284. Драчена натуральная | 202 |
| 285. Яичница в горшочке | 203 |
| 286. Драчена с творогом | 203 |
| «Не красна изба углами, красна пирогами». Выпечные из- делия | 204 |
| Хлеб | 210 |
| 287. Хлеб ржаной | 210 |
| 288. Хлеб пшеничный | 211 |
| 289. Хлеб домашний скороспелый | 212 |
| Блины, блинчики и оладьи | 213 |
| 290. Блины на опаре (дрожжевые) | 213 |
| 291. Блины скороспелые (скородумки) | 213 |
| 292. Блины ржаные | 214 |
| 293. Пшениные блины | 215 |
| 294. Гречневые блины | 215 |
| 295. Блины пшенно-гречневые | 216 |
| 296. Блины овсяные | 216 |
| 297. Блины с припеком | 217 |
| 298. Фаршированные блины | 217 |
| 299. Блинница | 218 |
| 300. Блинчатый пирог | 218 |
| 301. Блинчики | 219 |
| 302. Блинчики со свежей капустой | 220 |
| 303. Оладьи | 220 |
| Выпечные изделия из пресного и дрожже- вого теста | 221 |
| 304. Приготовление пресного теста | 221 |
| 305. Картофельные калитки | 221 |
| 306. Шаньги | 222 |

| | |
|-----------------------------------------------------------------------------------|------------|
| 307. «Наливашники» (пресные шанежки) | 223 |
| 308. Сочни с рыжиками | 223 |
| 309. Сочни из ячменной муки | 224 |
| 310. Колобы | 224 |
| 311. Капустники | 224 |
| 312. Картофельные сочни | 225 |
| 313. Пирог с рыбой | 225 |
| 314. Пирог с рыбным фаршем | 226 |
| 315. Дрожжевое тесто | 227 |
| 316. Рыбник | 229 |
| 317. Кулебяка с рыбным фаршем | 230 |
| 318. Кулебячки | 230 |
| 319. Шаньги наливные | 231 |
| 320. Шаньги с картофелем | 231 |
| 321. Пирожки | 232 |
| 322. Фарш рыбный | 233 |
| 323. Фарш мясной | 233 |
| 324. Фарш из печени и гречневой крупы | 234 |
| 325. Фарш из соленых грибов | 234 |
| 326. Фарш из сушеных грибов | 234 |
| 327. Начинка из моркови и яиц | 235 |
| 328. Начинка из зеленого лука и яиц | 235 |
| 329. Начинка из свежей капусты | 235 |
| 330. Начинка из квашеной капусты | 235 |
| 331. Фарш картофельный | 236 |
| 332. Фарш из визиги, хрящей осетровых рыб | 236 |
| 333. Начинка из черемухи | 236 |
| 334. Расстегай | 237 |
| 335. Ватрушки | 238 |
| 336. Ягодники | 238 |
| 337. Пирог из манной крупы (манник) | 240 |
| 338. Пирог с творогом | 240 |
| 339. Плюшки | 240 |
| 340. Каравай (бабка) из ржаных сухарей | 241 |
| 341. Пшениный каравай | 241 |
| 342. Пряженцы простые | 242 |
| 343. Жаворонки | 242 |
| 344. Крендельки | 243 |
| 345. Куличи | 243 |
| 346. Коврижка медовая | 245 |
| 347. Медовые пряники | 246 |
| 348. Козули | 247 |
| «Хорош квасок, коль шибает в носок». Напитки и сладкие блюда | 249 |

| | |
|--------------------------------------------------------|-----|
| Напитки | 255 |
| 349. Квас сухарный (хлебный) | 255 |
| 350. Квас сухарный с медом | 256 |
| 351. Русский квас | 257 |
| 352. Квас «петровский» | 257 |
| 353. Квас медовый | 257 |
| 354. Квас из черемухи | 258 |
| 355. Свекольный квас | 258 |
| 356. Квас фруктово-ягодный | 259 |
| 357. Квас молочный | 259 |
| 358. Квас любительский | 259 |
| 359. Квас из моркови | 260 |
| 360. Квас клюквенный | 260 |
| 361. Сбитень | 260 |
| 362. Мед пряный | 261 |
| 363. Мед клюквенный | 262 |
| 364. Напиток медовый | 262 |
| 365. Брусничный напиток | 262 |
| 366. Напиток овсяно-медовый | 263 |
| 367. Молочно-черничный напиток | 263 |
| 368. Напиток морковно-клюквенный | 263 |
| 369. Напиток морковно-молочный | 264 |
| 370. Напиток осенний | 264 |
| 371. Напиток из крапивы | 264 |
| 372. Мятный напиток | 264 |
| 373. Напиток «Русский» | 265 |
| 374. Черничный морс | 265 |
| 375. Черничный морс с медом | 266 |
| 376. Клюквенный морс | 266 |
| 377. Клюквенный морс с медом | 266 |
| 378. Брусничный морс | 267 |
| 379. Кежный (ягодный) чай | 267 |
| 380. Чай брусничный | 267 |
| 381. Шиповниковый чай | 267 |
| 382. Малиновый чай | 268 |
| 383. Чай из плодов шиповника и ромашки | 268 |
| 384. Чай из мяты и ромашки | 268 |
| 385. Тминный чай | 268 |
| 386. Земляничный чай | 268 |
| 387. Липовый чай | 269 |
| 388. Рябиновый чай | 269 |
| 389. Чай с сахаром, медом, вареньем, лимоном | 269 |
| 390. Чай с молоком | 269 |
| 391. Чай с мятой | 270 |
| 392. Чай-пунш | 270 |

| | |
|----------------------------------------------------------|-----|
| Сладкие блюда | 270 |
| 393. Кисель из клюквы, брусники | 270 |
| 394. Кисель из сушеной черники | 271 |
| 395. Кисель из меда | 271 |
| 396. Кисель из шиповника | 271 |
| 397. Молочный кисель | 272 |
| 398. Кисель из кваса | 272 |
| 399. Кисель из щавеля | 273 |
| 400. Овсяный кисель | 273 |
| 401. Брусника с толокном | 274 |
| 402. Брусничная каша | 274 |
| 403. Ягодная каша | 274 |
| 404. Морошка с сахаром и сливками | 275 |
| 405. Земляника (клубника) в молочном соусе | 275 |
| 406. Варенье из брусники | 275 |
| 407. Варенье из малины | 275 |
| 408. Варенье из клюквы | 276 |
| 409. Клюква в сахаре | 277 |
| 410. Варенье из рябины | 277 |
| 411. Рябина, протертая с сахаром | 277 |
| 412. Варенье из морошки | 278 |
| 413. Брусника в сиропе | 278 |
| 414. Моченая брусника | 278 |
| 415. Брусника в собственном соку | 279 |
| 416. Повидло из брусники | 279 |
| 417. Варенье из черники или голубики | 279 |
| 418. Джем из черники | 280 |
| 419. Варенье из черной смородины | 280 |
| 420. Сырой ягодный джем | 281 |
| Приложения | 282 |
| Ваша кухня | 282 |
| Сколько граммов в стакане и ложке | 301 |
| Сколько весят овощи средней величины | 302 |
| Нормы взаимозаменяемости продуктов | 303 |
| Продолжительность тепловой обработки продуктов | 304 |
| Словарик | 305 |
| Литература | 307 |

Справочное издание

**Черемухина
Людмила Александровна**

М. Кириллова
(Литературная обработка текстов)

СЕВЕРНАЯ КУХНЯ

Редактор **Т. С. Попова**
Младший редактор **В. И. Пригодина**
Художественные редакторы **С. А. Трубин,**
Р. С. Климов
Технический редактор **Н. Н. Гаврилова**
Корректор **В. А. Фокина**

ИБ № 956

Сдано в набор 3.10.91. Подписано в печать 26.03.92.
Формат 84×108/32. Бум. тип. № 1. Гарнитура
литературная. Высокая печать. Усл. печ. л. 16,8+
+0,42 (нак) Усл. кр.-отт. 19,74. Уч.-изд. л. 18,17.
Тираж 100 000. Заказ № 4842. Цена договорная.

Северо-Западное книжное издательство.
163061, Архангельск, пр. П. Виноградова, 61.
Типография издательства «Правда Севера»,
163002, Архангельск, пр. Новгородский, 32.

