



ЮХАН БЬЁРКМАН

КОНСЕРВИРОВАНИЕ ПО-СКАНДИНАВСКИ







Содержание

Предисловие	4
Сырье	6
Банки и бутылки	8
Методики	11
Часть 1	
СУШКА	12
РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО	32
УКСУС	41
МАРИНОВАНИЕ	48
СОЛЬ	78
КВАШЕНИЕ И ФЕРМЕНТАЦИЯ	89
ПРОЧЕЕ	112
Часть 2	
БЛЮДА	130
Закуски	134
Основные блюда	146
Алфавитный указатель	172

ПРЕДИСЛОВИЕ

Работая на кухне ресторана, постоянно учишься новому, и обучению нет конца. Я все время совершенствую методики, стараясь работать с самым качественным сырьем, и почти всегда прихожу к одному и тому же выводу: лучше всего закупать сырье местного производства, предпочтительнее — напрямую от производителя. Однако для того, кто, как и я, любит работать с овощами и фруктами, проблема заключается в том, что шесть месяцев в году в Швеции почти ничего не растет. Мне пришлось придумать разные ухищрения, чтобы иметь доступ к вкусным продуктам в темную половину года.

В ресторане я использую массу различных приемов, чтобы решить эту проблему, порой даже не задумываясь. Благодаря методикам консервирования, которые я использую, легче пережить зиму. Я засушиваю травы, консервирую еловые побеги, делаю масло на черемше, ферментирую морковь и тому подобное.

Применяя традиционные методы консервирования, можно и в ресторане, и дома создать современную кладовую с необходимыми припасами. Возможность круглый год подавать блюда с местными овощами стоит того, чтобы приложить чуть больше усилий в период сбора урожая. К тому же многие методы не только обеспечивают продолжительный срок хранения, но и могут изменить и улучшить качество исходного сырья. Например, цветки бузины в июне в сыром виде малоинтересны, разве что красивые на вид, а вот достать уксус с цветочным запахом в снежный февральский день — это нечто особенное! Или, скажем, еловые побеги — их можно использовать во многих блюдах, например сделав из них еловое масло, напоминающее по вкусу оливковое, но с более травянистыми нотками. Кроме того, я обычно готовлю еловые побеги в соленом маринаде и использую как каперсы. Еще один вариант — приготовить еловые побеги в сладком маринаде с добавлением меда, тогда они прекрасно подойдут к ванильному мороженому.

Мысль о том, чтобы издать книгу, зародилась у меня после выступления, в котором я рассказывал, как можно перерабатывать овощи, чтобы сделать их доступными круглый год. Когда я стал перелистывать записанные рецепты, у меня возникло естественное желание собрать их все под одной обложкой.

Юхан Бьёркман



СЫРЬЕ

Используйте экологически чистые сезонные овощи, выращенные как можно ближе к вам. Вот несколько причин, почему это наилучший выбор.

1. Экологичность

Если вы собираетесь, например, заквашивать овощи, важно помнить, что экологически выращенное сырье содержит меньше химикатов, которые, как известно, убивают бактерии. Проблема в том, что для квашения тоже необходимы бактерии — но полезные. Однако ядохимикаты не разбираются, какие бактерии полезные, а какие вредные, они борются со всеми разом. Это может повлиять и на запуск процесса заквашивания, и на результат, ведь полезные бактерии создают больше оттенков вкуса в продукте, подвергающемся ферментации.

2. Сезон

Почему стоит выбирать овощи в сезон, наверное, очевидно. Достаточно попробовать клубнику или спаржу в январе и сравнить со вкусом аналогичного товара в июне. Обычно нетрудно увидеть по цене и наличию в магазинах, когда наступает сезон для того или иного продукта, то есть когда его лучше всего есть, использовать и заготавливать. Для разных видов сырья сезон длится по-разному. Сезон белых грибов продолжается от двух до шести недель, в то время как, например, кудрявая и черная тосканская капуста доступны с лета до начала зимы. Капуста не боится снега в небольших количествах, и многие считают, что от нескольких заморозков ее вкусовые качества только выиграют.

3. Транспортировка

То, что овощи не перевозят на большие расстояния, хорошо для окружающей среды, так как снижается выброс вредных веществ в атмосферу. Это очевидный плюс, однако есть и другие факторы. Разные овощи по-разному переживают транспортировку, долгая дорога влияет и на вкусовые качества. Многие овощи собирают неспелыми, чтобы они потом дозревали в грузовых отсеках судов и в кузовах фур. Если взять, скажем, спаржу, то она устроена примерно как цветок: ее надо срезать как можно ближе к моменту использования, и она точно не становится лучше, когда ее перехватывают тугой резинкой!

Учитывайте эти три момента при выборе овощей, и у вас получится продукт наилучшего качества.

Сезонная таблица для кладовой

На следующей странице вы найдете таблицу сезонов для тех продуктов, которые упоминаются в книге, чтобы вы могли сориентироваться, когда лучше собирать либо заготавливать тот или иной из них.

В Швеции большинство овощей и зелени растет в теплую половину года, начиная с июня-июля и до сентября-октября, однако сезон варьируется в зависимости от того, в какой части страны вы находитесь.

Некоторые овощи легче хранить, чем другие, в результате продукция шведского происхождения доступна в течение более длительного времени. Когда же речь идет о тех видах сырья, которые не выращивают в Швеции, я исходил из сезона урожая в южных странах Европы.

СЫРЬЕ

Белые грибы
Брусника
Брюква
Бузина (цветки)
Бузина (ягоды)
Ежевика
Еловые побеги
Зеленый горошек
Испанский кервель
(листья и/или семена)
Капуста белокочанная
Капуста кудрявая
Кориандр (семена)
Корнишоны
Крапива
Лимоны

Лисички
Лук зеленый
Лук репчатый

Любисток
Малина
Можжевельник
(ягоды зеленые)
Морковь

Мята
Огурцы
Перец сладкий
Перец чили
Петрушка
Ревень
Редис
Розмарин
Ромашка
Свекла

Сельдерей
Томаты спелые и зеленые
Турнепс
Фенхель
Хеномелес (плоды)
Цукини

СЕЗОН

Август — сентябрь
Август — сентябрь
Сентябрь — май
Май — июль
Август — сентябрь
Август — октябрь
Май — июнь
Июнь — август

Июнь — июль
Июнь — март
Сентябрь — февраль
Август — сентябрь
Июль — сентябрь
Апрель — июнь
Круглый год
из Южной Европы
Сентябрь — октябрь
Май — август
Июль — март,
свежий: июнь — июль
Май — октябрь
Июль — август

Круглый год
Июль — октябрь,
продается круглый год
Май — сентябрь
Июнь — сентябрь
Июль — сентябрь
Июль — сентябрь
Май — октябрь
Май — октябрь
Май — август
Июнь — октябрь
Июнь — октябрь
Июнь — октябрь,
продается круглый год
Июль — октябрь
Июнь — октябрь
Июнь — октябрь
Июль — сентябрь
Август — октябрь
Июль — сентябрь

РЕЦЕПТ

С. 39, 75, 77
С. 21, 31
С. 109
С. 25, 43
С. 65
С. 45
С. 38, 45, 59
С. 22

С. 64
С. 95
С. 26, 123
С. 65
С. 103
С. 85

С. 71
С. 43, 75
С. 28

С. 28
С. 35, 85
С. 45

С. 38

С. 61, 96
С. 58
С. 52, 55, 103
С. 72
С. 39, 74, 86, 110, 120
С. 22
С. 46, 55, 100
С. 102, 107
С. 81
С. 25

С. 61, 106
С. 85
С. 68, 118, 120
С. 74
С. 97
С. 121
С. 58

Черемша	Апрель — июнь	С. 25, 36, 101
Черемша (почки)	Май — июнь	С. 64
Черная смородина	Июль — август	С. 21, 124
Черника	Июль — август	С. 124
Чеснок	Июнь — сентябрь	С. 67, 128
Шампиньоны	Круглый год	С. 77, 115, 117, 167
Шиповник	Май — июль	С. 26
Шнитт-лук	Май — сентябрь	С. 95
Эстрагон	Июнь — октябрь	С. 47

БАНКИ И БУТЫЛКИ

Банки и бутылки я обычно беру стеклянные, поскольку их легко мыть и можно использовать много раз. Кроме того, стекло, в отличие от пластика, не впитывает запахи, вкус и цвет того, что вы в нем храните.

Для масла с разными добавками, винного уксуса или маринада с винным либо обычным уксусом я повторно использую бывшие в употреблении бутылки и банки, в которых ранее хранилось, например, оливковое масло или мед. Важно, чтобы у них была плотно прилегающая крышка. Я предпочитаю использовать банки и бутылки небольшого размера, во-первых, потому, что срок хранения резко сокращается, как только открываешь банку или бутылку, во-вторых, небольшую упаковку всегда можно взять с собой в гости в качестве подарка вместо бутылки вина.

Для ферментированных овощей я рекомендую приобрести стеклянные банки с резиновой крышкой или гидрозатвором, чтобы газ, образующийся при ферментации, мог понемногу выходить. В азиатских магазинах можно также найти прекрасные глиняные горшки, которые сгодятся, среди прочего, для приготовления кимчи. Керамические горшочки отлично подхо-

дят для всех видов ферментации. Если же вы собираетесь квасить или ферментировать много овощей, то стоит приобрести пластмассовое ведро с гидрозатвором. Обычно они продаются в магазинах товаров для производства вина и пива.

Обработка банок и бутылок

Очень важно тщательно обрабатывать банки и бутылки, чтобы увеличить срок хранения того, что вы запасаете. Самое главное — уничтожить бактерии при помощи термической обработки. Вот несколько способов, позволяющих увеличить срок хранения.

Обработайте бутылки и банки в духовке, с паром или без. Просто поставьте их в духовку, разогретую до 100 градусов, на 30 минут — это убивает все бактерии.

Залейте пустые банки кипятком.

Помойте пустые банки в посудомоечной машине при самой высокой температуре, прежде чем заполнить овощами.

Прокипятите банки, когда они заполнены и хорошо закрыты, на плите в большой кастрюле.

Порядок действий. Поместите банки в кастрюлю с водой на 10–15 минут, оставьте

на огне при температуре не менее 70 градусов.

К сожалению, этот метод подходит не для всех заготовок. Овощи, нарезанные тонкими ломтиками, могут при таком процессе свариться, а винный уксус с цветочными добавками или зеленое масло — утратить цвет и свежесть.

Избегайте воздуха в банках

Если в банках много воздуха, это может вызвать самые разные проблемы. Во-первых, множество заполненных до половины банок занимают в холодильнике или в кла-

довой больше места, чем нужно. Вторая причина в том, что абсолютное большинство овощей, какими бы методами консервирования вы ни пользовались, не терпят кислорода. Как же решить эту проблему? Можно положить в банку груз, придавливающий овощи, так что они окажутся скрыты маринадом. Само собой, это хорошо, но воздух/кислород в банке останется. Я обычно решаю проблему, положив в банку поверх содержимого небольшой мешочек для заморозки продуктов, заполненный 1,5%-ным соляным раствором (см. с. 92). Если мешочек по каким-либо причинам порвется, то соляной раствор не испортит содержимого.

Между тем при ферментации или квашении, в отличие от других видов консервирования, хорошо оставить в банке место, 4–5 сантиметров. Иначе может образоваться избыточное давление, и жидкость выдавится наружу.

Остудить, прежде чем ставить в холодильник

На домашней кухне лучше оставить банки остывать при комнатной температуре, прежде чем ставить их в холодильник, особенно если требуется охладить много банок сразу. Если вы поставите их в холодильник теплыми, есть риск, что испортятся другие продукты, хранящиеся там.



Орегано (душица)



МЕТОДИКИ

В этой части я собрал различные методики консервирования, которые использую летом, чтобы пополнить свою кладовую перед темными зимними месяцами. Здесь вы найдете сушеные овощи и травы, консервы, винные уксусы, масла и соли — и еще то, что я решил отнести к разделу «разное», поскольку эти рецепты не подходят ни под одну из других категорий. Я постарался максимально использовать овощи, растущие в Скандинавии, однако некоторые методики и заправки я позаимствовал в Азии, на Ближнем Востоке и юге Европы.

Некоторые рецепты могут показаться простыми, другие, напротив, исключительно сложными. Подумайте, что вы любите есть, и исходите из собственных вкусов. Возможно, в вашей собственной кладовой не хватает только соуса чили из экологических овощей или чудесного винного уксуса на цветках бузины.

Еще один совет — возьмите любимый старый рецепт и добавьте к нему новый вкус. К примеру, замените уксус из белого вина в классическом салате к пицце на уксус из ревеня и бузины — вы получите совершенно новый результат. Надеюсь, вы будете смело экспериментировать на основании моих рецептов. Помните: ничто не ограничивает вашу фантазию.



CYSHKA





СУШКА

Сушка — самая простая методика заготовки продуктов. Единственное, о чем следует помнить, — не складывайте друг на друга большие порции влажного сырья, потому что так оно может сгнить. Помните также о том, что не стоит сушить сырье при слишком высоких температурах. Лучше не спешить и дать всему свое время, чтобы потом всю зиму наслаждаться приятным вкусом.

Сушить можно разными способами — в духовке, на солнце или в пучках, развешанных при комнатной температуре. Но самый простой способ, если вы перерабатываете большое количество сырья, — обзавестись сушильным шкафом или сушилкой для грибов. Если вы решите инвестировать в такой прибор, убедитесь, что в аппарате регулируется температура, тогда вы сможете подбирать ее к тому сырью, которое планируете сушить.

То, что вы засушили, лучше всего хранится в банках с плотными крышками в темной кладовой или шкафу. Срок хранения долгий, но семена — например, кориандра, укропа или фенхеля — очень выиграют, если их слегка обжарить на сковороде непосредственно перед использованием, чтобы «пробудить». Я обычно сушу так много, что мне хватает до следующего лета.



Мята

Что можно сушить?

ТРАВЫ

Травы обычно в больших количествах имеются по осени, и, когда на улице холодает, наступает пора заняться ими вплотную. Лучший способ — сушить травы при невысокой температуре в течение длительного времени. Прекрасно сушатся, например, петрушка, шпинат, лавровый лист, тимьян (чабрец), орегано (душица), эстрагон (тархун), черемша и любисток.

Порядок действий. Распределите растения на противне так, чтобы они лежали не слишком плотно. Должен получиться один слой.

Поместите в духовку или сушильный шкаф при 30 градусах примерно на 10 часов или сушите при комнатной температуре на газетной бумаге. Растения должны стать совсем сухими и легко сниматься с подложки. Убедитесь, что стебли петрушки тоже высохли (они сохнут дольше).

Храните засушенные растения в темном прохладном помещении в банках с плотно прилегающими крышками. Сушеные травы легко сохраняются до следующего лета.

ЦВЕТКИ

Сушеные цветки — потрясающее сырье для собственных чайных смесей. Прекрасно иметь их под рукой всю зиму, когда свежих не достать. Можно также добавить вкуса напиткам, используя цветки вместо палочек ванили. Хорошо сушатся, например, бузина, ромашка, шиповник, лаванда и календула.

Порядок действий. Распределите цветки на противне так, чтобы они лежали не слишком плотно. Должен получиться один слой.

Поместите в духовку или сушильный шкаф при 30 градусах примерно на 10 часов или сушите при комнатной температуре на газетной бумаге. Лепестки должны стать совсем сухими и легко сниматься с подложки.

Храните засушенные цветки в темном прохладном помещении в банках с плотно прилегающими крышками. Сушеные цветки легко сохраняются до следующего лета.

СЕМЕНА

Засушенные семена очень хорошо иметь в запасе, когда вы собираетесь приготовить домашний соус карри, смесь приправ или вкусовую добавку для варки овощей. Прекрасно сушатся, например, семена кориандра, укропа и фенхеля.

Порядок действий. Распределите семена на противне так, чтобы они лежали не слишком плотно. Должен получиться один слой.



Порошок из черной смородины
Ромашка
Порошок из брусники
Цветки шнитт-лука
Шиповник
Цветки бузины
Цветки черемши
Сушеный репчатый лук

Поместите в духовку или сушильный шкаф при 50 градусах примерно на 10 часов. Семена должны стать совсем сухими и казаться легче по весу.

Храните засушенные семена в темном прохладном помещении в банках с плотно прилегающими крышками. Так они легко сохранятся до следующего лета.

Сушеные семена очень выиграют, если их слегка обжарить перед использованием. Проще всего поместить их в духовку, чтобы они не подгорели. Я обычно жарю их 10 минут при 150 градусах, но рекомендую поэкспериментировать со степенью обжарки.

ЯГОДЫ

Сушеные ягоды — потрясающий продукт, они придают вкус различным смесям приправ и прекрасны сами по себе. Они подходят к чему угодно — от мюсли на завтрак до жареных грибов. Хорошо сушатся, например, малина, красная и черная смородина, ежевика, морозика, черника, брусника и ягоды можжевельника.

Порядок действий. Сушите ягоды при 45–50 градусах в духовке или сушильном шкафу, пока они не станут твердыми и сухими, примерно 24–28 часов. Влага в них быть не должно.

Если вы хотите измельчить ягоды в порошок, перемелите их немного в кухонном комбайне и посушите еще примерно 24 часа. Затем измельчите в порошок в мельнице для специй*, кофемолке или в ступке.

ОВОЩИ

Практически любые овощи хорошо сушатся. Их можно использовать множеством способов, в зависимости от их размера. Например, вы можете засушить овощи и перемолоть их в порошок, чтобы потом добавлять в блюда и усиливать их вкус. Для этой цели прекрасно подходят, среди прочего, грибы, чили и чеснок.

Крупные куски сушеных овощей можно добавлять при тушении или в соусы. Для этого отлично подходят, например, грибы, цукини и томаты.

Еще один вариант — подать тонкие ломтики сушеных овощей вместо чипсов за семейным просмотром кино. Чипсы удачно получаются из свеклы, моркови и пастернака.

ОВОЩИ ГРИЛЬ

Их полезно иметь, если вы хотите добавить своему блюду аромат гриля, но не собираетесь выходить из дома и разжигать мангал на снегу. Куда проще летним днем обжарить на огне нарезанные тонкими ломтиками овощи, а затем засушить их при 50 градусах

*Здесь и далее имеется в виду электрический прибор, похожий на кофемолку.

Вместо него можно использовать блендер. *Прим. ред.*

в сушильном шкафу или в духовке в течение примерно 24 часов. Овощи также можно быстро обжарить на очень горячей сковороде без масла и затем высушить их так же, как указано выше. Хороши в обжаренном виде лук, лук-порей, сельдерей и морковь.

КОПЧЕНЫЕ ОВОЩИ

Очень пригодятся, если вы составляете собственную смесь приправ и хотите придать вкусу интенсивность. Для наилучшего эффекта перед копчением овощи следует нарезать. Для этого прекрасно подходят, например, лук, лук-порей, сельдерей и морковь.

Порядок действий. Коптите на слабом огне в копильне для рыбы, пока не достигнете желаемого результата.

Сушите при температуре 50 градусов примерно 24 часа в духовке или сушильном шкафу.

Измельчите ножом или перемелите в порошок в мельнице для специй, кофемолке или ступке до желаемой текстуры.

Помните: когда вы высушите овощи, вкус станет насыщеннее, потому что копченый оттенок будет более ярким.

КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ОВОЩИ

Блюдо, к которому вы обычно подаете соленые огурцы или маринованную свеклу, можно сервировать с теми же добавками, но в сушеном виде. Для этого, например, порезать соленый огурец кружками и засушить его или мелко нарезать маринованную свеклу, высушить и посыпать ею блюдо в качестве приправы. Примеры консервированных овощей, которые хороши в сушеном виде: квашеная капуста, соленые огурцы, маринованная свекла и кимчи.

Порядок действий. Я обычно сушу консервированные овощи в духовке, сушильном шкафу или сушилке для грибов при 55 градусах не менее 24 часов. Все зависит от того, какие именно овощи сушатся и сколько сахара содержится в маринаде. Если в маринаде слишком много сахара, высушить их трудно, ибо получается нечто вроде клейстера. Тут придется действовать методом проб и ошибок.



Брусника

Черная смородина

Порошок из черной смородины

250 г черной
смородины

Дома мои дети обычно посыпают порошком из черной смородины мюсли, которые едят на завтрак, или блинчики, но я использую его также как топинг к меренгам. Этот рецепт подходит для большинства ягод, таких как красная смородина, малина или крыжовник.

Распределите ягоды на противне и высушите в духовке, сушильном шкафу или сушилке для грибов при температуре примерно 45 градусов в течение 24–28 часов.

Если затем вам понадобится измельчить ягоды в порошок, сначала измельчите их предварительно в кухонном комбайне и сушите еще 24 часа, а потом смелите в порошок в мельнице для специй или измельчите в ступке.

Храните в темном прохладном помещении в плотно закрытой банке, тогда порошок сохранит свои качества не менее шести месяцев.

Порошок из брусники

250 г брусники

Сушеная брусника — прекрасная добавка к блюдам, имеющим лесные вкусовые оттенки, таким как жареные лисички или дичь. Кроме того, сушеные ягоды можно использовать в салате с козьим сыром. Иногда я беру сушеную бруснику в качестве шведского заменителя кисловатой ягоды сумах, столь распространенной в кухне Ближнего Востока.

Распределите ягоды на противне и высушите в духовке, сушильном шкафу или сушилке для грибов при температуре примерно 45 градусов в течение 24–28 часов.

Если затем вам понадобится растереть ягоды в порошок, сначала измельчите их предварительно в комбайне и сушите еще 24 часа, а потом смелите в порошок в мельнице для специй или измельчите в ступке.

Держите в темном прохладном помещении в банке с герметичной крышкой, тогда порошок сохранит свои качества не менее шести месяцев.

Порошок из зеленого горошка

Порошок из зеленого горошка обладает приятным сладким вкусом и подходит почти ко всем блюдам. Им можно посыпать все — от салата и ризотто до мороженого и десертов.

1 кг зеленого горошка в стручках

Извлеките горошины из стручков. Распределите на противне или решетке для гриля и сушите в духовке, сушильном шкафу или сушилке для грибов при температуре около 45 градусов 12 часов.

Измельчите горошины на мелкие куски и сушите еще 12 часов.

Затем смелите в мельнице для специй или измельчите в ступке и просейте через частое сито, чтобы получить мелкий порошок.

Храните гороховый порошок в темном и прохладном месте в банках с плотно закрывающимися крышками. Он без проблем сохранится до следующего лета.

Сушеная петрушка

Сушеная петрушка украсит практически любое блюдо. Ею можно посыпать жареного цыпленка, рыбу или грибы, добавить в суп или жаркое.

2 пучка петрушки

Оборвите с петрушки листья, а стебли положите в морозилку до того случая, когда будете варить бульон. Распределите листья по противню и сушите при температуре примерно 30–40 градусов в сушильном шкафу или духовке около 10 часов.

Разотрите петрушку пальцами и разложите по небольшим баночкам с плотно прилегающими крышками. Она отлично будет храниться до следующего лета.



Зеленый горошек



Сушеная черемша

Сушеная черемша

100 г черемши

Сезон у черемши очень короткий, но урожай обычно обильный, и ее прекрасно можно засушить. Сушеную черемшу можно измельчить и добавлять в жаркое и супы.

Разложите листья на противне и сушите при температуре примерно 30 градусов в сушильном шкафу или духовке около 10 часов.

Сушеную черемшу лучше всего хранить в темном прохладном помещении в банках с плотно прилегающими крышками. Она отлично сохранится до следующего лета.

Сушеные цветки бузины

5 соцветий бузины
черной

Сушеную бузину я обычно храню дома в кладовой вместе с другими чаями и делаю из нее отвар. Кроме того, сушеные цветки можно добавлять в различные блюда, в первую очередь те, в которых содержится винный уксус на бузине, поскольку сами цветки имеют едва различимый вкус.

Разложите цветки на противне и сушите при температуре примерно 30–40 градусов в сушильном шкафу или духовке около 10 часов.

Сушеные цветки бузины лучше всего хранить в темном прохладном помещении в банках с плотно прилегающими крышками. Они без проблем сохранятся до следующего лета.

Сушеная ромашка

500 мл соцветий
ромашки

Сушеная ромашка используется точно так же, как цветки бузины: из нее можно приготовить отвар или добавить в чайные смеси, которые рекомендуется пить по вечерам, потому что в этих цветках содержатся успокаивающие вещества. Сушеной ромашкой можно придать вкус винному уксусу, а он, в свою очередь, идеально сочетается с майонезом или голландским соусом, который потом можно подавать к рыбе или ракам/креветкам.

Разложите соцветия на противне и сушите при температуре примерно 30–40 градусов в сушильном шкафу или духовке около 10 часов.

Храните в темном прохладном помещении в банках с плотно прилегающими крышками. Сушеная ромашка хорошо хранится до следующего лета.

Сушеные лепестки шиповника

Сушеные лепестки шиповника имеют чудесный аромат и приятный цветочный вкус. Обычно я использую их в соках и мармеладе. Можно также смешать лепестки с сахаром и добавлять в выпечку для придания ей изысканного вкуса.

1 л лепестков
шиповника

Оборвите лепестки и положите на решетку. Ничего страшного, если они будут немного заходить друг на друга.

Сушите в сушильном шкафу или духовке при температуре 30 градусов примерно 10 часов. Если у вас нет сушильного шкафа, положите лепестки на газетную бумагу и оставьте сохнуть при комнатной температуре.

Сушеные лепестки шиповника лучше всего хранить в темном прохладном помещении в банках с плотно прилегающими крышками. Они без проблем сохранятся до следующего лета.

Чипсы из кудрявой капусты для детей

Это прекрасный способ запихнуть в детей побольше овощей, да так, что они и не поймут, что происходит. Эти чипсы я испытал также на друзьях своих детей, и тоже сработало.

400 г кудрявой
капусты
2 ст. л. растительного
масла
соль

Оборвите листья капусты со стебля, промойте и обсушите в центрифуге для сушки салата. Опустите капусту в масло и посолите.

Распределите кудрявую капусту по противню. Запекайте 5 минут при 150 градусах в режиме «гриль» или при 160 градусах в обычном режиме. Перемешайте и запекайте еще 5 минут. Достаньте капусту из духовки, чтобы она не подгорела и не стала горькой.

Уменьшите нагрев и поставьте капусту обратно в духовку, когда температура опустится до 60 градусов в режиме «гриль» или 70 градусов в обычном режиме. Сушите, пока капуста не станет хрустящей, примерно 8 часов.

Чипсы хранятся не менее шести месяцев в банке с плотно прилегающей крышкой, но могут закончиться за один вечер.

Сушеный шиповник



Порошок из жареного зеленого лука

Это дальнейшее развитие идеи так называемой золы из лука-порея, которую во многих ресторанах начали широко применять пару лет назад. Мне показалось, что в золе вкус лука немного потерялся, поэтому я начал экспериментировать — коптить и жарить лук поменьше, оставляя его сохнуть до готовности. Порошок подходит ко всему — от сырой рыбы до самодельной приправы для гриля.

2 пучка зеленого
лука

Обжарьте зеленый лук на гриле или положите на раскаленную сковородку и обжарьте, пока он не приобретет насыщенный цвет.

Распределите лук тонким слоем по противню духовки либо на полках сушильного шкафа. Сушите при 60 градусах с конвектором или при 70 градусах в обычном режиме около 12 часов.

Достаньте, порежьте помельче и сушите еще 12 часов при 60 градусах с конвектором или при 70 градусах в обычном режиме.

Измельчите лук в мельнице для специй или в ступке и просейте через частое сито в мелкий порошок. Храните в темном прохладном помещении в банках с плотно прилегающими крышками. Он без проблем хранится не менее 6 месяцев.

Луковый порошок

Если у вас много лука, то луковый порошок — прекрасный способ его сохранить. Иногда вам требуется вкус лука в блюде, но не нужны его кусочки. Тогда очень хорошо посыпать то, что вы готовите, мелким луковым порошком. Порошок также пригодится в разных смесях приправ, он уравнивает вкус.

500 г лука

Очистите лук и разделите на две половинки. Отрежьте кончики и нарежьте тонкими полукольцами. Распределите их по противню или на решетке для запекания. Ничего страшного, если ломтики лука немного перекрывают друг друга, однако не кладите их слишком много на один и тот же противень. Сушите при температуре 50 градусов 12 часов в духовке или сушильном шкафу.

Измельчите лук на мелкие кусочки или до состояния порошка. Если он не высох, сушите еще 12 часов.

В заключение измельчите в мельнице для специй или ступке и просейте через частое сито до получения мелкого порошка.

Сушеный лук лучше всего держать в темном прохладном помещении в банках с плотно прилегающими крышками. Он отлично будет храниться до следующего лета.



Луковый порошок



Приправа для тако
Заатар

Приправа для тако

- 1 ст. л. сушеных семян кориандра
- 2 ст. л. целых семян зиры
- 2 ст. л. сушеного орегано
- 1 ст. л. сушеного чили
- 1 ст. л. сушеной паприки
- 1 ст. л. соли

Знаю, куда проще зайти в супермаркет и кинуть в корзину пакетик готовой приправы. Но если вам нужен улучшенный вариант без глюкозы, дрожжевого экстракта и антиислеживателя, вариант, который к тому же куда вкуснее готового, можно попробовать сделать вот так.

Обжарьте кориандр и зиру на сухой сковородке на среднем огне, пока не почувствуете характерный запах приправ.

Измельчите в мельнице для специй или ступке и смешайте прочие ингредиенты. И вот у вас готова приправа для ужина с тако в пятницу вечером, причем без всяких вредных добавок.

Лучше всего держать в темном прохладном помещении в банках с плотно прилегающими крышками. Хранится не менее 6 месяцев.

Заатар

- 3 ст. л. брусничного порошка (см. с. 21)
- 3 ст. л. сушеного тимьяна
- 3 ст. л. сушеного орегано
- 2 ст. л. семян льна
- 1 ч. л. соли
- 50–100 мл оливкового масла

Заатар — смесь приправ, широко применяемая в Северной Африке и на Ближнем Востоке. Обычно ее делают из сумаха и кунжута, смешивая их с травами и небольшим количеством оливкового масла. Я же делаю шведский вариант, который великолепно подходит к жареным баклажанам с чесноком и йогуртом или свежеспеченным питам и лепешкам.

Измельчите все ингредиенты в ступке и смешайте с оливковым маслом до консистенции крема. Оставьте настаиваться не менее чем на 2 часа, еще вкуснее получится на следующий день.

Если вы хотите получить сухую приправу, которую можно положить, например, в йогурт, оливковое масло добавлять не надо.

Храните в темном прохладном помещении в банках с плотно прилегающими крышками, если в смесь не добавлено оливковое масло. Если вы сделали приправу с маслом, держите ее в холодильнике. Оба варианта хранятся не менее 6 месяцев.

РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО





РАСТИТЕЛЬНОЕ МАСЛО

Растительное масло со вкусовыми добавками можно приготовить несколькими способами, в зависимости от того, как оно потом будет использоваться. Свои масла я могу подразделить на три варианта.

МАСЛО ХОЛОДНОЙ АРОМАТИЗАЦИИ

Такое масло ароматизируют, добавляя различные травы, но без нагревания. Совет: поставьте масло в холодильник, прежде чем что-то в него добавить. Тогда его можно дольше перемешивать без повышения температуры, в результате цвет сохранится лучше. Для добавок прекрасно подойдут петрушка, кориандр, кудрявая капуста, любисток, шпинат, бархатцы, вербена, черемша и шнитт-лук.

Обычно я беру 200 мл рафинированного рапсового масла и примерно 400 мл свежих трав и смешиваю все это в миксере с большой чашей. Вы можете также поэкспериментировать с разными вкусами и попробовать скомбинировать различные травы: шнитт-лук и петрушку, любисток и сельдерей или шпинат и укроп.

Масло холодной ароматизации хранится в холодильнике всего двое суток, но его можно заморозить месяцев на шесть с неплохим результатом. Впрочем, это касается лишь тех смесей, в состав которых входят только масло и травы. Если добавить, например, каперсы или что-либо другое, содержащее кислоты, масло начинает терять цвет уже через несколько часов.

МАСЛО ГОРЯЧЕЙ АРОМАТИЗАЦИИ

Этот вариант — типичное зеленое «ресторанное» масло с разными вкусами. Его можно использовать для приготовления эмульсий, и в целом оно готовится так же, как и масло холодной ароматизации, только с нагреванием. Вкуса в таком масле меньше, поскольку все листья отфильтровываются. Зато хранится оно дольше, поскольку не «сырое», как масло холодной ароматизации.

Травы и овощи, которые прекрасно подходят для масел горячей ароматизации: петрушка, кориандр, кудрявая капуста, любисток, шпинат, бархатцы, вербена, черемша и перец чили.

Масло горячей ароматизации сохраняет свои качества от одного до трех месяцев, в зависимости от того, какое вы добавляете сырье. Замороженное масло хранится не менее шести месяцев.

ЭКСТРАКТЫ НА МАСЛЕ

Третий вариант — это экстракты. Такие масла запекаются в духовке при температуре 70–80 градусов в течение 10–12 часов, однако экстракты можно приготовить и без нагревания. В результате получится прозрачное изысканное масло со сбалансированным вкусом.

Для приготовления экстрактов на масле я обычно использую еловые побеги, чеснок, бузину, грибы, жженое сено, перец чили и можжевельник.

[Масло холодной ароматизации]

Масло со вкусом петрушки и шнитт-лука

50 г шнитт-лука
50 г листьев
петрушки
100 мл рафи-
нированного
масла

Это масло я использую как основу для соусов типа песто, которые смешиваю с каперсами, квашеными почками (см. каперсы из черемши, с. 64) или овощами непосредственно перед подачей на стол. Масло такого типа я не процеживаю, поскольку люблю, когда в соусе остается немного текстуры.

Смешайте шнитт-лук, петрушку и масло до равномерного состояния в миксере с большой чашей. Помните: нельзя смешивать слишком долго. Перелейте масло в тщательно обработанную бутылку и храните до 1 недели в холодильнике или до 6 месяцев в морозилке.

[Масло горячей ароматизации]

Масло на любистоке

500 г любисток
рафинированное
масло

Любисток очень хорошо сочетается с сельдереем, который, в свою очередь, гармонирует с томатом. Так что это масло невероятно украшает помидоры и блюда с ними. Из масла на любистоке получается также очень вкусная эмульсия, которую можно подавать к устрицам, мидиям или различным блюдам из крабов.

Бланшируйте любисток 1 минуту в кипятке и охладите в ледяной воде. Слейте воду, максимально отожмите любисток.

Взвесьте получившееся количество зелени и добавьте двойную порцию масла, смешивайте в термомиксере 6 минут при 70 градусах или в обычном кухонном комбайне, пока масло не нагреется до 70 градусов. Оставьте настаиваться примерно на 12 часов.

Процедите масло, налейте в тщательно обработанную бутылку и поставьте в холодное место. Хранится в холодильнике несколько месяцев.

[Масло горячей ароматизации]

Масло на черемше

Масло на черемше получается темно-зеленого цвета с насыщенным чесночным вкусом. Если вы собираетесь, например, готовить майонез на основе масла на черемше, вам может понадобиться разбавить его рафинированным рапсовым маслом, чтобы майонез не получился слишком крепким. Если же вы собираетесь использовать масло на черемше как усилитель вкуса, в чистом виде, оно прекрасно подойдет к пасте, запеченной на гриле рыбе или жареным грибам.

500 г черемши
рафинированное
масло

Бланшируйте черемшу 1 минуту в кипятке и охладите в ледяной воде. Слейте воду, максимально отожмите черемшу.

Взвесьте получившееся количество черемши и добавьте в два раза больше масла, смешивайте в термомиксере 6 минут при 60 градусах или в обычном кухонном комбайне, пока масло не нагреется до 60 градусов. Оставьте настаиваться примерно на 12 часов.

Процедите масло, налейте в тщательно обработанную бутылку и поставьте в холодное место. Хранится в холодильнике несколько месяцев.

[Экстракт на масле]

Масло на жженом сене

Дома мы обычно используем это масло, чтобы разнообразить вкус салата из томатов, или мажем им хлеб, когда делаем тосты с сыром, чтобы добавить привкус дымка среди зимы, не выходя в холод на улицу и не разжигая гриль.

1 литр рафиниро-
ванного масла
3 литра сена

Найдите старый металлический сосуд с крышкой, который вам не жалко, типа старой кастрюли. Сложите туда сено и подожгите.

Когда все сено загорится, попробуйте загасить огонь маслом. Это не совсем удастся, но вы справитесь, накрыв огонь крышкой. Потушите и оставьте на ночь.

Процедите то, что у вас получилось, через фильтр для кофе и разлейте масло в тщательно обработанные бутылки. Держите его в темном прохладном месте — в кладовой такое масло хранится не менее 6 месяцев.

Масло на жженом сене



Масло на черемше

[Экстракт на масле]

Масло на зеленых можжевеловых ягодах

Приятное масло, которое уместно подать к копченым или жареным на решетке блюдам вроде шампиньонов портобелло или гольца, когда при копчении добавляют немного можжевеловых веточек.

300 мл рафинированного масла
200 г зеленых можжевеловых ягод

Разогрейте духовку до 75 градусов.

Запакуйте масло и ягоды можжевельника в вакуумную упаковку и запекайте в средней части духовки 12 часов. Если у вас нет вакууматора, можно приготовить смесь в пакете для запекания. Другой вариант: ягоды залить маслом в посуде, которую можно ставить в духовку, плотно прикрыть алюминиевой фольгой и запечь.

Процедите масло, перелейте в тщательно обработанную бутылку и храните в холодильнике до следующего лета.

[Экстракт на масле]

Масло на еловых побегах

Масло на еловых побегах я часто использую в ресторане, заменяя им оливковое масло на травах. Исключительно вкусно при добавлении к жареным лисичкам, моцарелле и многим другим блюдам.

300 мл рафинированного масла
200 г еловых побегов

Поставьте духовку на 70 градусов.

Запакуйте масло и еловые побеги в вакуумную упаковку и запекайте в средней части духовки 12 часов. Если у вас нет вакууматора, можно запечь смесь в пакете для запекания. Другой вариант: побеги залить маслом в посуде, которую можно ставить в духовку, плотно прикрыть алюминиевой фольгой и запечь.

Процедите масло, перелейте в тщательно обработанную бутылку и храните в холодильнике до следующей весны.

[Экстракт на масле]

Масло на белых грибах

100 мл рафинированного масла
100 г белых грибов
(не берите лучшие части, используйте отходы)

Потрясающее масло для заправки салатов, сырых овощей или карпаччо из белых грибов. Попробуйте также приготовить ризотто с грибами, украсить тонко порезанными шампиньонами и полить этим маслом.

Разогрейте духовку до 75 градусов.

Запакуйте масло и грибы в вакуумную упаковку и запекайте в средней части духовки 12 часов. Если у вас нет вакууматора, можно приготовить смесь в пакете для запекания. Другой вариант: залить грибы маслом в посуде, которая пригодна для использования в духовке, плотно прикрыть алюминиевой фольгой и запечь.

Процедите масло, перелейте в тщательно обработанную бутылку и храните в холодильнике до следующего грибного сезона.

[Экстракт на масле]

Олио ди пеперончино пикканте

500 мл масла (не самого дорогого — чили все перебьет)
30 г сушеных целых перцев чили, лучше всего кайенского перца

Острое масло, настоящее на жгучем перце чили, которое можно заказать в любой средиземноморской пиццерии. Его обязательно надо иметь в своей кладовой, если вы любите, чтобы пицца обжигала. Это масло также прекрасно подходит к пасте и закускам с моцареллой. Запасите сразу большую бутылку, если планируете употреблять его в больших количествах.

Смешайте масло и чили в тщательно обработанной бутылке и поставьте в кладовую. Встряхивайте бутылку несколько раз в неделю.

Через пару недель масло изменит цвет и приобретет острый вкус, а со временем будет становиться все более жгучим, достигнув идеального состояния через 2–3 месяца. Хранится не менее 1 года.



YKCYC



УКСУС

Почти всякое сырье содержит в себе сахар, из сахара получается алкоголь, а из него, в свою очередь, можно ценой небольших усилий сделать уксус и придать ему тот или иной вкус. Выбирайте сами, на каком этапе вы хотите включиться в процесс. Можно брожением получить собственный алкоголь, или превратить готовый алкоголь в уксус, или просто добавить вкус к нейтральному уксусу (для этого потребуется купить готовый уксус без ароматизаторов и добавить к нему любую вкусовую добавку по вашему желанию).

Я решил сосредоточиться на последнем этапе — придании вкуса. За основу я обычно беру яблочный уксус, если добавка такая мощная, что ей не помешают яблочные нотки, — например, черемша, чили или чеснок. А в некоторых случаях благодаря оттенкам яблока могут появиться новые интересные комбинации, как в яблочном уксусе с эстрагоном, фенхелем или ромашкой.

Если же вы хотите сохранить чистую ноту одного вкуса, возьмите уксус из белого или красного вина — у него более нейтральный вкус, который отлично сочетается с ягодами, цветками бузины или шиповника.

Уксус с добавками храните в холодильнике. Мой опыт показывает, что так вкус сохраняется дольше, чем при комнатной температуре.

ЧЕМ МОЖНО РАЗНООБРАЗИТЬ ВКУС УКСУСА

Травы: лавровый лист, тимьян, орегано, эстрагон, пряно-ароматические бархатцы, черемша или майоран.

Семена: кориандр, укроп или фенхель.

Ягоды: малина, ежевика, морошка, черника, брусника, красная смородина, черная смородина, крыжовник или можжевельник.

Цветки: бузина, ромашка, шиповник или лаванда.

Овощи и прочее: томаты, грибы, ревень, чеснок, перец чили, лук-шалот, побеги ели и сосны.

Копченые или жаренные на решетке: грибы, паприка или чеснок.

Винный уксус с бузиной

500 мл уксуса
из белого вина
5 соцветий бузины

Винный уксус с бузиной исключительно популярен и зимой часто появляется в меню. У него летний цветочный запах, который может оживить любое зимнее блюдо из моркови или капусты. Отлично сочетается также с креветками и раками.

Срежьте цветки с соцветий, поскольку черешки могут вызвать легкое отравление. Смешайте уксус и цветки в хорошо промытой банке с плотной крышкой или положите в пакет и запечатайте под вакуумом. Оставьте при комнатной температуре примерно на неделю.

Процедите, перелейте уксус в хорошо обработанную бутылку с плотной крышкой. В холодильнике без проблем сохранится до следующего лета.

Винный уксус с гибискусом

500 мл уксуса
из красного вина
25 г сушеного
гибискуса

Винный уксус с гибискусом обладает цветочным вкусом и темно-фиолетовым цветом. Я использую его, среди прочего, для консервирования ревеня. Его хорошо также смешать с мелко нарезанным луком-шалотом и небольшим количеством воды и подать к устрицам или добавлять в маринады для свинины и курицы.

Доведите уксус до кипения и залейте им гибискус. Оставьте настаиваться на 24 часа при комнатной температуре.

Процедите, перелейте уксус в хорошо обработанную бутылку с плотной крышкой. В холодильнике хранится не менее 6 месяцев.

Винный уксус с лисичками

500 мл уксуса
из белого вина
25 г сушеных
лисичек

Этот винный уксус легко приготовить с добавлением сушеных грибов. Грибы, оставшиеся после приготовления уксуса, можно добавить в салат или использовать как гарнир. У такого винного уксуса довольно резкий кислый вкус, который неплохо разбавить небольшим количеством масла, настоящего, например, на белых грибах или еловых побегах.

Доведите уксус до кипения и залейте им грибы. Оставьте настаиваться на 24 часа при комнатной температуре.

Процедите, перелейте уксус в хорошо обработанную бутылку с плотной крышкой. В холодильнике сохранится до следующей осени, пока вы снова не соберетесь по грибы.



Каперсы из еловых
побегов, см. с. 59



Винный уксус
на еловых побегах



Масло на еловых
побегах, см. с. 38

Винный уксус с лесными грибами

500 мл уксуса
из хереса
250 г грибов, на-
пример белых или
лисичек

Как и в случае с лисичками (см. с. 43), использованные грибы прекрасно подойдут для салата или в качестве гарнира. Здесь тоже советую смягчить вкус уксуса маслом, настоящим, например, на белых грибах или еловых побегах, это снимет излишнюю кислинку. Такой уксус я обычно делаю на обрезках грибов из корзины. Хорошая идея — во время грибного сезона держать в морозилке пакетик с такими обрезками и пополнять его после каждого похода в лес по грибы.

Доведите уксус до кипения и залейте им грибы. Оставьте настаиваться на 24 часа при комнатной температуре.

Процедите, перелейте уксус в хорошо обработанную бутылку с плотной крышкой. В холодильнике сохранится до следующей осени, пока вы снова не решите собрать грибы.

Винный уксус на еловых побегах

500 мл уксуса
из белого вина
100 г еловых побегов

Идеально подходит к зеленой и белой спарже, когда наступает ее сезон. Вероятно, потому, что еловые побеги и спаржа появляются примерно в одно время. Винный уксус на еловых побегах хорошо добавлять в сытное осеннее или зимнее жаркое или подавать к копченой жирной рыбе вроде лосося или скумбрии.

Смешайте уксус и еловые побеги в хорошо промытой банке с плотной крышкой или положите в пакет и запечатайте под вакуумом. Оставьте на 24 часа при комнатной температуре.

Процедите, перелейте уксус в хорошо обработанную бутылку с плотной крышкой. В холодильнике отлично сохранится до следующего лета.

Винный уксус на ягодах

500 мл уксуса
из белого вина
500 г ягод, например
малины, ежевики
или черной сморо-
дины

Чудесный уксус, способный оживить унылый осенний ужин. Винный уксус на ягодах я также использую в десертах или для придания вкуса напиткам.

Смешайте уксус и ягоды в банке с плотной крышкой и оставьте на 12 часов.

Процедите, перелейте уксус в хорошо обработанную бутылку с плотной крышкой. В холодильнике сохранится до следующего сезона, но через несколько месяцев потеряет насыщенность цвета.

Винный уксус с ревенем

У этого винного уксуса чудесный летний вкус ревеня. Обычно я нарезаю яблоки кусочками, смешиваю с уксусом, а потом кладу в салат. Он также прекрасно подходит к тертой моркови и сырым устрицам. Еще можно добавить несколько капель в яблочный пирог.

Доведите винный уксус до кипения и залейте им ревень. Оставьте настаиваться на 12 часов при комнатной температуре.

Процедите, перелейте уксус в хорошо обработанную бутылку с плотной крышкой. В холодильнике сохранится до следующего сезона, но через несколько месяцев потеряет насыщенность цвета.

500 мл белого винного уксуса

400 г ревеня — как можно более красного, нарезанного на кусочки

Винный уксус барбекю на овощах гриль

Этот винный уксус, как ясно из названия, отлично подходит к блюдам барбекю. Добавьте в маринад, когда жарите на гриле ребрышки, грибы или курицу. Используйте как основу для салатной заправки или добавьте несколько капель в блюдо с моцареллой.

Начните с жарки овощей на гриле. Позаботьтесь о том, чтобы они приобрели насыщенный цвет и немного почернели. Попробуйте положить сверху щепу или влажные веточки розмарина или можжевельника — тогда овощи приобретут копченую нотку. Сложите их в банку.

Доведите винный уксус до кипения и залейте им овощи. Оставьте настаиваться на 24 часа при комнатной температуре.

Процедите, перелейте уксус в хорошо обработанную бутылку с плотной крышкой. В холодильнике сохранится не менее 6 месяцев, так что теперь вы сможете наслаждаться вкусом гриля всю зиму.

500 мл уксуса из красного вина или хереса

500 г овощей гриль, например 1 томат, 1 чили, 1 головка чеснока, 1 репчатый лук, 1 сладкий перец

Винный уксус с эстрагоном

300 мл белого винного уксуса

150 г свежих веточек эстрагона

Очень популярный уксус, который можно добавлять практически в любые блюда. Он прекрасно сочетается с сырыми и запеченными овощами, подходит к салатам и сырам, например к фете и козьему сыру. Большой плюс — листья эстрагона можно использовать в следующий раз, когда вам захочется сделать беарнез или томатный соус!

Смешайте уксус и эстрагон в банке с плотной крышкой или положите в пакет и запечатайте под вакуумом. Оставьте при комнатной температуре на неделю.

Процедите и перелейте уксус в хорошо обработанную бутылку с плотной крышкой или оставьте листья в банке и используйте в следующий раз, когда настанет время делать беарнез. В холодильнике уксус сохранится до следующего лета.



МАРИНОВАНИЕ



МАРИНОВАНИЕ

К этой категории относится приготовление любых консервированных овощей в маринаде с содержанием уксуса или винного уксуса. Маринад можно разнообразить до бесконечности — менять пропорции, добавлять в него разные приправы или заменять один продукт на другой. Фантазия безгранична, и существует множество вариантов, как пополнить вашу зимнюю кладовую и продлить лето.

Помните, что при консервировании овощей гораздо лучше использовать маленькие емкости, потому что уже открытая банка хранится в холодильнике около недели. Маленькие баночки также удобно брать с собой в качестве подарка, когда идешь в гости к родным или друзьям. Что же касается самого консервирования, то тут существует тысяча различных вариантов. Я подразделил их следующим образом.

СЛАДКИЙ МАРИНАД НА ВИННОМ УКСУСЕ

Существует много вариантов сладкого маринада: в пропорциях 1:2:3, 1:1:1 или 1:2:5 — у каждого повара есть свой любимый. Вкус многим хорошо знаком, это классический шведский маринад из уксуса, сахара и воды. Прекрасно подходит для огурцов, томатов, лука, лука-порей, моркови, свеклы, цукини, грибов, чеснока, сладкого перца, чили и семян горчицы.

МАРИНАД НА ВИННОМ УКСУСЕ

Этот тип маринада можно приготовить, используя те же соотношения, что и в классическом шведском, но я включил сюда несколько рецептов, в которых немного изменил пропорции — просто потому, что так получается лучше. Маринад на винном уксусе хорошо сочетается с белокачанной капустой, цветной капустой, огурцами, томатом, луком, луком-пореем, свеклой, цукини, грибами, чесноком, сладким перцем и чили.

СОЛЕННЫЙ МАРИНАД НА ВИННОМ УКСУСЕ

Здесь существует два пути: либо засолить продукты, которые собираетесь использовать, примерно за три недели до консервирования, либо же консервировать их в соленом маринаде. Конечный результат получается немного разный, но оба варианта хороши. Мне кажется более симпатичным первый, при котором сырье засаливается заранее и приобретает слегка ферментированный вкус. Таким образом я консервировал еловые побеги, черемшу, ягоды бузины, семена кориандра, рябину, незрелые ягоды крыжовника, смородины и винограда.

ПРОЧИЕ ВИДЫ МАРИНОВАНИЯ

Здесь я собрал те варианты консервирования, которые не вписываются ни в одну из трех предыдущих категорий, например соленые лимоны, ревень с гибискусом или маринованные белые грибы. Их консервируют в смеси соли, винного уксуса и сахара или в смеси растительного масла и винного уксуса.



Маринованные зеленые томаты

[Маринад из винного уксуса]

Корнишоны

Существует, наверное, не менее тысячи разных рецептов корнишонов! Этот рецепт, который я обожаю, мне поведала дама, продававшая мелкие огурчики на рынке в городке Рен в Бретани. Корнишоны вкусны сами по себе или в сочетании с паштетом. Их также можно измельчить и добавить в соус тартар.

Смешайте огурцы и соль и оставьте в дуршлаг на 2–3 часа, чтобы стек сок.

Очистите лук и чеснок и смешайте все ингредиенты в тщательно обработанной банке с плотной крышкой.

Доведите до кипения винный уксус с водой и залейте овощи так, чтобы маринад покрыл их. Закройте крышку, поставьте банку в холодильник и оставьте не менее чем на 4 недели, прежде чем открыть. В холодильнике хранится не менее 6 месяцев.

500 г мелких огурчиков
2 ст. л. морской соли
100 г лука-севка
1 долька чеснока
1 веточка эстрагона
10 горошков перца
2 целые гвоздики

Маринад

600 мл белого винного уксуса
200 мл воды

[Сладкий маринад из винного уксуса]

Пепинильос — маринованные огурчики по-испански

Потрясающе вкусные закусочные огурчики! Единственная проблема — их нельзя хранить, как соленые огурцы или корнишоны. Если вы уже накопили массу мелких огурчиков, попробуйте приготовить эту закуску, пока ожидаете, когда корнишоны в холодильнике дойдут до готовности.

Порежьте огурчики на ломтики толщиной 1 см и положите в дуршлаг над миской. Посыпьте огурцы солью и дайте соку стечь в течение 30 минут.

Тем временем приготовьте маринад.

Когда огурцы отдали достаточно воды, положите их в маринад. Поместите огурцы и маринад в тщательно обработанные банки с плотными крышками. Огурцы можно есть уже сейчас, но они станут еще вкуснее, если дать им постоять не менее 3 часов. В холодильнике хранятся около 4 недель.

1 кг мелких огурчиков
2 ст. л. соли

Маринад

500 мл белого винного уксуса
200 мл воды
100 г сахара
4 пучка крупно порезанного зеленого лука
5–15 сушеных чили целиком, лучше всего кайенских



Семена горчицы, см. с. 54



Корнишоны



Пепинильос



Маринованный
лук-севок, см. с. 54

[Сладкий маринад с винным уксусом]

Маринованный лук-севок

Испанский вариант нашего шведского маринованного мелкого лука-севка, но вместо кисло-сладкого маринада используется вариант из винного уксуса без сахара с добавлением чили и чеснока. Рецепт пришел из Барселоны, где этот ингредиент используется, среди прочего, в закусках тапас.

500 г мелкого
лука-севка или
лука-шалота
50 г морской соли
500 мл воды

Смешайте соль и воду в глубокой миске, помешайте, чтобы растворить соль. Очистите лук и положите в рассол на 24 часа.

Слейте рассол и сложите лук в хорошо обработанную стеклянную банку с плотной крышкой.

Смешайте винный уксус, воду, чили, лавровый лист, доведите до кипения и залейте лук. Если лук предстоит хранить долго, я обычно даю ему остыть, сливаю маринад и кипячу его еще раз или же кипячу всю банку 10 минут.

Оставьте в холодильнике не менее чем на 24 часа, но я советую подождать 3 недели, прежде чем снять пробу. В холодильнике такой лук хранится не менее 6 месяцев.

Маринад
250 мл винного
уксуса
500 мл воды
1 красный перец
чили ломтиками
1 лавровый лист

[Сладкий маринад с винным уксусом]

Маринованные семена горчицы

Существует множество способов законсервировать семена горчицы. Выбор зависит от того, для чего они потом будут использоваться. Если они пойдут в сложный гарнир к классическому шведскому блюду с традиционным набором вкусов, то лучше выбрать маринад с уксусом в пропорции 1:2:3 или 1:1:1. Но здесь я предлагаю немного необычный вариант. Консервированные семена горчицы я впервые попробовал в баре в Токио. Там их подавали к блюду из куриных сердечек. Семенами можно заменять или дополнять горчицу там, где она обычно используется, — в блюдах с сосисками, в сладком горчичном соусе или закусках.

125 желтых семян
горчицы
125 коричневых
семян горчицы
500 мл воды
500 мл яблочного
уксуса
250 г сахара
1 ст. л. морской соли

Смешайте все ингредиенты в кастрюле и осторожно нагревайте в течение 45 минут, не давая температуре подняться выше 80 градусов. Если вы увидите, что получается слишком сухо, добавляйте воду до нужной консистенции.

Переложите в маленькие тщательно обработанные баночки с плотными крышками и поставьте в холодильник. Хранится не менее 6 месяцев.

[Прочие виды маринования]

Ревень в винном уксусе с гибискусом

500 г ревеня
100 мл сушеных
цветков гибискуса
при желании

Маринад

300 мл винного ук-
суса с гибискусом,
см. с. 43
300 г нерафиниро-
ванного сахара

Сезон ревеня краток, но обилен, и в какой-то момент наступает пресыщение пирогами с ревенем. И тут хорошо запастись несколькими баночками консервированного ревеня: его так хорошо достать к воскресному ужину, к сыру холодным февральским днем и даже к йогурту на завтрак. В этом рецепте я использовал винный уксус с гибискусом, однако его можно с успехом заменить на винный уксус с бузиной или еловыми побегами.

Вымойте и нарежьте ревень продолговатыми кусочками, соответствующими размеру банки, в которой они будут консервироваться. Поставьте кусочки в банку, при желании поместите туда цветки гибискуса. Вскипятите винный уксус с сахаром так, чтобы сахар растаял. Дайте остыть, потом залейте смесью ревень. Уберите в холодильник и оставьте не менее чем на 4 недели. Может храниться до следующего лета.

[Сладкий маринад с винным уксусом]

Огурцы с карри

1 очищенный
серебристый лук
кольцами
3 длинноплодных
огурца кружочками

Маринад

500 мл воды
200 мл яблочного
уксуса
300 г нерафиниро-
ванного сахара
2 ст. л. приправы
карри
2 лавровых листа
1 ч. л. семян пажит-
ника
1 ч. л. желтых семян
горчицы


Классическая желтая приправа карри загадочным образом воспринимается как истинно скандинавская и возникает в самых разнообразных блюдах, таких как соус ремулад, селедка и бабушкины фрикадельки. Здесь приводится рецепт маринованных огурцов карри, которые хорошо сочетаются с рыбными котлетами, цыпленком гриль и разнообразными бутербродами.

Вскипятите маринад с приправами, чесноком, чили и имбирем и дайте ему остыть.


Сложите слоями лук и огурцы в хорошо обработанную банку с плотной крышкой и залейте холодным маринадом. Оставьте в холодном месте не менее чем на 12 часов, доставайте из холодильника непосредственно перед подачей на стол. Хранится в холодильнике около 4 недель.

Маринад, продолжение

1 ч. л. коричневых семян горчицы
1 зубчик чеснока, очищенный и разрезанный на две половинки
1–2 красных резаных перца чили, любой степени жгучести на выбор
10 г имбиря, крупно порезанного



Корнишоны, см. с. 52



Ревень в винном уксусе
с гибискусом, см. с. 55



Маринованные цукини, см. с. 58

Огурцы с карри, см. с. 55

Маринованные цукини с мятой и чили

Каждый, кто когда-либо выращивал цукини, знает: когда этот овощ начнет поспевать, урожай будет огромным. Кроме того, все цукини имеют тенденцию созревать одновременно. То же касается мяты, которая разрастается весьма буйно. Здесь приводится рецепт, в котором я соединил их обоих. Мята придает свежий летний вкус. Консервируя цукини по этому рецепту, я обычно пользуюсь случаем и заготавливаю также сладкий перец и чили (см. с. 72 и 74), потому что тогда можно повторно использовать винный уксус для них. Но помните: сначала надо мариновать цукини и сладкий перец, у которых более мягкий вкус, а чили оставить напоследок.

Разделите кабачок-цукини на продольные ломтики толщиной 1 см, половинки кружков, если он крупный, или кружки толщиной 1 см, если он мелкий.

В большой кастрюле вскипятите воду, винный уксус и соль.

Положите цукини в кипящую воду вместе с зубчиками чеснока и снимите кастрюлю с огня. Оставьте на 3 минуты под крышкой. Смешайте оливковое масло, чили и мяту.

Осторожно достаньте цукини и чеснок из маринада. Дайте чуть остыть и смешайте с маслом, пока они теплые.

Сложите в тщательно обработанные банки с плотными крышками и залейте сверху маслом так, чтобы оно покрыло овощи. Храните банки в темном прохладном месте — в холодильнике или прохладной кладовой. Перед подачей на стол достаньте банки заранее, однако постарайтесь выдержать хотя бы 2–3 недели, прежде чем открыть первую банку, чтобы маринад успел сделать свое дело. Хранится не менее 6 месяцев.

500 г цукини
500 мл воды
500 мл винного уксуса
2 ст.л. соли
4 очищенных зубчика чеснока, разделенных на две части
250 мл оливкового масла
1–2 красных перца чили кусочками
5 веточек мяты

[Соленый маринад с винным уксусом]

Каперсы из еловых побегов

200 г еловых побегов
20 г соли
200 мл белого винного
уксуса

Весной еловые побеги консервируют одними из первых. У них «лесной» вкус, они хороши к блюдам из гольца, грибов и дичи. Обычно я смешиваю шнитт-лук и петрушку с рафинированным рапсовым маслом и кладу в них крупно нарезанные консервированные еловые побеги. Идеальная смесь к салату из спаржи и свежего картофеля с редисом и копченой скумбрией или к мелко порезанному козьему сыру.

Посолите еловые побеги и оставьте на 3 недели при комнатной температуре, лучше в вакуумной упаковке, если есть такая возможность, или в банке с плотной крышкой.

Переложите побеги в стеклянные банки, если они лежали в вакуумной упаковке, или просто оставьте в банке. Залейте их винным уксусом и оставьте еще на 3 недели. В холодильнике хранятся не менее 6 месяцев.

Если вы торопитесь, то можете вскипятить винный уксус с солью и залить им еловые побеги. Тогда их можно будет использовать уже на следующий день. Но окончательный результат будет лучше, если вы пойдете первым путем.



Маринованная морковь с бузиной



Классическая маринованная свекла

[Соленый маринад с винным уксусом]

Морковь с бузиной

500 г моркови

Маринад

250 мл винного
уксуса с бузиной,
см. с. 43
250 мл воды
½ ч. л. соли

*Масло для консерви-
рования*

3 ст. л. консерви-
рованных ягод
бузины
250 мл рафиниро-
ванного рапсового
масла

Такую морковь я начал готовить, когда мне потребовалось создать более сбалансированный продукт с мягким вкусом, не столь острый, как обычные маринады. Здесь я основывался на технологии, которую часто применяют на Средиземном море, консервируя рыбу и морепродукты: начинают с острого маринада, а затем перекладывают сырье в оливковое масло. Подается такая морковь к блюдам из морепродуктов, сырой рыбе или бутербродам с паштетом.

Очистите морковь от земли и нарежьте тонкими ломтиками при помощи слайсера.

Вскипятите винный уксус с водой и солью. Дайте немного остыть и залейте морковь. Оставьте морковь стоять в холодильнике на ночь — примерно 12 часов.

Слейте уксус.

Положите морковь и ягоды бузины в хорошо обработанную банку с плотной крышкой. Залейте маслом. Кипятите банки в воде примерно 10 минут или обработайте паром, если есть паровая духовка. В холодильнике морковь хранится не менее 6 месяцев.

[Сладкий маринад с винным уксусом]

Классическая маринованная свекла

1 кг свеклы

3 см корня хре-
на, очищенного
и разрезанного
пополам

Маринад

200 мл 12%-ного
уксуса
320 г сахара
600 мл воды
4 гвоздики
1 лавровый лист

Существуют тысячи вариантов консервированной свеклы.

Мы обычно используем именно этот, и мне приходится каждый год к нему возвращаться, иначе моя жена Диана откажется готовить салат со свеклой на Рождество.

Сварите свеклу до мягкости, это может занять от 20 минут до 1 часа. Дайте ей остыть в той воде, в которой она варилась, или промойте холодной, если торопитесь.

Снимите кожуру пальцами или при помощи ножа. Свеклу можно оставить целой, можно нарезать ломтиками или кубиками и сложить в хорошо обработанные банки с плотными крышками. Положите туда же хрен.

Вскипятите маринад так, чтобы растаял сахар, и залейте свеклу.

А теперь хорошо покипятите банки 15 минут в большой кастрюле, чтобы свекла сохранилась до Рождества, а то и до следующего сезона.

Продукт можно употреблять сразу, но лучше подождать хотя бы неделю. Хранить в холодильнике.



Каперсы из еловых побегов, см. с. 59



Маринованные семена
испанского кервеля, см. с. 64



Маринованные семена кори-
андра, см. с. 65

[Соленый маринад с винным уксусом]

Маринованные семена испанского кервеля

Испанский кервель — дикорастущее растение. Лично мне кажется, его листья вкуснее всего в свежем виде в салате. А вот семена хорошо мариновать. Они приобретают приятные нотки фенхеля и аниса и прекрасно подходят к рыбе и морепродуктам, а также к томатам и огурцам.

200 г семян испанского кервеля
20 г соли
200 мл белого винного уксуса

Посолите семена и оставьте на 3 недели при комнатной температуре, лучше в вакуумной упаковке, если есть такая возможность, или в банке с плотной крышкой.

Переложите семена в стеклянные банки, если они лежали в вакуумной упаковке, или просто оставьте в тех же банках. Залейте винным уксусом и оставьте еще на 3 недели. В холодильнике хранятся не менее 6 месяцев.

Если вы торопитесь, то можете вскипятить винный уксус с солью и залить им семена. Тогда их можно будет использовать уже на следующий день. Но окончательный результат будет лучше в первом случае.

[Соленый маринад с винным уксусом]

Каперсы из черемши

Каперсы из черемши стали в шведских ресторанах классической приправой — вероятно, потому, что их легко приготовить и они получаются невероятно вкусными. Они напоминают обычные каперсы, но более нежные и с приятным привкусом чеснока. Каперсы из черемши можно подавать практически с любым блюдом, но особенно хороши они к жареным грибам, жаренной на сливочном масле конической капусте и томатам. Очень вкусно получается также, если измельчить нераспустившиеся бутоны, смешать их с соленым маслом и подать к кукурузе гриль.

200 г побегов черемши
20 г соли
200 мл яблочного уксуса

Посолите бутоны и оставьте на 3 недели при комнатной температуре, лучше в вакуумной упаковке, если есть такая возможность, или в банке с плотной крышкой. Переложите бутоны в стеклянные банки, если они лежали в вакуумной упаковке, или просто оставьте в тех же банках. Затем залейте винным уксусом и оставьте еще на 3 недели. В холодильнике хранятся не менее 6 месяцев. Если вы спешите, то можете вскипятить винный уксус с солью и залить им бутоны. Тогда их можно будет использовать уже на следующий день. Но результат будет лучше, если вы пойдете первым путем.

[Соленый маринад с винным уксусом]

Маринованные семена кориандра

200 г семян кориандра
20 г соли
200 мл белого винного уксуса

Свежие замаринованные семена кориандра приобретают немного парфюмерный вкус — нечто среднее между свежим кориандром и его сушеными семенами. Именно поэтому маринованные семена можно использовать везде, где обычно используют свежие листья или сушеные семена. Их можно положить в томатную сальсу, в тако или в йогурт с индийским карри. Можно добавить в различные смеси приправ и маринады. В ресторане мы кладем ломтики моркови в соленый маринад, оставшийся после семян кориандра. Эту морковь мы потом подаем с вареным крабом и голландским соусом, украшая теми же семенами.

Посолите семена и оставьте на 3 недели при комнатной температуре, лучше в вакуумной упаковке, если есть такая возможность, или в банке с плотной крышкой.

Переложите семена в стеклянные банки, если они лежали в вакуумной упаковке, или просто оставьте в тех же банках. Затем залейте винным уксусом и оставьте еще на 3 недели. В холодильнике хранятся не менее 6 месяцев.

Если вы торопитесь, то можно вскипятить винный уксус с солью и залить им семена. В этом случае их можно будет использовать уже на следующий день.

[Соленый маринад с винным уксусом]

Каперсы из бузины

200 г незрелых ягод бузины
20 г соли
200 мл бузинового винного уксуса,
см. с. 43

Каперсы из бузины обладают ненавязчивым цветочным вкусом и подходят к морепродуктам или легким салатам, а также к мороженому — с несколькими капельками оливкового масла. Я усиливаю цветочный вкус, добавляя в маринад уксус с бузиной, но его можно при желании заменить белым винным уксусом. Свежие ягоды бузины могут вызвать легкое отравление, поэтому важно, чтобы они проварились хотя бы пару минут.

Посолите ягоды и оставьте на 3 недели при комнатной температуре, лучше в вакуумной упаковке, если есть такая возможность.

Вскипятите винный уксус с солью в кастрюле. Положите ягоды бузины и аккуратно проварите примерно 5 минут. Разложите ягоды и маринад по банкам с плотными крышками. Ягоды можно использовать уже на следующий день, но они станут куда вкуснее, если подождать примерно 3 недели. В холодильнике хранятся не менее 6 месяцев.



[Сладкий маринад с винным уксусом]

Маринованный корейский чеснок — маниль чаначчи

500 г чеснока

Маринад из уксуса

200 мл рисового уксуса

300 мл воды

1 ст. л. соли

Соевый маринад

170 г японской сои

50 мл рисового уксуса

3 ст. л. сахара

350 мл воды

Чаначчи — общее понятие в Корее для всего, что законсервировано без молочной кислоты или ферментации. Существует огромное количество разнообразных чаначчи, обычно законсервированных с добавлением соевого соуса, соевой пасты или пасты чили. Обычно их консервируют в банках, оставляют настаиваться на несколько недель, а перед подачей на стол добавляют несколько капель кунжутного масла.

Этот консервированный корейский чеснок я нарезаю тонкими ломтиками и украшаю им блюда из риса или лапши, но он прекрасно подходит к булочкам или вьетнамским сэндвичам бань ми. Сделайте эту заготовку летом, используя самый свежий чеснок.

Разделите чеснок на зубчики, залейте горячей водой и дайте постоять 30 минут — после этого чеснок будет легче и быстрее чиститься.

Положите зубчики в хорошо обработанную стеклянную банку с плотной крышкой.

Смешайте маринад с уксусом так, чтобы растворилась соль, и залейте чеснок. Он должен быть полностью покрыт. Оставьте при комнатной температуре на 7 дней.

Вскипятите соевый маринад и поварите примерно 5 минут. Дайте полностью остыть.

Слейте маринад на уксусе, залейте зубчики чеснока соевым маринадом так, чтобы они были полностью покрыты.

Теперь положите в банку пакет для заморозки, заполненный 1,5%-ным солевым раствором так, чтобы пакет вытеснил весь воздух, а чеснок остался под маринадом. Оставьте банку при комнатной температуре на 3 недели, потом можно снимать пробу. В холодильнике консервированный чеснок хранится не менее 6 месяцев.

[Соленый маринад с винным уксусом]

Маринованные зеленые томаты

Полезный рецепт, который время от времени оказывается очень кстати, ведь лето в Швеции не такое, как в Италии или Испании. В конце августа или в начале сентября, отчаявшись дождаться, когда покраснеют последние зеленые помидоры, я консервирую их как есть. Они хороши на всех видах бутербродов, подходят к гамбургерам или сосискам в тесте.

Вымойте, высушите томаты и разрежьте каждый на две половинки.

Вскипятите винный уксус, воду и соль.

Сложите все приправы в хорошо обработанную стеклянную банку с плотной крышкой и поместите в нее помидоры. Влейте горячий маринад так, чтобы он их полностью покрыл. Повертите банку, чтобы выпустить воздушные пузыри. Закройте крышкой и кипятите банку в кастрюле с водой в течение 10–15 минут или обрабатывайте паром.

Храните в темном прохладном месте. Дайте томатам постоять не менее 3 недель, прежде чем их пробовать. Хранятся до следующего лета.

1 кг зеленых томатов
1 ст. л. желтых семян горчицы
1 ст. л. коричневых семян горчицы
1 ст. л. семян кориандра
1 ч. л. перца горошком
1 ч. л. семян фенхеля

Маринад

500 мл яблочного уксуса
500 мл воды
2 ст. л. соли





[Прочие виды маринования]

Соленые лимоны

8 органических
лимонов
100 г морской
соли

Если на фруктовом прилавке вам попадутся органические лимоны, настоятельно рекомендую попробовать этот рецепт. Тонко порезанные лимоны идеальны и как украшение, и для придания вкуса чему угодно — от йогуртового соуса до жареной рыбы или баранины. Вам придется немного потрудиться, встряхивая банки, пока лимоны настаиваются, но результат однозначно того стоит.

Вымойте кожуру лимонов и разрежьте каждый на 4 дольки, но остановитесь, не дорезая последний сантиметр, чтобы лимон не развалился. Посолите плоскости разреза и плотно уложите в тщательно обработанную банку с герметичной крышкой.

Каждый слой посыпайте оставшейся солью и придавливайте лимоны, чтобы из них выступил сок. Если выжатая жидкость не покрывает лимоны полностью, можно добавить сверху выжатый лимонный сок.

Закройте банки крышками и оставьте при температуре 16–20 градусов на месяц. Каждый день встряхивайте банки, чтобы соль растворялась.

По прошествии месяца лимоны готовы, и можно поставить их в холодильник. Когда придет пора их использовать, выберите мякоть, сполосните лимоны под проточной водой и тонко нарежьте. Хранятся в холодильнике 1 год.

Маринованные сладкие перцы гриль

Сладкий перец гриль подходит почти ко всему — к салату, пасте или тапас. Хотя сладкий перец на шведских огородах обычно не выращивают, у него тоже есть свой сезон, отражающийся в первую очередь на его цене. Этот рецепт пригодится, если вы нашли в магазине или на рынке недорогой сладкий перец. Я люблю сладковатый вкус красного перца, но этот рецепт, разумеется, применим и к другим сортам этого овоща. Попробуйте все и решите, какой станет вашим любимцем.

Обжарьте сладкие перцы на гриле или в духовке при 225 градусах с конвектором или 250 градусах при обычном нагреве, пока они не приобретут насыщенный цвет и не станут почти черными, то есть около 15 минут.

Сложите перцы в глубокую миску, накройте ее крышкой или пленкой и оставьте на 20 минут. Почистите, удалите семена и порежьте перцы на куски желаемого размера.

В большой кастрюле вскипятите воду, винный уксус и соль. Положите перцы в кипящую воду вместе с зубчиками чеснока и чили и снимите кастрюлю с огня. Дайте постоять 3 минуты.

Смешайте оливковое масло, лавровый лист и тимьян.

Осторожно достаньте перцы, чили и чеснок из маринада. Дайте немного остыть и смешайте с маслом, пока они еще горячие. (Сохраните маринад и используйте его для приготовления маринованных цукини и маринованного перца чили, см. с. 58 и 74.)

Разложите по банкам с плотными крышками и залейте маслом так, чтобы оно полностью покрыло перцы. Поставьте банки в темное прохладное место — в холодильник или холодную кладовую. Если вы храните их в холодильнике, масло может загустеть. Это не страшно. Достаньте банки за некоторое время до подачи на стол, однако постарайтесь выждать 2–3 недели, прежде чем откроете первую банку, чтобы маринад успел сделать свое дело. Хранится не менее 6 месяцев.

500 г красных сладких перцев
500 мл воды
500 мл белого винного уксуса
2 ст. л. соли
2 очищенных зубчика чеснока, разрезанных пополам
1 перец чили, сорт и размер по желанию, например халапеньо крупными кусками
150–200 мл оливкового масла — в зависимости от размеров используемой банки
2 лавровых листа
2 веточки тимьяна

Маринованный перец чили, см. с. 74



Маринованные сладкие перцы гриль



Маринованный турнепс, см. с. 74



[Прочие виды маринования]

Маринованный перец чили

Если у вас растет несколько кустиков перца чили, может возникнуть потребность переработать большое количество сразу. Тогда консервирование — отличное решение. В этом рецепте к чили добавлены только чеснок и тимьян, в таком виде он подходит к большинству блюд.

Порежьте перцы чили на тонкие ломтики.

Вскипятите воду, соль и винный уксус. Положите перцы чили в кипящий маринад вместе с зубчиками чеснока и снимите кастрюлю с огня.

Дайте постоять 1 минуту, потом осторожно достаньте перцы чили, дайте немного остыть и смешайте с оливковым маслом и тимьяном, пока они еще горячие.

Сложите в тщательно обработанные стеклянные банки с плотными крышками и залейте сверху маслом так, чтобы оно полностью покрыло чили. Поставьте банки в темное холодное место.

Постарайтесь выждать 2–3 недели, прежде чем откроете первую банку, чтобы маринад полностью пропитал перцы. Хранится не менее 6 месяцев.

200 г чили ваших любимых сортов, желательно разных
150 мл воды
1 ч. л. соли
150 мл яблочного уксуса
1 зубчик чеснока
200 мл оливкового масла
2 веточки тимьяна

[Маринад с винным уксусом]

Маринованный турнепс

Мелкий красновато-розовый маринованный турнепс с Ближнего Востока. Сделайте приличную порцию, раз уж начали, ведь никогда не известно, в какой момент подступит желание приготовить фалафель или шиш-кебаб. К ним консервированный турнепс идеально подойдет в составе сложного гарнира.

Очистите турнепс, свеклу и чеснок. Порежьте турнепс на бруски, свеклу — на половинки, сделайте надрезы в чесноке и перце чили. Сложите все в хорошо обработанную стеклянную банку с плотной крышкой.

Вскипятите маринад и оставьте остывать до комнатной температуры. Залейте им смесь овощей и закройте крышкой. Поставьте в прохладное темное помещение минимум на неделю, но желательно еще на несколько недель. Турнепс хранится до следующего лета.

500 г турнепса
100 г свеклы
2 зубчика чеснока
1–2 красных перца чили

Маринад

500 мл воды
200 мл красного винного уксуса
3 ст. л. соли

[Прочие виды маринования]

Маринованные лесные грибы

1 кг лесных грибов,
например лисичек
или белых
1 луковица репчатого
лука, порезанная
кольцами
1 веточка тимьяна
1 небольшая веточка
можжевельника

Маринад

100 мл 12%-ного
уксуса
120 г сахара
200 мл воды

Когда наступает сезон грибов, их обычно бывает очень много. Хорошая идея — наделать запасов и законсервировать их на зиму. Этот рецепт идеально подходит к блюдам с классическими шведскими вкусами, такими как котлеты, голец гриль или бутерброд с печеночным паштетом. Рецепт подойдет для всех шведских лесных грибов. Я не смешиваю разные виды грибов, а раскладываю их по разным баночкам. В этом случае можно использовать один и тот же маринад, слегка меняя состав приправ.

Для начала вскипятите 2 литра слегка подсоленной воды. Затем очистите грибы и порежьте на куски желаемого размера.

Осторожно положите грибы в кипящую воду и бланшируйте 1–2 минуты, в зависимости от вида грибов.

Достаньте грибы из воды и сложите, чередуя слоями с луком, тимьяном и можжевельником, в тщательно обработанные стеклянные банки с плотными крышками.

Вскипятите маринад так, чтобы растворился сахар, отставьте в сторону примерно на 15 минут. Затем залейте слегка остывшим маринадом грибы в банках. Следите за тем, чтобы заполнять банки как можно выше, чтобы в них оставалось меньше воздуха. Если это не получается, используйте что-нибудь, чтобы держать грибы в маринаде, например пергамент или запечатанный пакет с водой.

Поставьте в прохладное темное место как минимум на неделю, но желательно еще на несколько недель, чтобы достичь идеального вкуса. Грибы простоят до следующего лета.



Маринованные лесные грибы, см. с. 75
Маринованные белые грибы
Маринованные шампиньоны

[Прочие виды маринования]

Маринованные белые грибы

500 г белых грибов
1 нарезанный зубчик чеснока
2 нарезанные луковичы шалота
1 лавровый лист
1/5 ч. л. соли
1 маленькая веточка тимьяна
1 маленькая веточка розмарина
100 мл белого винного уксуса
150 мл рафинированного масла

Этот рецепт я разработал потому, что меня не всегда устраивает кисло-сладкий «шведский» вкус (соотношение 1:2:3). Иногда хочется больше подчеркнуть вкус грибов — он хорошо подходит к закускам вроде карпаччо или бурраты.

Вскипятите 2 литра слегка подсоленной воды.

Почистите грибы и порежьте на кусочки желаемого размера. Если они мелкие, достаточно разрезать их пополам. Крупные грибы можно нарезать дольками. Осторожно поместите грибы в кипящую воду и бланшируйте примерно 1 минуту. Достаньте грибы из воды, дайте лишней жидкости стечь.

Затем уложите слоями грибы, лук и травы в хорошо обработанные стеклянные банки с плотными крышками. Залейте винным уксусом и растительным маслом, закройте крышками и пропарьте в паровой духовке, если у вас есть такая возможность, или проварите банки на плите в кастрюле с водой в течение 30 минут.

Поставьте в прохладное темное место как минимум на неделю, желательно на несколько недель. Грибы хранятся до следующего лета.

[Прочие виды маринования]

Маринованные шампиньоны

500 г шампиньонов
2 ст. л. рафинированного масла
1/2 ч. л. соли
100 мл винного уксуса барбекю, см. с. 46, или хересного уксуса
2 зубчика мелко нарезанного чеснока
2 ч. л. порошка копченой паприки
1 ст. л. мелко нарезанной петрушки
1 ст. л. мелко нарезанного шнитт-лука
1 ч. л. меда
цедра 1 лимона

В шампиньонах много хорошего, в том числе то, что у них сезон всегда. Тогда зачем их консервировать? И почему именно летом? Прежде всего потому, что летом легче достать свежие травы, но, само собой, этот рецепт можно использовать и зимой. Консервированные шампиньоны идеально подходят для тапас или мезе — ужина из небольших турецких закусок. Их также хорошо измельчить и смешать со свежесваренной пастой.

Очистите шампиньоны от грязи и грунта. Разрежьте, если они крупные, а если мелкие, можно оставить их как есть. Сложите шампиньоны в форму и смешайте с маслом и солью. Запеките в духовке примерно 10 минут при температуре 200 градусов.

Смешайте остальные ингредиенты в глубокой миске.

Когда шампиньоны будут готовы, положите их в смесь с винным уксусом. Затем переложите в хорошо обработанные стеклянные банки, охладите и поставьте в холодильник не менее чем на сутки. Хранятся в холодильнике около 2 месяцев.



СОЛЬ

СОЛЬ

Прекрасный способ сохранить травы и овощи — смешать их с солью. Основная концепция — добавить одну единицу соли на одну единицу сырья, затем перебрать и удалить лишние веточки. Совет: поставьте соль на несколько часов в холодильник, чтобы она хорошо остыла, тогда ее можно будет дольше смешивать в кухонном комбайне, прежде чем она нагреется. Дело в том, что повышение температуры меняет вкус, а при значительном нагреве изменится и цвет.

Соль с вкусовыми добавками используется либо во влажном виде, либо ее высушивают и применяют как обычную столовую соль. Во влажном виде соль следует держать в вакуумной упаковке или в банке с плотно закрытой крышкой в холодильнике. Там она сохранит вкус и цвет примерно 1–2 месяца, потом начнет постепенно терять свои свойства. Если для вас важен яркий зеленый цвет, то лучше держать соль в морозилке. Там она без проблем сохранится до следующего лета.

Обычно я выбираю морскую соль без йода, но, разумеется, можно использовать и другие виды. Полезно помнить, что йодированная соль убивает бактерии, а это может повлиять и на микроорганизмы, которые нужны, например, для ферментации.

Возможно, вам удастся достать средиземноморскую соль. Она обычно обладает более грубой консистенцией — лично мне это нравится.

ЛЮБИМЫЕ ДОБАВКИ

Травы: крапива, розмарин, любисток, петрушка, шпинат, черемша, тимьян, орегано и эстрагон.

Семена: кориандр, укроп, тмин и фенхель.

Цветки: бузина, ромашка, лаванда, гибискус и шиповник.

Овощи и прочее: сельдерей, лук, свекла, грибы, чили, лимон и лайм.

Жженные вкусовые добавки: репчатый лук, лук-порей, корень сельдерея, морковь, чеснок и пастернак.

Копченые вкусовые добавки: грибы и чеснок.

Соль с добавкой из обжаренных овощей, см. с. 82
Соль с сельдереем и любистком, см. с. 85
Соль с лимоном и черным перцем
Соль с гибискусом, см. с. 82
Соль с жареным перцем чили и чесноком, см. с. 86
Соль с розмарином
Соль с крапивой, см. с. 85



Соль с лимоном и черным перцем

250 г морской соли
5 г свежемолотого
черного перца
мелко натертая цедра
3 лимонов

Когда вы покупаете в магазине соль с лимоном, лимона в ней обычно нет вообще, поэтому соль, приготовленная по этому рецепту, покажется вам вкуснее, чем обычно. Она великолепно подходит для засолки рыбы, но я использую ее и как приправу к меренгам и ванильному мороженому. Получается настоящий деликатес.

Положите соль, перец и лимонную цедру в глубокую миску. Перемешайте так, чтобы цедра равномерно распределилась.

Выложите смесь на противни на пекарскую бумагу и сушите в духовке при 50 градусах примерно 12 часов. Затем измельчите в кухонном комбайне до консистенции обычной соли.

Переложите в тщательно промытые баночки с плотными крышками. Храните в прохладном темном месте. Срок хранения — не менее 6 месяцев.

Соль с розмарином

200 г морской соли
50 г розмарина
20 г петрушки
20 г черемши

Розмарин часто ассоциируется с бараниной, однако этой солью безумно вкусно приправлять картошку, жаренную на масле или без масла. Впервые я попробовал соль с розмарином в ресторане в Испании и полюбил навсегда. Так просто — идеально поджаренная картошка, щедро посыпанная солью, и холодное каталонское пиво. Создавая эту соль, я пытался воспроизвести те вкусовые ощущения.

Смешайте все ингредиенты и поставьте в холодное место на 48 часов. Затем распределите тонким слоем на силиконовые коврики для духовки. Можно использовать и обычную пекарскую бумагу, но иногда во время сушки смесь прилипает к бумаге.

Сушите в духовке при 50 градусах примерно 24 часа, пока не образуется большой сгусток соли. Затем его нужно перемолоть в комбайне.

Переложите в тщательно обработанные банки с плотными крышками. Храните в темном прохладном месте. Срок хранения — не менее 6 месяцев.

Соль с добавкой из обжаренных овощей

Прекрасно приготовить эту соль летним днем, когда садовый мангал уже разгорелся. Впрочем, овощи можно обжарить и на сухой, хорошо разогретой сковороде. Получается почти что кубик овощного бульона, так что будьте осторожны с дозировкой, когда станете приправлять этой солью еду, чтобы не переборщить. Прекрасно подходит к жареному мясу или рыбе, придавая им привкус гриля.

Почистите овощи и порежьте тонкими ломтиками. Хорошо разогрейте сковороду и обжарьте овощи, каждый вид по отдельности, до румяной корочки. (Или же воспользуйтесь случаем пожарить овощи летним днем, когда мангал уже разгорелся.)

Разложите овощи на противнях или подносах, покрытых пекарской бумагой, и сушите в духовке или сушильном шкафу 12 часов при температуре 50 градусов. Затем смешайте с солью и измельчите в мельнице для специй.

Переложите в тщательно обработанные банки с плотными крышками. Храните в темном прохладном месте. Срок хранения — не менее 6 месяцев.

100 г морской соли
без йода
50 г репчатого лука
50 г моркови
50 г лука-порей
50 г пастернака
20 г чеснока
20 г смеси трав, например тимьяна, лаврового листа и розмарина

Соль с гибискусом

Гибискус обладает приятной кислинкой и великолепно подходит к сырым морепродуктам или карпаччо из крабов. Если вы хотите подать эту соль с овощным блюдом, прекрасный вариант — свекла. Необычное применение этой соли — добавить немного в пирог с ревенем. Небольшое количество соли в десертах придает им пикантность.

Измельчите гибискус в мельнице для приправ и смешайте с солью. Переложите в тщательно обработанные банки с плотными крышками. Храните в темном прохладном месте. Срок хранения — не менее 6 месяцев.

50 г сушеного гибискуса
50 г морской соли
без йода



Соль с гибискусом



Соль с сельдереем и любистком



Соль с крапивой

Соль с сельдереем и любистком

100 г морской соли
без йода
100 г сельдерея
20 г любистoka

Охотно признаю — этой солью я пользуюсь чаще всего. Ее я кладу во все блюда: в гаспачо, в супы и пасту, добавляю к бутербродам на завтрак и в салат с помидорами. Сельдерей и любисток великолепно подходят для бульонов — вот почему эта соль годится почти ко всему.

Смешайте все ингредиенты — у вас получится нечто вроде смузи — и поставьте в холодильник на 48 часов. Затем распределите тонким слоем на силиконовые коврики для духовки. Можно использовать и обычную пекарскую бумагу, но иногда при высыхании смесь прилипает к бумаге.

Сушите в духовке при 50 градусах примерно 24 часа, пока не образуется большой сгусток соли. Затем его нужно перемолоть в кухонном комбайне.

Переложите в тщательно обработанные банки с плотными крышками. Храните в темном прохладном месте. Срок хранения — не менее 6 месяцев.

Соль с крапивой

200 г морской соли
без йода
100 г крапивы

Соль по этому рецепту можно приготовить с любыми травами и цветками. Здесь я привожу два варианта одного и того же рецепта — свежий и сушеный. Вы сможете приготовить и тот и другой и посмотреть, какой вам понравится больше. Эта соль отлично подойдет к молодой картошке и спарже, но прекрасно сочетается и с жареными корнеплодами в зимнюю пору.

Смешайте соль и крапиву в кухонном комбайне до получения зеленой однородной массы.

Вариант 1. Запечатйте в вакуумную упаковку или заморозьте, чтобы лучше сохранить цвет.

Вариант 2. Распределите ровным слоем по силиконовому коврику или обычной пекарской бумаге. Сушите в духовке при 50 градусах примерно 12 часов, пока не образуется большой сгусток соли. Затем его нужно перемолоть в комбайне.

Переложите в тщательно обработанные банки с плотными крышками. Храните в темном прохладном месте. Срок хранения — не менее 6 месяцев.

Соль с жареным перцем чили и чесноком

Эту соль я впервые попробовал в нью-йоркском Чайна-тауне. Сейчас не вспомню, как назывался тот бар, но мелкие обжаренные во фритюре ребрышки с солью на чили и чесноке оказались невероятно вкусными. В другой раз мне подали такую соль к зеленой фасоле, а в третий — к нарезанному соломкой жареному картофелю. Она прекрасно подойдет также к жареной или приготовленной во фритюре брюссельской капусте.

100 г красного перца чили, очищенного от семян и мелко порубленного
200 мл рафинированного масла
100 г чеснока, мелко порубленного
100 соли в хлопьях

Положите чили и масло в кастрюлю и варите примерно 5 минут.

Добавьте чеснок и пассеруйте, пока он не изменит цвет (следите, чтобы не подгорел), при температуре 115–120 градусов. Слейте масло и сохраните для другого случая. (На этом масле прекрасно можно пожарить другие блюда, особенно такие, в которые вы собирались добавлять чили и чеснок.)

Положите чеснок и чили на бумажное полотенце и дайте впитаться лишнему маслу. Затем сушите в духовке при 50 градусах в течение 12 часов.

Смешайте чеснок и чили с солью, разложите по тщательно обработанным банкам с плотными крышками и храните в темном прохладном месте. Срок хранения этой соли — около 3 месяцев, он короче, чем у других, из-за того, что в ней есть жир после обжарки чеснока и чили.







КВАШЕНИЕ И ФЕРМЕНТАЦИЯ

КВАШЕНИЕ И ФЕРМЕНТАЦИЯ

По поводу квашения и ферментации можно писать сколько угодно — и делать это исключительно заумно. В общих чертах ферментация означает, что сырье сбразивается, независимо от того, что это за сырье — хлеб, вино, сыр или овощи.

Квашение — это процесс ферментации овощей при помощи соли и молочнокислых бактерий. Несмотря на слово «молочнокислый», это не имеет никакого отношения к молочным продуктам, просто бактерии превращают углеводы в молочную кислоту. В банках с овощами происходит следующее: полезные бактерии при помощи соли побеждают вредные, а затем расщепляют волокна в овощах. В результате получается кисловатый и хрустящий овощ с живой культурой бактерий, который даже полезнее, чем был изначально.

Ферментация — древний способ, которым люди пользовались задолго до того, как изобрели электричество и научились делать холодильники, получив тем самым возможность контролировать температуру. С некоторыми подсказками с моей стороны эти рецепты легко реализовать на обычной домашней кухне.

Основные принципы, которые я использую при ферментации овощей, таковы.

СОЛЬ

Обычно я беру морскую соль тонкого помола без йода. Это важно, поскольку йод убивает бактерии, а мы хотим их сохранить — по крайней мере, полезные. При помощи бактерий и соли и начинается процесс ферментации. Берите 10–30 граммов соли на 1 килограмм овощей, то есть 1–3% от общего веса сырья или сырья с водой, если используете рассол. Я обычно придерживаюсь содержания соли на уровне 1,5–2% — так, на мой взгляд, достигается лучший вкус и оптимальная кислинка.

СЫРЬЕ

По состоянию овощей я разделил ферментацию на два варианта.

1. Ферментация переработанных овощей

Это означает, что вы режете, давите, отбиваете или смешиваете сырье в кухонном комбайне. Заложите 1–3% соли на килограмм овощей, например на 1 килограмм белокочанной капусты — 10–30 граммов соли.

Помните, что 1 столовая ложка содержит 15 граммов соли (если, конечно, вы не используете соль в хлопьях, имеющих разный размер, впрочем, эта соль дороговата для таких рецептов). Пожмите овощи, чтобы выступил сок, причем он должен покрыть сырье. Здесь не нужно добавлять воду — достаточно выделившегося сока.

Этот способ прекрасно подходит, например, для белокочанной и красной капусты, китайской капусты, моркови, фенхеля, свеклы и цветной капусты.

2. Ферментация овощей целиком или крупными кусками

При таком варианте вы закладываете в рассол целые овощи или крупные куски. В этом случае вам необходимо взвесить и воду, и сырье. Например, если вы складываете в стеклянную банку большие куски моркови и заливаете водой, рецепт может выглядеть следующим образом: 600 г моркови, 400 г воды и 1 ст. ложка / 15 г соли без йода. Этот метод подходит, если вы после ферментации будете нарезать сырье на куски определенного размера или когда у вас мелкие овощи. Важно не использовать больше воды, чем нужно, иначе в результате вкус будет менее насыщенным.

Этот способ подходит, например, для брюссельской капусты, мелких огурчиков, редиски, моркови, фенхеля, свеклы, редьки, ревеня и черемши.

ТЕМПЕРАТУРА И ВРЕМЯ

Оставьте ваши банки при температуре чуть ниже комнатной — 16–18 градусов. Чем прохладнее, тем дольше будет идти процесс и тем лучше вкус у конечного продукта. На первые сутки, чтобы запустить процесс ферментации, банки можно поставить и в более теплое место, с температурой 20–23 градуса, но потом их следует перенести в прохладу. Как надолго вы оставите банки, зависит от того, какой уровень квашения вам нужен и какое у вас сырье. Время может варьироваться от нескольких дней до месяца.

Белокочанная капуста, красная капуста и свекла — типичный пример овощей, с которыми лучше дождаться ощутимого квашения, а их текстура выдержит дополнительное размягчение волокон. Можете даже попробовать оставить эти овощи при температуре чуть ниже комнатной на 3–4 недели. А вот ревеня и мелкая редиска превратятся в пюре, если немного перестоят.

БЕСКИСЛОРОДНАЯ СРЕДА

Важно оставить запас в несколько сантиметров в верхней части банки, когда будете ее заполнять. Затем нужно положить на овощи гнет, чтобы они были покрыты жидкостью, и таким образом держать их в бескислородной среде. Либо можно наполнить небольшой пакет соляным раствором и положить сверху.

Соляной раствор

В большой миске смешайте 1 ст. л. морской соли мелкого помола без йода с 1 л воды и перемешивайте, пока соль не растворится. Залейте в небольшой полиэтиленовый пакет столько раствора соли, сколько нужно, и положите его поверх овощей в банке. Хорошо

завяжите пакет и закройте банку крышкой. Если пакет в банке порвется во время ферментации, это ни на что не повлияет, так как жидкость имеет то же процентное содержание соли, что и овощи.

ДОЗРЕВАНИЕ В ХОЛОДИЛЬНИКЕ

Когда банки постояли при комнатной температуре, оставьте их не менее чем на две недели в холодильнике дозревать. Это нужно для того, чтобы кислота и газы в банке улеглись, и через некоторое время вкус квашеных овощей станет более сбалансированным. Для некоторых овощей, например ревеня и листьев черемши, достаточно одной недели в холодильнике, а вот белокочанной и красной капусте и свекле нужно больше времени, чтобы приобрести нужный вкус, запах и текстуру. Их вы можете оставить в холодильнике на пару месяцев, если, конечно, в состоянии столько ждать.

ХРАНЕНИЕ

При этом методе заготовки овощей банки не проходят тепловую обработку, поэтому процесс ферментации не останавливается даже в холодильнике, хотя и идет гораздо медленнее. Именно поэтому особенно важно тщательно обрабатывать банки до заполнения (см. с. 8), чтобы там хорошо себя чувствовали только нужные вам бактерии. Я обычно использую банки с металлическим замком и резиновой прокладкой или банки с гидрозатвором.

Срок хранения сырья в неоткупоренных банках в первую очередь зависит от их содержимого. Морковь, капуста белокочанная и красная хранятся долго, до 1–1,5 лет, в то время как листья черемши, ревень и редис — только 5–6 месяцев. Овощи обычно не портятся, опасности для здоровья нет, просто из-за избыточной ферментации они становятся мягкими, теряют форму и цвет. Впрочем, достаточно, чтобы продукт продержался 12 месяцев, ведь потом начнется новый сезон и будет новый урожай.

ФЕРМЕНТАЦИЯ ПОД ВАКУУМОМ

Ферментацию можно проводить и в вакуумной упаковке. Принцип тот же, что и при ферментации в банке, сроки тоже не меняются: примерно 14 дней при комнатной температуре и не менее 14 дней дозревания в холодильнике. Но в зависимости от типа вакуумной машины может потребоваться корректировка количества воды. В некоторых вакууматорах для домашнего использования упаковывать жидкость бывает несколько проблематично. Плюс заключается в том, что вакуумные упаковки занимают гораздо меньше места, но, если в пакете образуется много газа, он раздуется, как воздушный шарик. Вместо того чтобы переместить пакет

в холодильник для дозревания, можно на этом этапе переложить содержимое в тщательно обработанные банки.

ПРОБЛЕМЫ

Само собой, иногда все идет не по плану. В этом случае необходимо разобраться, что же произошло и есть ли шансы спасти овощи. Ферментированные овощи не должны иметь запаха брожения или гнили — от них должен исходить свежий запах. Консистенция должна напоминать ту, которой достигают овощи в винегрете, когда он постоит несколько часов, — вроде бы и свежие, но не совсем, как капуста в салате к пицце.

Что же может пойти не так? Один из неприятных моментов — образование дрожжевой пленки. Строго говоря, это не опасно — но и не вкусно. Дрожжевая пленка выглядит как белый мучнистый налет, образующийся в верхней части банки, и пахнет она дрожжами. Если такое произошло, постарайтесь удалить белую пленку, выбросить верхние овощи и протереть внутреннюю часть банки. Затем попробуйте остальные овощи, чтобы убедиться, что у них нет привкуса дрожжей. Если есть, продукт остается только выбросить и начать сначала.

Если вам действительно не повезет, вы можете столкнуться с плесенью. В отличие от дрожжевой пленки, плесень не собирается сверху, а растет небольшими группками в разных местах. Цвет может варьироваться от светлого, почти белого, до голубовато-зеленого. Плесень имеет более пышную текстуру, чем дрожжевая пленка. Если вам не посчастливилось и вы с этим столкнулись, то, увы, путь только один — выкинуть все и начать заново.



Квашеная белокочанная
капуста с тмином



Ферментированный фенхель
с семенами, см. с. 97



Квашеная белокочанная
капуста со шнитт-луком



Ферментированная морковь
с семенами кориандра, см. с. 96

Квашеная белокочанная капуста

1 кг органической бело-
кочанной капусты
100 г натертого органи-
ческого яблока
15 г (1 ст. л.) морской
соли без йода
1/2 ч. л. тмина
или 6 ст. л. мелко наре-
занного шнитт-лука

*Квашеная белокочанная капуста — пожалуй, самый распро-
страненный вариант ферментированных овощей. Это дешево,
ее легко приготовить и можно широко применять. Кроме того,
квашеная капуста очень полезна, поскольку в ней содержится
множество полезных бактерий и витамин С.*

*Эту капусту прекрасно разогреть на сковороде с луком и беко-
ном и подать как классическое блюдо, а можно добавить ее прямо
из банки в ваш салат. Здесь я свел два рецепта в один. Выбирайте
сами, что вы предпочтете — тмин или шнитт-лук. Принцип
один и тот же, но результат получается очень разным. Попро-
буйте оба и решите сами.*

Помойте кочан и разделите на четыре части. Удалите кочерыжку и нарежьте листья как можно более мелкой соломкой. Здесь мож-
но использовать кухонный комбайн, слайсер, сырорезку или нож.

Смешайте капусту с другими ингредиентами и промните ее так,
чтобы выделилось значительное количество жидкости и с капуст-
ной смеси начало капать. Можно оставить капусту на полчаса
или час, прежде чем жать ее, это поможет выпустить жидкость.

После обминания укладывайте капусту в хорошо обработан-
ные банки с плотными крышками или гидрозатвором. Укладывая
каждую порцию, с усилием прижимайте капусту, чтобы жидкость
выступала и покрывала ее. В верхней части банки оставьте 4–5 см
пространства.

Когда вся капуста уже в банке, можно положить сверху гнет
или полиэтиленовый пакет, заполненный 1,5%-ным соляным
раствором, чтобы капуста оставалась под поверхностью рассо-
ла. Затем оставьте банку при комнатной температуре примерно
на 14 дней. Если вы используете плотную крышку, вам придется
время от времени выпускать образующийся газ.

Через 14 дней капусту можно есть, но лучше оставить в холо-
дильнике дозревать еще на месяц-другой. При хранении в холо-
дильнике капуста простоит до следующего лета.

Ферментированная морковь с семенами кориандра

Я всегда считал, что морковь и семена кориандра — удачное сочетание. Морковь, которая долго жарилась на сливочном масле с добавлением в конце жареных и грубо перемолотых семян кориандра, — это исключительно вкусно. Так что мне показалось естественным заквасить морковь, добавив к ней семена. Это работает! Попробуйте сами и проверьте, какие будут ощущения. По осени мы подаем такую морковь в нашем ресторане как гарнир к отварному крабу. Легкий цветочный привкус семян кориандра и сладость моркови великолепно сочетаются с насыщенным вкусом крабового мяса. Попробуйте также заменить семена кориандра на 1 ст. л. тмина — в таком виде морковь хорошо сочетается с твердым сыром или сырным кремом.

500 г органической
моркови
2 ст. л. семян кориандра
500 мл воды
15 г (1 ст. л.) морской
соли без йода

Хорошенько промойте морковь с помощью щетки для корнеплодов. Сложите морковь и семена кориандра в тщательно обработанные стеклянные банки с плотными крышками или гидрозатвором, залейте водой с солью. Оставьте в верхней части банки несколько сантиметров свободного пространства. Осторожно встряхните, чтобы соль растворилась.

Теперь можно положить сверху гнет или пакет, заполненный 1,5%-ным раствором соли, чтобы осталось как можно меньше воздуха и морковь была покрыта жидкостью.

Оставьте банку при комнатной температуре примерно на 14 дней. Если вы используете плотную крышку, вам придется время от времени выпускать образующийся газ.

Через 14 дней морковь можно есть, но лучше оставить в холодильнике дозревать еще на неделю-другую. Невскрытые банки хранятся не менее 6 месяцев.

Ферментированный фенхель с семенами

500 г фенхеля
100 г листьев белоко-
чанной капусты
1 ст. л. семян фенхеля
400 мл воды
15 г (1 ст. л.) морской
соли без йода

*Ферментированный фенхель великолепно сочетается со всеми ви-
дами рыбы в составе сложного гарнира. Его можно подать, напри-
мер, к копченой скумбрии, гольцу гриль или жаренному на сковороде
окуню. Однако столь же удачно фенхель смотрится в салсе к тако
или как добавка в сочное жаркое осенью или зимой.*

Нарежьте фенхель до желаемого размера или оставьте целым, если он мелкий. Сложите вместе с цельными листьями белокочанной капусты и семенами фенхеля в тщательно обработанную банку с плотной крышкой или гидрозатвором. Залейте водой с солью. Оставьте в верхней части банки несколько сантиметров свободного пространства. Осторожно встряхните, чтобы соль растворилась.

Теперь можно положить сверху гнет или пакет, заполненный 1,5%-ным раствором соли, чтобы осталось как можно меньше воз-
духа и овощи были покрыты жидкостью.

Оставьте банку при комнатной температуре примерно на 14 дней. Если вы используете плотную крышку, вам придется время от времени выпускать образующийся газ.

Затем оставьте фенхель в холодильнике созревать еще на 2 не-
дели. Невскрытые банки хранятся не менее 6 месяцев.



Ферментированный редис с семенами горчицы, см. с. 102



Ферментированный ревень, см. с. 100



Ферментированные листья черемши, см. с. 101

Ферментированные огурчики с семенами укропа, см. с. 103

Ферментированный ревеня

Впервые я попробовал ферментированный ревеня в винном баре в Копенгагене, где его подали с куриной печенью на тосте. После этого я просто не мог не разработать собственный рецепт. Сейчас я уже не могу сказать, получилось ли у меня похоже на оригинал, но это точно вкусно. В свой рецепт я включил свежий чеснок, поскольку они с ревенем вызревают по весне примерно в одно время. Обычно я подаю ревеня к соленым блюдам, таким как салат с козьим сыром или скумбрия гриль. Однако чеснок в рецепте прекрасно можно заменить, например, на имбирь, корицу или кардамон и подать такой ревеня к десерту или с йогуртом на завтрак.

500 г ревеня
5–10 зубчиков чеснока
10 г (около 2 ч. л.) морской соли без йода
500 мл воды

Обмойте ревеня, отрежьте листья и невзрачные части. Очистите зубчики чеснока и разделите каждый пополам.

Смешайте все ингредиенты в тщательно обработанной стеклянной банке с плотной крышкой или гидрозатвором и осторожно встряхните, чтобы соль растворилась.

Теперь можно положить сверху гнет или пакет, заполненный 1,5%-ным раствором соли, чтобы осталось как можно меньше воздуха и ревеня был покрыт жидкостью.

Оставьте банку при комнатной температуре примерно на 10 дней. Если вы используете плотную крышку, вам придется время от времени выпускать образующийся газ.

Через 10 дней ревеня готов, но его хорошо оставить в холодильнике дозревать еще на неделю. Невскрытые банки хранятся не менее 6 месяцев.

Ферментированные листья черемши

400 г листьев черемши
100 г белокочанной капусты
15 г (одна ст. л.) морской соли без йода
500 мл воды

Из-за того что сезон черемши так короток, я пытался консервировать листья всеми возможными способами. Я консервировал их с растительным маслом и солью, сушил и измельчал в порошок. Само собой, это совсем не то и вкуса свежей черемши не заменяет. А вот ферментированный вариант хорош! Конечно, и он не сравнится со свежей черемшой, но все же чувство, когда через полгода после окончания сезона открываешь банку с ферментированными листьями, трудно передать словами. Тем более что как раз идет полным ходом сезон грибов. Порежьте парочку ферментированных листьев и смешайте с жареными лисичками — супервкусно! Листья хорошо также подавать к белокочанной капусте, пожаренной на сливочном масле. В банку с черемшой я обычно кладу пару листьев белокочанной капусты, чтобы запустить процесс ферментации. Само собой, эту капусту тоже можно есть.

Аккуратно обмойте листья черемши, держа за стебли.

Положите листья белокочанной капусты на дно тщательно обработанной стеклянной банки с плотной крышкой или гидрозащитой. Постарайтесь вложить листья в банку как букет тюльпанов и оставьте в верхней части банки несколько сантиметров свободного пространства.

Смешайте воду с солью в глубокой миске, пока соль не растворится, затем залейте этой смесью листья в банке.

Теперь можно положить сверху гнет или пакет, заполненный 1,5%-ным раствором соли, чтобы осталось как можно меньше воздуха и листья были покрыты жидкостью.

Оставьте банку при комнатной температуре примерно на 14 дней. Если вы используете плотную крышку, вам придется время от времени выпускать образующийся газ.

Через 14 дней черемша готова, но ее хорошо оставить в холодильнике дозревать еще на 2 недели. Невскрытые банки хранятся не менее 6 месяцев.

Ферментированный редис с семенами горчицы

Великолепное дополнение к сырной тарелке или мясной нарезке. Можно также подать к коктейлю — прямо в банке. Редис сейчас можно купить круглый год, однако лучше готовить его в сезон. В это время он дешевле, перевозится недалеко и гарантированно самый вкусный. Ферментированный редис я впервые попробовал в баре Tartine в Сан-Франциско. Мне тогда показалось, что это нереально вкусно. Впрочем, кажется, в том рецепте не было семян горчицы, но редис и семена горчицы имеют один и тот же тип остроты и прекрасно сочетаются.

500 г редиса
1 ч. л. коричневых
семян горчицы
1 ч. л. желтых семян
горчицы
500 мл воды
15 г (1 ст. л.) морской
соли без йода

Редис можно оставить целым, но надо хорошо вымыть и убрать верхушки. Сложите редис и семена горчицы в тщательно обработанную банку с плотной крышкой или гидрозатвором. Залейте водой с солью. Оставьте в верхней части банки несколько сантиметров свободного пространства. Осторожно встряхните, чтобы соль растворилась.

Теперь можно положить сверху гнет или пакет, заполненный 1,5%-ным раствором соли, чтобы осталось как можно меньше воздуха и овощи были покрыты жидкостью.

Оставьте банку при комнатной температуре примерно на 14 дней. Если вы используете плотную крышку, вам придется время от времени выпускать образующийся газ.

Через 14 дней редис готов, но его лучше оставить в холодильнике дозревать еще на 2 недели. Невскрытые банки хранятся не менее 6 месяцев.

Ферментированные огурчики с семенами укропа

500 г корнишонов
или обычных огурцов,
нарезанных кусочками
½ ст. л. семян укропа
2 листа смородины, что-
бы огурцы получились
хрустящими
1 зубчик чеснока, поре-
занный пополам
500 мл воды
15 г (1 ст. л.) морской
соли без йода

*Для этого рецепта я обычно беру самые мелкие огурчики, на-
пример корнишоны. Но можно использовать и обычные огурцы
небольшого размера. Эти огурчики хорошо порезать в соус
тартар или ремулад, подать к белой рыбе, цветной капусте
или сельдерее, жаренным во фритюре. Особенно вкусны огурчи-
ки с паштетом и тостом.*

Хорошо промойте огурцы. Затем проколите их несколько раз, чтобы соль могла проникнуть внутрь. Сложите огурцы, семена укропа и листья черной смородины в тщательно обработанную банку с плотной крышкой или гидрозатвором. Залейте водой с солью. Оставьте в верхней части банки несколько сантиме- тров свободного пространства. Осторожно встряхните, чтобы соль растворилась.

Теперь можно положить сверху гнет или пакет, заполненный 1,5%-ным раствором соли, чтобы осталось как можно меньше воздуха и овощи были покрыты жидкостью.

Оставьте банку при комнатной температуре примерно на 14 дней. Если вы используете плотную крышку, вам придется время от времени выпускать образующийся газ.

Через 14 дней огурцы готовы, но их лучше оставить в хо- лодильнике дозревать еще на 2 недели. Невскрытые банки хранятся не менее 6 месяцев.



Ферментированная свекла с анисом, см. с. 106



Ферментированная свекла с анисом

Такой свеклой всегда приятно угощать гостей. Отчасти потому, что это нечто среднее между сырой и вареной свеклой, поскольку она слегка размягчается при ферментации, отчасти же потому, что люди обычно принимают ее поначалу за классическую маринованную свеклу. Впрочем, я никогда не пытался сделать из нее свекольный салат к бутерброду с фрикадельками, хотя, возможно, это и получилось бы. Эту свеклу я обычно подаю к сырому мясу, тартару или карпаччо, но она великолепно сочетается также с жаренной на сковороде или на углях рыбой.

500 г очищенной свеклы
1 ст. л. семян аниса
500 мл воды
15 г (1 ст. л.) морской соли без йода

Нарежьте свеклу кусками желаемой величины. Если корнеплоды мелкие, их можно оставить целыми. Сложите свеклу и семена аниса в обработанную банку с плотной крышкой или гидрозатвором и залейте водой с солью. Оставьте в верхней части банки несколько сантиметров свободного пространства. Осторожно встряхните, чтобы соль растворилась.

Теперь можно положить сверху гнет или пакет, заполненный 1,5%-ным раствором соли, чтобы осталось как можно меньше воздуха и овощи были покрыты жидкостью.

Оставьте банку при комнатной температуре примерно на 14 дней. Если вы используете плотную крышку, вам придется время от времени выпускать образующийся газ.

Через 14 дней свекла готова, но ее лучше оставить в холодильнике дозревать еще на месяц. Невскрытые банки хранятся не менее 6 месяцев.

Кимчи из редиса

500 г редиса
2 порезанные кольцами
луковицы шалота
15 г имбиря, очищенно-
го и мелко порезан-
ного
15 г мелко порезанного
чеснока
10 г (около 2 ст. л.) коч-
ху-кару — корейских
хлопьев чили
15 г (1 ст. л.) морской
соли без йода
500 мл воды

Кимчи существует в бесчисленном количестве вариантов, однако самый распространенный — кимчи из китайской капусты. А я попытался сделать кимчи из редиса, и получилось очень удачно. Я люблю, когда кимчи довольно жгучее, но вы можете легко управлять остротой, дозируя чили по собственному вкусу. Этот редис я обычно подаю целиком как закуску к напиткам или украшаю им жареный рис или лапшу. Еще очень вкусно, если тонко нарезать редис и положить сверху на яичницу с немного жидким желтком, посыпав тертым пармезаном.

Оставьте редис целым или разрежьте пополам, если он крупный. Выложите слоями редис, лук, имбирь, чеснок и чили в тщательно обработанную банку с плотной крышкой или гидрозатвором. Оставьте в верхней части банки несколько сантиметров свободного пространства.

Смешайте воду и соль в глубокой миске и влейте в банку. Осторожно встряхните, чтобы соль растворилась.

Теперь можно положить сверху гнет или пакет, заполненный 1,5%-ным раствором соли, чтобы осталось как можно меньше воздуха и овощи были покрыты жидкостью.

Оставьте банку при комнатной температуре примерно на 14 дней. Если вы используете плотную крышку, вам придется время от времени выпускать образующийся газ.

Через 14 дней кимчи готово, но его лучше оставить в холодильнике дозревать еще на неделю. Невскрытые банки хранятся не менее 6 месяцев.



Кимчи из брюквы



Кимчи из редиса, см. с. 107

Кимчи из брюквы

600 г брюквы, нарезанной тонкими кружками

1 порезанная кольцами головка репчатого лука

15 г имбиря, очищенного и мелко порезанного

15 г мелко натертого чеснока

10 г (около 2 ст. л.) кочу-кару — корейских хлопьев чили

15 г (1 ст. л.) морской соли без йода

300 мл воды

Очень удачный вариант кимчи. Тонко нарезанная брюква получается приятной по вкусу и текстуре и к тому же интересно выглядит. Отличное дополнение к пибимпану или булочкам.

Почистите брюкву и нарежьте как можно тоньше. Здесь можно использовать кухонный комбайн, слайсер, сырорезку или нож.

Сложите слоями брюкву, лук, имбирь, чили и чеснок в тщательно обработанную банку с плотной крышкой или гидрозащитой. Оставьте в верхней части банки несколько сантиметров свободного пространства.

Смешайте воду и соль в высокой миске и влейте в банку. Осторожно встряхните, чтобы соль растворилась.

Теперь можно положить сверху гнет или пакет, заполненный 1,5%-ным раствором соли, чтобы осталось как можно меньше воздуха и овощи были покрыты жидкостью.

Оставьте банку при комнатной температуре примерно на 14 дней. Если вы используете плотную крышку, вам придется время от времени выпускать образующийся газ.

Через 14 дней брюква готова, но ее лучше оставить в холодильнике дозревать еще на пару недель. Невскрытые банки хранятся не менее 6 месяцев.

Ферментированный соус чили

Хороший базовый рецепт соуса чили со сладкой ноткой за счет яблока. Разумеется, этот рецепт можно дорабатывать и добавлять к нему разные вкусы. Среди прочего, я экспериментировал с такими приправами, как эстрагон и тимьян, а также с апельсином и цедрой лайма. Пробуя разное, вы найдете свой любимый вариант. Этот соус чили подходит практически ко всему — своего рода «кетчуп для взрослых», которым вы легко начнете злоупотреблять. Его можно подавать к бургерам, тако, лапше и кебабу — одним словом, почти к любому блюду. В нем содержится масса полезных овощей и никакого сахара и прочей ерунды, так что вы можете злоупотреблять им со спокойной совестью.

500 г чили, выберите сорт в зависимости от желаемой жгучести соуса
100 г очищенных зубчиков чеснока
100 г яблок
300 мл воды
20 г (4 ч. л.) морской соли без йода

Порежьте чили, чеснок и яблоко маленькими кусочками в кухонном комбайне и смешайте с водой и солью.

Выберите тщательно обработанную банку с плотной крышкой, которая заполнится почти доверху, так что внутри останется минимальное количество кислорода. В данном случае избыточного давления не образуется, так что запас места в верхней части банки оставлять не обязательно.

Держите при комнатной температуре примерно 14 дней.

Слейте, но сохраните жидкость и перемешайте овощи.

Разбавьте жидкостью до желаемой консистенции.

Залейте в тщательно обработанную бутылку и поставьте в холодильник дозревать еще на 14 дней. В холодильнике хранится не менее 6 месяцев.



Смешанный в миксере и несмешанный ферментированный соус чили



ПРОЧЕЕ





ПРОЧЕЕ

В этой части собраны разные рецепты заготовок, которые хорошо иметь в холодильнике или в кладовой в долгие зимние месяцы. Здесь найдется все — от грибного «соевого» соуса до пасты тахини, от острого соуса до черники на спирту.



Мюсли из черной смородины
и семян, см. с. 124

Тахини из семян подсолнечника

500 г семян подсол-
нечника
50 мл рафиниро-
ванного расти-
тельного масла
соль

Тахини из подсолнечных семечек пригодится для тех рецептов, куда вы обычно добавляете тахини из кунжута: в соусах, хумусе или в смесях с йогуртом. Эту пасту можно также смешать с небольшим количеством воды и вскипятить как подсолнечные сливки или добавить в жаркое из овощей и грибов. Подойдет тем, кто избегает традиционных молочных продуктов.

Включите духовку с конвектором на 150 градусов.

Обжарьте подсолнечные семечки на противне на листе пекарской бумаги примерно 20 минут.

Смешивайте в кухонном комбайне очищенные семена и растительное масло примерно 10 минут, пока не получится густая однородная масса. Она разогреется и станет более маслянистой, когда высвободится масло из семечек. Добавьте соль по вкусу.

Храните тахини в холодильнике в тщательно обработанной банке с плотной крышкой. Хранится не менее 6 месяцев, однако, если паста долго простояла в холодильнике, проверьте, не прогоркли ли семечки.

Грибной бульон

1 кг шампиньонов
100 мл воды
1 ст. л. соли

Этот бульон подходит почти ко всему. Его можно взять как основу для приготовления пасты, ризотто, жаркого, супа с вермишелью или подавать отдельно, добавив пряно-вкусовые травы вроде любистока или эстрагона. Такой бульон прекрасно сочетается также с устрицами, мидиями и различными видами морских водорослей. Сделайте большую порцию и заморозьте впрок. Если вы любите грибы, то не пожалеете об этом. Из набора продуктов в этом рецепте получается 500–600 мл бульона.

Хорошо промойте шампиньоны, нарежьте тонкими ломтиками и выложите в форму для запекания.

Залейте водой с солью, накройте крышкой или жаропрочной фольгой. Другой вариант — вакуумная упаковка.

Запекайте грибы в паровой духовке 12 часов при 100 градусах или при 120 градусах в обычной духовке.

Процедите грибной бульон из формы в кастрюлю, вскипятите и при желании добавьте еще соли. Отцеженные грибы вы можете высушить и измельчить в порошок либо положить в суп или соус болоньезе. Вкус немного напоминает маринованные шампиньоны.

Грибной бульон хранится в холодильнике всего несколько дней, так что рекомендую держать его в морозилке в небольших упаковках и использовать по потребности.



Тахини из семян подсолнечника, см. с. 115



Грибной «соевый» соус



Грибной бульон, см. с. 115

Грибной «соевый» соус

1 кг шампиньонов
2 ч. л. соли

Строго говоря, это не соевый соус в буквальном смысле слова, но очень хорошая вкусовая добавка, которую можно использовать так же, как японский соевый соус. Попробуйте придать ему новые оттенки при помощи душистого перца, лаврового листа или гвоздики. Я же предпочитаю естественный вкус грибов и просто использую другие добавки одновременно с соевым соусом.

Тщательно промойте шампиньоны и смешайте их с солью до состояния крема в кухонном комбайне. Затем размажьте тонким слоем по дну формы для запекания или противня, накройте пищевой пленкой и поставьте в холодильник.

На следующий день поверхность крема почернеет, поскольку он окислится. Перемешайте почерневшее с остальным кремом, так у соуса получится красивый цвет и отличный вкус. Повторяйте эту процедуру 7 дней подряд.

Через 7 дней запеките крем на водяной бане в форме для запекания, закрыв жаропрочной пленкой или фольгой, при 120 градусах в духовке с конвектором в течение 3 часов.

Процедите через кофейный фильтр и добавьте соли, если необходимо.

Храните соус в холодильнике в тщательно обработанных плотно закрытых бутылках. Срок хранения — около 1 месяца. Когда вы откупорили бутылку, можно заморозить соус в виде небольших кубиков и использовать их по мере необходимости. Кубики хранятся в морозилке не менее 6 месяцев.

Сальса брава

Пататас бравас — одно из самых популярных блюд во всей Испании. Оно состоит из картофеля, жаренного во фритюре, который подается с айоли и дополняется острым томатным соусом сальса брава. Прекрасный рецепт, когда вокруг много спелых томатов.

Начните с того, что подкоптите чили до чуть подгорелого состояния на сухой горячей сковороде или над газовой горелкой.

Обжарьте лук на растительном масле на небольшом огне, не давая ему изменить цвет, примерно 10 минут. Добавьте чеснок и жарьте еще 5 минут. Добавьте чили, томаты, порошок паприки и винный уксус.

Варите на слабом огне примерно 30 минут, посолите и поперчите.

Теперь выбирайте, хотите ли вы смешать его в комбайне до однородной массы или оставить немного текстуры. Можно и так и так — мне подавали пататас бравас в самых разных вариантах. Вы можете перемолоть половину и оставить половину кусочками.

Разложите соус в небольшие хорошо обработанные стеклянные бутылки или банки с плотными крышками, обработайте их паром или прокипятите 10 минут.

Соус хранится в холодильнике не менее 6 месяцев, но после вскрытия бутылки — всего неделю.

- 1 красный перец чили, мелко нарезанный
- 1 порезанная головка репчатого лука
- 3 ст. л. оливкового масла
- 2 зубчика нарезанного чеснока
- 400 г томатов, немного перемешанных в кухонном комбайне
- 1 ч. л. порошка копченой паприки
- 1 ст. л. хересного уксуса
- соль и свежемолотый перец



Софрито, см. с. 120

Сальса брера

Софрито

Софрито — это своеобразная паста, входящая в состав блюд традиционной кухни Испании, Италии и Франции. В ней всегда содержатся лук, чеснок и помидоры, иногда морковь, сельдерей или фенхель. Рецепты варьируются в зависимости от того, откуда они родом. Софрито часто добавляют в жаркое или супы с фасолью и рисом. Ниже приводится вариант, который я привез из Каталонии.

Измельчите чеснок в комбайне до состояния пюре. Обжарьте чесночное пюре в кастрюле на растительном масле. Затем смешайте в комбайне лук и добавьте его в кастрюлю, когда чеснок начнет приобретать цвет. Положите приправы, уменьшите нагрев и жарьте, пока все не приобретет карамельную окраску. Добавьте помидоры и варите около 45 минут, время от времени перемешивая.

Посолите и переложите в тщательно обработанные стеклянные банки с плотными крышками. Закрыв крышками, прокипятите банки 5 минут. Дайте остыть, храните в холодильнике.

Срок хранения — не менее 6 месяцев, но после открывания банки — всего неделю. Если вы открыли банку, но не собираетесь использовать весь соус, то можете заморозить его небольшими порциями.

5 очищенных зубчиков чеснока
100 мл оливкового масла
1 кг нарезанного репчатого лука
1 веточка тимьяна, мелко порубить листья
1 веточка розмарина, мелко порубить листья
1 лавровый лист
300 г свежих томатов, перемолотых в кухонном комбайне
соль

Острый соус

Острый соус я всегда держу в холодильнике и использую почти ко всему. Этот вариант напоминает соус шрирача, только гораздо вкуснее. Сделайте большое количество, это поможет вам продержаться до следующего лета, но разлейте соус по маленьким емкостям, чтобы его удобнее было хранить.

Обжарьте чили и чеснок на растительном масле без изменения цвета, примерно 5 минут. Добавьте мед и винный уксус и варите все вместе около 5 минут. Посолите и перемешайте до однородной консистенции в кухонном комбайне.

Разлейте соус в тщательно обработанные стеклянные бутылки с плотными крышками. Охладите бутылки и поставьте в холодильник. Соус можно использовать сразу же, но со временем он станет вкуснее.

Хранится в холодильнике не менее 6 месяцев, после открывания бутылки — примерно 1 месяц.

200 г перцев чили на выбор, без семян, кусочками (оригинальная версия делается на основе красного халапеньо)
80 г чеснока, очищенного и разделенного пополам
1 ст. л. рафинированного рапсового масла
50 г меда
150 мл яблочного уксуса
соль

Пикада

2 г шафрановых
тычинок
120 г листьев пе-
трушки
2 зубчика чеснока,
очищенных и раз-
деленных пополам
100 мл оливкового
масла
80 г лесного ореха,
очистить от скор-
лупы и обжарить

*Соус широко применяется в Каталонии для придания вкуса жарко-
му или супу. Можно заморозить небольшими кубиками и бросать
в рыбный или овощной суп под конец варки для придания свежего
вкуса.*

Положите шафрановые тычинки в пакетик из фольги и запекайте в духовке при 150 градусах примерно 5 минут.

Затем соедините в глубокой миске с другими ингредиентами и смешайте миксером до однородной консистенции.

Хранится до 1 недели в холодильнике и примерно 6 месяцев в морозилке.

Мюсли из айвы с миндалем

250 г миндаля, очи-
щенного от скор-
лупы и кожицы
250 г плодов айвы
соль

*Такие мюсли прекрасно подходят к жареным корнеплодам или гриб-
ным блюдам. Айва содержит природную кислоту и очень хороша,
когда надо добавить в блюдо кислинку, не используя винный уксус
или лимон.*

Смешайте миндаль с 2 столовыми ложками воды и небольшим количеством соли. Обжарьте 15 минут на противне, покрытом пекарской бумагой, в духовке при 150 градусах с конвектором или при 160 градусах обычного нагрева. Достаньте из духовки и немного остудите.

Измельчите жареный миндаль в комбайне на режиме пульсации в крупную крошку.

Очистите айву от кожуры и семян, натрите на мелкой терке и до-
бавьте к миндалю.

Снова распределите по пекарской бумаге и запекайте в духовке 10 минут при 150 градусах.

Теперь на противне образовалась лепешка. Достаньте противень и раскрошите ее на кусочки. Запекайте их еще 5 минут.

Убавьте температуру до 50 градусов с конвектором или 60 обыч-
ного нагрева и сушите еще 12 часов. Дайте остыть.

Храните мюсли в банке с плотной крышкой в кладовой. Срок хранения — примерно 6 месяцев.



Мюсли из черной смородины и семян, см. с. 124

Мюсли из айвы с миндалем, см. с. 121

Мюсли из кудрявой капусты с лесным орехом

Мюсли из кудрявой капусты с лесным орехом

300 г лесного ореха
200 г кудрявой капусты
соль

Впервые я подал этот вариант мюсли к блюду с устрицами и морской капустой. Минеральные тона устриц отлично сочетались с кудрявой капустой, а ореховое масло в жареном фундуке давало вкус готового блюда. Эти мюсли также великолепно подходят для украшения ризотто или пасты, их можно подать к блюдам, в которых содержится сыр.

Запекайте лесные орехи на противне, покрытом пекарской бумагой, 15 минут при 150 градусах с конвектором или 160 градусах обычного нагрева. Достаньте из духовки и остудите.

Положите орехи на кухонное полотенце и обомните, чтобы снять большую часть шелухи.

Добавьте в орехи 2 столовые ложки воды и немного соли и запекайте еще 5 минут.

Измельчите орехи в комбайне на режиме пульсации в крупную крошку.

Оторвите листья кудрявой капусты от стебля и обработайте паром в течение 2 минут или опустите на 1 минуту в кипящую воду.

Измельчите капусту миксером до консистенции пюре и смешайте с дроблеными орехами. Снова распределите все по пекарской бумаге и запекайте в духовке 10 минут при 150 градусах.

Теперь на противне образовалась лепешка. Достаньте противень и раскрошите ее на кусочки. Запекайте кусочки еще 5 минут.

Убавьте температуру до 50 градусов с конвектором или 60 обычного нагрева и сушите еще 12 часов. Дайте остыть.

Храните мюсли в банке с плотной крышкой в кладовой. Срок хранения — примерно 6 месяцев.

Мюсли из черной смородины и семян

Эти мюсли я подаю к блюдам из свеклы. Сочетание свеклы с черной смородиной — это та комбинация, к которой я часто возвращаюсь. Черная смородина хорошо уравнивает насыщенный вкус, присущий свекле.

Смешайте семечки с 2 столовыми ложками воды и небольшим количеством соли. Обжарьте на противне, покрытом пекарской бумагой, 15 минут в духовке при 150 градусах с конвектором или при 160 градусах обычного нагрева.

Измельчите семена в комбайне на режиме пульсации в крупную крошку.

Смешайте ягоды миксером до консистенции крема и добавьте в измельченные семена.

Снова распределите все по пекарской бумаге и запекайте в духовке 10 минут при 150 градусах.

Теперь на противне образовалась лепешка. Достаньте противень и раскрошите ее на кусочки. Запекайте их еще 5 минут.

Убавьте температуру до 50 градусов с конвектором или 60 обычного нагрева и сушите еще 12 часов. Дайте остыть.

Храните мюсли в банке с плотной крышкой в кладовой. Срок хранения — примерно 6 месяцев.

125 г семян подсол-
нечника
125 г семян тыквы
250 г черной сморо-
дины
соль

Ром-изюм из сушеной черники

Великолепное дополнение к шарiku ванильного мороженого, прекрасно смотрится и как украшение на черничном пироге. Храните ром-изюм в кладовке. Он может долежать до следующего сезона черники, но, скорее всего, закончится гораздо раньше.

500 г черники
3 ст. л. сахара
или меда
500 мл аквавита

Распределите чернику тонким слоем по противню, покрытому пекарской бумагой, и сушите в духовке или сушильном шкафу при 50 градусах примерно 24 часа.

Добавьте в алкоголь сахар или мед и смешайте с ягодами. Сложите все это в стеклянную банку и оставьте при комнатной температуре. Подождите 1 неделю, прежде чем снимать пробу. Хранится до следующего ягодного сезона.

Ром-изюм из сушеной черники





Грецкие орехи на хлебной закваске

100 мл ржаной
закваски
300 г ржаной муки
500 мл воды
500 г грецких орехов

Этот рецепт родился после того, как я просмотрел на YouTube множество клипов про японцев, которые ферментируют разные овощи при помощи кислого теста на основе рисовых отрубей. Тут мне пришла в голову мысль, что сырье можно ферментировать и при помощи обычной хлебной закваски, и я начал экспериментировать с разными овощами, пшеничной мукой, ржаной мукой, выдерживая разное время. Признаю, далеко не все получилось. Большая часть овощей приобретала агрессивный кислый вкус. Морковь заквасилась хорошо, однако лично мне кажется, что она получается вкуснее, если законсервировать ее, как обычно, в соленом рассоле. Потом мне пришла идея поэкспериментировать с орехами и семечками, и тут стало по-настоящему интересно. Чтобы сбалансировать кислоту, стоит их потом поджарить. Я пробовал ферментировать таким образом большинство орехов, и пока результат получается хороший. Возможно, следует немного изменить время, которое они пролежат в хлебной закваске, в зависимости от размера орехов.

Сначала подкормите или активируйте закваску. Смешайте муку и воду с закваской в глубокой миске и оставьте при комнатной температуре примерно на 12 часов.

Положите в закваску орехи.

Через 2 дня утопите те орехи, которые всплыли на поверхность, и оставьте всё стоять еще 5 дней.

Хорошо отмойте орехи от закваски и обжарьте в духовке при температуре 150 градусов 15 минут. Затем сушите орехи в духовке 12 часов при 50 градусах. Можно просто засушить орехи, пропустив обжарку, тогда они останутся более кислыми.

Храните орехи в кладовой в банке с плотной крышкой. Срок хранения — примерно 6 месяцев.

Черный чеснок

Основная концепция — запекать чеснок или держать его на постоянном нагреве в 55–60 градусов от 6 недель до 3 месяцев. Самый простой способ осуществить это в домашних условиях — задействовать рисоварку. Однако лучше не делать этого в помещении, так как запах чеснока будет стоять очень сильный. К тому же ваша рисоварка будет занята целых два месяца... Но, если вам все удастся, вы получите потрясающий продукт, утративший острый вкус чеснока. Вместо этого он обладает приятным карамельным, немного цветочным привкусом, напоминающим лакрицу. Черный чеснок можно применять везде, куда вы обычно добавляете обычный чеснок: в майонезе, маринадах, заправках, супах и тушеных блюдах. Но интереснее всего использовать его для придания вкуса мороженому или шоколадному трюфелю. Приготовленный таким образом чеснок хранится в холодильнике в вакуумной упаковке или в банке с плотной крышкой примерно 1 месяц.

1 кг органического
чеснока

В рисоварке

Упакуйте чеснок в большое количество фольги или вакуумную упаковку и положите пакетики в рисоварку, установленную на режим подогрева. На дно чаши положите немного фольги, чтобы лучше изолировать пакетики от нагревательного элемента, иначе они могут обгореть. Дождитесь, пока чеснок станет черным и мягким, примерно 7–9 недель.

В сушильном шкафу

Если вы выбрали сушильный шкаф, то важно упаковать чеснок в вакуумную упаковку или, по крайней мере, в большое количество пищевой пленки, иначе он высохнет. В целом же все происходит так же, как и с рисоваркой.



БЛЮДА



БЛЮДА

Здесь я собрал идеи закусок и полноценных блюд с использованием запасов из кладовой, которую я пополнял в течение теплой половины года. Когда готовишь в зимние месяцы, еда частенько получается довольно унылой. И тут очень кстати добавить заготовки, припасенные с лета. Возможно, это будет просто винный уксус с особым вкусом, или соль с приправами, или маринованные либо ферментированные овощи, которые вместе с другими продуктами создадут целое блюдо.

Некоторые из этих рецептов — варианты блюд, которые я подаю в ресторане, другие — то, что я готовлю дома для семьи. При малейшей возможности я использую соль, винный уксус, заготовки и масла из первой части книги, и их, разумеется, можно заменять другими аналогичными продуктами. Например, масло на черемше вы можете заменить маслом со вкусом тех трав, которые вам больше нравятся, а ферментированную морковь — быстро замаринованной. Просто расслабьтесь и творите, экспериментируя со вкусами. Ведь, в конце концов, речь идет всего лишь о еде.

ЗАКУСКИ

Запеченный топинамбур 134
с эмульсией из черемши, маринованными лесными грибами и голландской чечевицей

Цикорий салатный 137
с тартаром из ферментированной хрустящей свеклы, сыром с благородной плесенью и солью с гибискусом

Жареный хлеб 138
с острым соусом, маринованными белыми грибами и цукини, майонезом с любистком и сушеной петрушкой

Козий сыр, жаренный во фритюре, 141
с картофелем, квашеной капустой и соусом сальса брава

Жареный артишок 142
с сальсой на основе маринованных семян испанского кервеля

Лук-порей и ферментированный фенхель, 143
жаренные во фритюре с хлебной закваской, с соусом ремулад на основе консервированных еловых побегов

ОСНОВНЫЕ БЛЮДА

Картофель амандин 146
толченный, с грибным «соевым» соусом, маринованным перцем чили, топленым сливочным маслом, подкопченными сквашенными сливками, жареными грибами портобелло и жаренной во фритюре картофельной соломкой с розмариновой солью

Коническая капуста, жаренная на сливочном масле, 150
с яичницей, каперсами из бузины, мюсли из кудрявой капусты с лесным орехом и тертым твердым сыром

Свекла, запеченная с черной смородиной, 151
с мягким козьим сыром, листьями радичио в смородиновом соусе и мюсли из черной смородины

Баклажан, запеченный на углях, 153
глазированный уксусом барбекю и маслом на жженом сене, с жареной гречкой, кремом из кориандра и сыром фета

Корень сельдерея, обжаренный в пивном кляре, с карамелизированным йогуртом, салатом из сельдерея, солеными лимонами, листьями петрушки и заатаром	154
Вёшенки с морковным кремом, мясли из айвы с миндалем, ферментированной морковью и порошком из брусники	157
Цветная капуста, тушенная с цикорием, с каперсами из черемши, жареным ржаным хлебом и ферментированными грецкими орехами	160
Подкопченная капуста брокколи с растительным маслом на основе зеленых ягод можжевельника, с жареной черной тосканской капустой, пюре из стеблей брок- коли, яблоком в винном уксусе с ревенем и бобами	161
Репчатый лук, запеченный с солью, с кремом из скорцонеры, ферментированной черемшой, жарены- ми корнями скорцонеры с крапивной солью и сушеными цветка- ми лука	162
Брюссельская капуста, жаренная во фритюре, с бузинным уксусом, запеченным мягким козьим сыром, капер- сами из бузины, консервированным сладким перцем и пюре из желтого гороха	165
Картофель со сливочным маслом и жареным шнитт-луком, эмульсией из черного чеснока, тертыми сырыми шампиньонами и сушеным желтком	167
Нут, варенный в софрито, грибном бульоне и пикаде, с консервированным вороночником рожковидным и орешками пинии	168
Фалафель с зеленым горошком, чипсами из кудрявой капусты, марино- ванным турнепсом, соусом с тахини из семян подсолнечника, ферментированным соусом чили, йогуртом и сушеным зеленым горошком	171

ЗАПЕЧЕННЫЙ ТОПИНАМБУР с эмульсией из черемши, маринованными лесными грибами и готландской чечевицей

Это оптимальный способ сервировки топинамбура, поскольку большая часть вкуса сосредоточена в кожуре. Здесь я использовал масло на черемше и консервированные грибы из кладовой, но можно взять и другое масло на травах или рафинированное масло, смешав его со свежими мелко порубленными травами. Консервированные грибы придадут кислинку, их можно заменить другими консервированными овощами, такими как корнишоны или морковь. Если вам не удастся достать готландскую чечевицу, можно использовать любую другую сушеную чечевицу, например сорта белуга.

4 порции

ТОПИНАМБУР

500 г топинамбура одинакового размера
2 ст. л. рафинированного растительного масла + 1 литр для фритюра
соль

Тщательно вымойте и выскоблите топинамбур, но постарайтесь сохранить кожуру неповрежденной. Запекайте топинамбур в жаропрочной форме при 175 градусах до мягкости. Достаньте и немного остудите.

Срежьте кожуру, стараясь сохранить ее большими кусками. Обжарьте кожуру во фритюре до золотисто-коричневого цвета. Сформируйте из кожуры чашечки, пока она горячая.

Разрежьте мякоть топинамбура на мелкие кусочки, дайте остынуть.

МАЙОНЕЗ С ЧЕРЕМШОЙ

50 г (2 крупных или 3 обычных) желтка
20 г (1–2 ст. л.) дижонской горчицы
15 г (1 ст. л.) белого винного уксуса
400 мл масла с черемшой, см. с. 36
соль

Смешайте желток, горчицу и винный уксус при помощи миксера. Добавьте растительное масло во время смешивания — сперва тонкой струйкой, потом более интенсивно. Посолите.

Совет! Если вы не собираетесь использовать майонез в ближайшие часы, подождите добавлять уксус — добавьте его непосредственно перед подачей на стол. В этом случае зеленый цвет лучше сохранится.

ЧЕЧЕВИЦА

200 г готландской чечевицы или любой другой сушеной чечевицы
1 л нейтрального масла для фритюра
соль с лимоном и черным перцем, см. с. 81

Замочите чечевицу в большом количестве воды на 12 часов.

Промойте ее и дайте воде стечь в дуршлаге.

Нагрейте масло до 200 градусов. Жарьте чечевицу во фритюре по 3 минуты в два захода. Выложите на бумажное полотенце и посыпьте солью.

ПРОЧЕЕ

200 г маринованных лесных грибов, см. с. 75

СЕРВИРОВКА

Смешайте кусочки топинамбура и майонез с черемшой (примерно 2 ст. л. майонеза на 100 г запеченного топинамбура). Заполните чашечки этой смесью. Положите сверху грибы и украсьте чечевицей.





ЦИКОРИЙ САЛАТНЫЙ с тартаром из ферментированной хрустящей свеклы, сыром с благородной плесенью и солью с гибискусом

Цикорий с каким-либо соленым наполнителем типа сыра с плесенью или сарделек — классическое блюдо. Здесь я добавил к нему ферментированную свеклу и соль с гибискусом из кладовой. Ферментированная свекла дает особые вкусовые ощущения, а хрустящая корочка жареной свеклы оттеняется кислинкой гибискуса. Само собой, можно изменять рецепт, экспериментируя со вкусами. Попробуйте, например, использовать вместо свеклы квашеную капусту и посыпать сверху картофельными чипсами, добавив соль с розмарином.

4 порции

ЦИКОРИЙ САЛАТНЫЙ

2 кочана красного цикория

Обрежьте у цикория кончики и разберите на листья. Разрежьте листья на порционные куски и промойте холодной водой.

ФЕРМЕНТИРОВАННАЯ СВЕКЛА

200 г ферментированной свеклы, см. с. 106

Перемелите свеклу в мелкую крупу в кухонном комбайне на пульсирующем режиме

СЫР С ПЛЕСЕНЬЮ

100 г сыра с плесенью на выбор

ХРУСТЯЩАЯ СВЕКЛА

200 г свеклы, очищенной и нарезанной соломкой или натертой на терке

1 л рафинированного масла для фритюра
соль с гибискусом, см. с. 82

Жарьте во фритюре небольшими порциями на растительном масле при 160 градусах, пока свекла не приобретет золотистый цвет.

При жарке воспользуйтесь металлическим ситом или дуршлагом. Достаньте пожаренную свеклу, откиньте на бумажное полотенце, дайте стечь лишней жидкости. Посыпьте солью с гибискусом.

Затем подсушите свеклу на противне, покрытом пекарской бумагой, при 50 градусах с конвектором или 60 градусах обычного нагрева примерно 12 часов, чтобы она стала хрустящей.

ПЕРЕД ПОДАЧЕЙ НА СТОЛ

Выложите листья цикория как плошки. Заполните их измельченным сыром, положите сверху молотую ферментированную свеклу и украсьте хрустящей свеклой.

ЖАРЕННЫЙ ХЛЕБ с острым соусом, маринованными белыми грибами и цукини, майонезом с любистокком и сушеной петрушкой

Изначально это был наш традиционный обед в разгар грибного сезона — большой ломоть жареного хлеба на хлебной закваске с жареными белыми грибами и теми же добавками, что и здесь. Когда мне захотелось продлить грибной сезон, я попробовал делать такой же большой бутерброд с консервированными грибами вместо свежих, но получилось слишком сытно. Тогда я сделал небольшие тапас, и вышло отлично. Здесь я использовал острый соус, консервированные белые грибы, консервированные цукини, майонез с любистокком и сушеную петрушку из кладовой. Залогом успеха стали, разумеется, домашний острый соус и майонез, но можно варьировать и сам рецепт. Попробуйте, например, поменять масло с любистокком в майонезе на масло с черемшой и эстрагоном. Или возьмите вместо консервированных грибов и цукини другие консервированные или ферментированные овощи.

4 порции

ЖАРЕННЫЙ ХЛЕБ

8 тонких ломтиков багета на хлебной закваске
1–2 ст. л. сливочного масла

МАЙОНЕЗ С ЛЮБИСТОКОМ

50 г (2 крупных или 3 обычных) желтка
20 г (1–2 ст. л.) дижонской горчицы
15 г (1 ст. л.) белого винного уксуса
400 мл масла на любистоке, см. с. 35
соль

Смешайте желток, горчицу и винный уксус при помощи миксера. Добавьте растительное масло во время смешивания — сперва тонкой струйкой, потом более интенсивно. Посолите.

Совет! Если вы не собираетесь использовать майонез в ближайшие часы, подождите

добавлять уксус — добавьте его непосредственно перед подачей на стол.

ПРОЧЕЕ

100 мл острого соуса, см. с. 120
100 г маринованных цукини, см. с. 58
100 г маринованных белых грибов, см. с. 77
3 ст. л. сушеной петрушки, см. с. 22

ПЕРЕД ПОДАЧЕЙ НА СТОЛ

Порежьте хлеб на ломти желаемой толщины. Обжарьте на масле до получения золотистого цвета. Намажьте на хлеб тонкий слой острого соуса, разложите цукини и грибы. Добавьте капельку майонеза с любистокком — например, при помощи кулинарного шприца — и украсьте сушеной петрушкой.





КОЗИЙ СЫР, ЖАРЕННЫЙ ВО ФРИТЮРЕ, с картофелем, квашеной капустой и соусом сальса брава

Здесь я приготовил разновидность «бомбас» — своеобразных крокетов, очень популярных в Барселоне. Изначальный рецепт сводится к тому, что к давленому вареному картофелю добавляют мясной фарш, жаренный с луком, чесноком и белым вином. Затем из этого теста скатывают шарики, которые жарят в панировке и подают с айоли и острым соусом из сладкого перца. Я заменил несколько ингредиентов в этом рецепте, добавив квашеную капусту и соус сальса брава из кладовой, а также козий сыр. Этот рецепт можно варьировать до бесконечности — попробуйте взять другой вид сыра, овощ или соус и найдите методом проб и ошибок свою любимую комбинацию.

4 порции

ЖАРЕННЫЙ ВО ФРИТЮРЕ КОЗИЙ СЫР, КАРТОФЕЛЬ И КВАШЕНАЯ КАПУСТА

200 г плотного картофеля, желательно сорта
амандин

100 г козьего сыра

50 г квашеной капусты, см. с. 95

100 г пшеничной муки

2 яйца

200 г панировочных сухарей

1 л рафинированного масла для фритюра

соль и свежемолотый черный перец

Сварите картофель в мундире, почистите.

Потолките картофель. Смешайте его с козьим сыром и капустой, добавьте соль и перец по вкусу. Скатайте шарики весом примерно 20 г.

Обваляйте шарики в муке, затем обмакните в яйца, взбитые с небольшим количеством воды, и обваляйте в панировочных сухарях.

ПРОЧЕЕ

200 мл соуса сальса брава, см. с. 118

ПЕРЕД ПОДАЧЕЙ НА СТОЛ

Нагрейте масло до 180 градусов. Обжарьте шарики во фритюре примерно 4 минуты, пока они не приобретут приятный цвет и не прогреются внутри. Положите на бумажные полотенца и дайте стечь маслу. Посолите и подавайте с соусом сальса брава.

ЖАРЕННЫЙ АРТИШОК с сальсой на основе маринованных семян испанского кервеля
(фото на с. 144)

В Швеции большинство поваров варят артишок, но мне кажется, что мой метод дает более насыщенный и менее водянистый вкус. Лучше всего это блюдо получается из мелких плотных артишоков размером не больше 6–7 см. Из кладовой я использовал непроцеженное масло на травах, смешанное с порезанными консервированными семенами испанского кервеля. Анисовый вкус испанского кервеля прекрасно сочетается с жареными артишоками, однако работает и в других сочетаниях. Замените кервель консервированными ягодами бузины — и получите более цветочный вкус, или положите в сальсу обычные каперсы вместо кервеля. Впервые я попробовал такие артишоки в Испании, к ним подавали немного мелко нарезанного чеснока с петрушкой и лимонным соком — супервкусно! Попробуйте сами.

4 порции

ЖАРЕННЫЙ АРТИШОК

8 мелких или 4 крупных артишока
2 веточки тимьяна
2 целых очищенных зубчика чеснока
нейтральное масло
соль

Обрежьте стебель артишока так, чтобы осталось около 3 см. Срежьте 2–3 см с верхушки. Оборвите верхние листья.

Разрежьте артишоки пополам и положите в сковороду разрезом вниз. Жарьте на растительном масле, добавив тимьян и чеснок, под крышкой на среднем огне, пока артишоки не приобретут золотистый цвет и не прожарятся, примерно 10–15 минут. Посолите.

САЛЬСА

50 г шнитт-лука
50 г петрушки
100 мл нейтрального масла
50 г маринованных семян испанского кервеля,
см. с. 64
соль

Смешайте в миксере шнитт-лук, петрушку и растительное масло. Добавьте семена и посолите.

ПЕРЕД ПОДАЧЕЙ НА СТОЛ

Подавайте артишок разрезом сверху. Выложите сальсу по кругу.

**ЛУК-ПОРЕЙ И ФЕРМЕНТИРОВАННЫЙ
ФЕНХЕЛЬ, жаренные во фритюре с хлеб-
ной закваской, с соусом ремулад на осно-
ве консервированных еловых побегов**
(фото на с. 145)

Идея этого рецепта возникла у меня в тот день, когда нам в ресторане подали на обед индийскую пакуру. Существует множество рецептов пакуры, но в большинстве из них присутствует мука из нута, смешанная с различными овощами и приправами. Я попробовал заменить нут хлебной закваской и добавил разные овощи. Самыми удачными показались мне вёшенки с тертым картофелем и вот эта комбинация с луком-пореем и ферментированным фенхелем. И еще я сделал к нему соус ремулад с консервированными еловыми побегами. Вместо еловых побегов можно также покрошить немного кимчи.

4 порции

**ЛУК-ПОРЕЙ И ФЕРМЕНТИРОВАННЫЙ
ФЕНХЕЛЬ, ЖАРЕННЫЕ ВО ФРИТЮРЕ
С ХЛЕБНОЙ ЗАКВАСКОЙ**

200 г лука-порея (1 шт. среднего размера)
100 г ферментированного фенхеля, см. с. 97
3 ст. л. пшеничной муки
100 г хлебной закваски
1 л нейтрального масла для фритюра

Вымойте лук-порея в холодной воде и нарежьте на кусочки длиной примерно 8 см. Разделите их вдоль пополам и нарежьте соломкой. Смешайте порей и фенхель. Обваляйте в муке и тут же смешайте с закваской.

**РЕМУЛАД НА ОСНОВЕ КОНСЕРВИРОВАННЫХ
ЕЛОВЫХ ПОБЕГОВ**

50 г (2 больших или 3 средних) желтка
20 г (1–2 ст. л.) дижонской горчицы

15 г (1 ст. л.) белого винного уксуса
200 мл рафинированного масла
200 мл масла на еловых побегах, см. с. 38
50 г лука-севка, см. с. 54
10 г каперсов из еловых побегов, см. с. 59
соль

Смешайте желток, горчицу и винный уксус в глубокой миске и добавьте растительное масло, не прекращая перемешивать. Сначала лейте тонкой струйкой, потом увеличивайте ее. Порубите лук-севок и еловые побеги, добавьте в майонез. Посолите.

ПЕРЕД ПОДАЧЕЙ НА СТОЛ

Нагрейте масло для фритюра примерно до 180 градусов. Из смеси порея и фенхеля сформируйте небольшие шарики (гнезда). Жарьте во фритюре около 4 минут, пока они не приобретут золотистый цвет и не прогреются внутри. Откиньте на бумажное полотенце и дайте стечь маслу. Посолите и подавайте с ремуладом.





КАРТОФЕЛЬ АМАНДИН толченый, с грибным «соевым» соусом, маринованным чили, топленным сливочным маслом, подкопченными сквашенными сливками, жареными грибами портобелло и жареной во фритюре картофельной соломкой с розмариновой солью

Пару лет назад мы подавали вариант этого блюда в ресторане Кока. Загадочным образом он полюбился закоренелым любителям мяса. Может быть, благодаря картофелю с грибным «соевым» соусом и топленому маслу? Кто знает. Как бы то ни было, это сытное и вкусное вегетарианское блюдо или же отличный гарнир к сочному бифштексу. Из кладовой я использовал грибной «соевый» соус, маринованный перец чили и соль с розмарином. Соус можно купить и в азиатских магазинах, однако готовый солонее моего домашнего, так что будьте осторожны. Консервированный перец чили можно заменить парой капель домашнего острого соуса или кусочками свежего чили.

4 порции

КАРТОФЕЛЬ АМАНДИН

400 г картофеля сорта амандин или другого плотного картофеля
100 мл грибного «соевого» соуса, см. с. 117
50 г топленого масла, см. с. 162
соль с розмарином, см. с. 81
свежемолотый черный перец

Отмойте картофель от земли и сварите в мундире. Очистите картофель и растолките его с соевым соусом, чили и топленным маслом. Посолите и поперчите.

ПОДКОПЧЕННЫЕ СКВАШЕННЫЕ СЛИВКИ

300 мл сливок
соль

Подвесьте сливки в кофейном фильтре на двое суток.

Положите плотную массу в жаропрочную форму или кастрюлю. Поставьте форму на гриль или в коптильный шкаф. Подождите немного щепы для копчения и оставьте примерно на 10 минут. Не давайте слишком прогреться, иначе сквашенные сливки свернутся. Посолите.

ЖАРЕННЫЕ ГРИБЫ ПОРТОБЕЛЛО

500 г грибов портобелло кусочками
2 ст. л. рафинированного растительного масла
1 ст. л. сливочного масла
1 зубчик чеснока, очищенный и мелко порезанный
соль с розмарином, см. с. 81
свежемолотый черный перец

Жарьте грибы на растительном масле, пока вся жидкость не испарится и грибы не приобретут золотистый оттенок. Добавьте сливочное масло и чеснок и жарьте до готовности чеснока. Посолите и поперчите.

КАРТОФЕЛЬНАЯ СОЛОМКА, ЖАРЕННАЯ ВО ФРИТЮРЕ

200 г картофеля сорта амандин или другого плотного картофеля
1 л рафинированного растительного масла для фритюра
соль с розмарином, см. с. 81

Промойте картофель, нарежьте тонкой соломкой при помощи ножа или слайсера. Положите соломку в холодную воду и прополощите от крахмала.

Жарьте во фритюре небольшими порциями при 160 градусах до золотистого цвета. Достаньте, положите на бумажное полотенце и дайте стечь маслу. Посыпьте солью с розмарином.

ПЕРЕД ПОДАЧЕЙ НА СТОЛ

Поместите толченый картофель на дно тарелки. Выложите сверху грибы портобелло и нанесите подкопченные сквашенные сливки (например, кулинарным шприцем). Сверху украсьте жареным картофелем.







КОНИЧЕСКАЯ КАПУСТА, ЖАРЕННАЯ НА СЛИВОЧНОМ МАСЛЕ, с яичницей, каперсами из бузины, мюсли из кудрявой капусты с лесным орехом и тертым твердым сыром
(фото на с. 148)

Когда я впервые попробовал это блюдо, его подавали в виде жареной конической капусты с яичницей, жареными лесными орехами и тертым твердым сыром типа конте или грюйера. Здесь не менее великолепное блюдо, однако я нашел в кладовой другие добавки, прекрасно с ним сочетающиеся. Каперсы из бузины добавляют кислинку и цветочную нотку, которая хорошо оттеняет масляный и ореховый вкус, а мюсли из кудрявой капусты и лесного ореха подчеркивают вкус капусты.

4 порции

КОНИЧЕСКАЯ КАПУСТА

500 г конической капусты, каждая разрезана на 4 части

2 ст. л. сливочного масла

2 ст. л. рафинированного растительного масла

соль с лимоном и черным перцем, см. с. 81

Расплавьте сливочное масло на сковороде, добавьте растительное. Положите коническую капусту на сковороду разрезом вниз. Жарьте на среднем огне, пока капуста не приобретет золотисто-коричневый оттенок, примерно 5–10 минут. Переверните капусту и повторите процедуру на другом разрезе. Посолите солью с лимоном и перцем.

ЯИЧНИЦА

4 яйца

2 ст. л. сливочного масла

2 ст. л. рафинированного растительного масла

Расплавьте сливочное масло в сковороде, добавьте растительное. Осторожно разбейте яйца и жарьте на среднем огне, пока белок не свернется и желток слегка не загустеет, 3–4 минуты — в зависимости от размера яйца.

ПРОЧЕЕ

7 ст. л. мюсли из кудрявой капусты и лесного ореха, см. с. 123

3 ст. л. каперсов из бузины, см. с. 65

200 г мелко натертого сыра

ПЕРЕД ПОДАЧЕЙ НА СТОЛ

Выложите яичницу на тарелку. Распределите вокруг жареную капусту, мюсли и каперсы. Сверху посыпьте тертым сыром.

СВЕКЛА, ЗАПЕЧЕННАЯ С ЧЕРНОЙ СМОРОДИНОЙ, с мягким козьим сыром, листьями радичио в смородиновом соусе и мюсли из черной смородины
(фото на с. 149)

С сочетанием свеклы и черной смородины я впервые столкнулся в Копенгагене много лет назад, и с тех пор эта комбинация не раз возникала в том числе в тех меню, которые составлял я сам. Кислинка и фруктовый вкус в ягодах отлично подходят к насыщенному вкусу свеклы. Здесь я использовал для соуса масло на еловых побегах, но подойдет также масло с травами или хорошее оливковое масло. Мюсли из черной смородины можно при желании заменить различными жареными семечками.

4 порции

СВЕКЛА, ЗАПЕЧЕННАЯ С ЧЕРНОЙ СМОРОДИНОЙ

500 г очищенной свеклы

100 черной смородины (можно замороженной)

соль с розмарином, см. с. 81

Смешайте свеклу, черную смородину и соль с розмарином в жаропрочной форме, покрытой алюминиевой фольгой, кастрюле с крышкой или вакуумной упаковке. Запекайте примерно 2–3 часа в духовке при 100 градусах, если вы используете форму или кастрюлю, или обрабатывайте паром в вакуумной упаковке при 80–90 градусах, оставив на всю ночь, если у вас есть возможность использовать паровую духовку.

Если готовите в форме или кастрюле, то и дело перемешивайте, чтобы вся свекла пропиталась черной смородиной. Сок приберегите для сервировки.

МЯГКИЙ КОЗИЙ СЫР

200 г мягкого козьего сыра наилучшего качества, какой только сможете достать

САЛАТ РАДИЧИО В СМОРОДИНОВОМ СОУСЕ

1 кочан салата радичио

1 ст. л. ягодного винного уксуса, желательно черносмородинового, см. с. 45

1 ст. л. сока от запеченной со смородиной свеклы

3 ст. л. растительного масла на еловых побегах, см. с. 38

Оборвите листья салата под проточной холодной водой и высушите. Смешайте оставшиеся ингредиенты, чтобы получить соус.

ПРОЧЕЕ

7 ст. л. мюсли из черной смородины и семян, см. с. 124

ПЕРЕД ПОДАЧЕЙ НА СТОЛ

Мягкий козий сыр нанесите ложкой или кулинарным шприцем на дно тарелки. Разрежьте свеклу на более мелкие кусочки и подогрейте в кастрюле с соком, который выделился при готовке. Посолите солью с розмарином. Выложите свеклу на мягкий сыр, заправьте листья салата соусом и уложите на тарелку. В заключение посыпьте сверху мюсли.



БАКЛАЖАН, ЗАПЕЧЕННЫЙ НА УГЛЯХ, ГЛАЗИРОВАННЫЙ УКСУСОМ БАРБЕКЮ И МАСЛОМ НА ЖЖЕНОМ СЕНЕ, С ЖАРеной гречкой, кремом из кориандра и сыром фета

Когда я впервые приготовил это блюдо, то подал его как закуску тако на кукурузной лепешке. Рекомендую — оно снискало большой успех. Из кладовой я достал уксус барбекю и масло на жженом сене, чтобы наносить кисточкой на баклажаны. Конечно же, вы можете использовать другое масло и другой винный уксус. Я пробовал испанский хересный уксус и копченое оливковое масло, которое нашел в магазине деликатесов, — тоже получилось удачно. Если у вас не найдется маринованных семян кориандра, вы можете взять побольше свежего и добавить обычных мелко нарубленных каперсов ради кислой нотки.

4 порции

БАКЛАЖАН, ЗАПЕЧЕННЫЙ НА УГЛЯХ, ГЛАЗИРОВАННЫЙ УКСУСОМ БАРБЕКЮ И МАСЛОМ НА ЖЖЕНОМ СЕНЕ

8 мини-баклажанов или 2 больших
3 ст. л. винного уксуса барбекю, см. с. 46
3 ст. л. масла на жженом сене, см. с. 36
соль с сельдереем и любисток, см. с. 85

Разрежьте баклажаны пополам в длину или разделите на дольки, если они крупные. Посолите места разреза и положите вниз разрезом на бумажное полотенце на 30 минут.

Смешайте винный уксус и растительное масло. Жарьте баклажаны на сковороде или гриле, пока они не приобретут интенсивный цвет, около 5–10 минут. Постоянно наносите кисточкой соус. Посолите солью с сельдереем и любисток.

ЖАРЕНАЯ ГРЕЧКА

100 г гречки-ядрицы
1 ст. л. воды
соль

Смешайте гречку, воду и соль. Распределите ровным слоем по противню, покрытому пекарской бумагой, и поставьте в духовку при 160 градусах обычного нагрева или 150 градусах с конвектором. Обжаривайте, пока гречка не приобретет насыщенный цвет, примерно 20 минут.

КРЕМ ИЗ КОРИАНДРА

50 г (2 больших или 3 обычных) желтка
20 г (1–2 ст. л.) дижонской горчицы
15 г (1 ст. л.) белого винного уксуса
400 мл рафинированного растительного масла
1 пучок мелко порубленного кориандра (кинзы) + несколько листьев для украшения
100 г маринованных семян кориандра, слегка измельченных, см. с. 65
соль

Смешайте миксером желтки, горчицу и винный уксус в глубокой миске, добавляйте растительное масло в процессе перемешивания — начните с тонкой струйки, потом увеличьте ее. Добавьте свежий и консервированный кориандр и посолите.

ПРОЧЕЕ

100 г сыра фета

ПЕРЕД ПОДАЧЕЙ НА СТОЛ

Выложите баклажаны на тарелку, сверху посыпьте раскрошенным сыром фета. Украсьте жареной гречкой и листьями кориандра. Подавайте с ложкой крема из кориандра.

**КОРЕНЬ СЕЛЬДЕРЕЯ, обжаренный
в пивном кляре, с карамелизированным
йогуртом, салатом из сельдерея, солеными
лимонами, листьями петрушки и заатаром**

Этот рецепт основан на принципах другого блюда, которое нам подавали на обед на работе. Тогда мы ели его в конвертике из ливанской лепешки. Супервкусно! Из кладовой я взял консервированные лимоны и заатар. Его сейчас можно найти в магазинах с широким ассортиментом. А вот соленые лимоны отыскать непросто. Однако здесь они исключительно важны для вкуса. На случай, если у вас в кладовой их нет, предлагаю запасное решение: смешайте в равных пропорциях тертую на крупной терке цедру лимонов с солью и лимонным соком. Оставьте при комнатной температуре, перед подачей на стол достаньте цедру из сока.

4 порции

КОРЕНЬ СЕЛЬДЕРЕЯ

400 г очищенного корня сельдерея
2 ст. л. сливочного масла
соль с сельдереем и любисток, см. с. 85

Смешайте корень сельдерея, масло и соль в жаропрочной форме, накройте ее крышкой или фольгой. Запекайте в духовке при 100 градусах 2–3 часа, пока сельдерей не размякнет, или в вакуумной упаковке при 82 градусах в паровой духовке всю ночь, если у вас есть такая возможность.

Перемешивайте время от времени, если запекаете в форме, чтобы весь корень сельдерея приобрел вкус масла. Дайте остыть и нарежьте на небольшие кусочки.

ПИВНОЙ КЛЯР

200 г цельнозерновой муки + еще немного,
чтобы обвалить сельдерей
250 мл холодного пива
1 ст. л. пекарского порошка
1 л рафинированного масла для фритюра

Смешайте тесто незадолго до сервировки.

КАРАМЕЛИЗИРОВАННЫЙ ЙОГУРТ

500 г греческого или турецкого йогурта

Нагревайте йогурт в кастрюле, пока он не приобретет золотисто-коричневый оттенок. На это может уйти немало времени — около часа. Постоянно помешивайте, чтобы йогурт не пригорел. Перемешайте миксером до равномерной консистенции и посолите.

Другой вариант: положите йогурт в вакуумную упаковку. Запекайте в паровой духовке 12 часов. Дайте жидкости стечь. Перемешайте миксером до равномерной консистенции и посолите.

**САЛАТ ИЗ КОРНЯ СЕЛЬДЕРЕЯ, СОЛЕННЫХ
ЛИМОНОВ И ЛИСТЬЕВ ПЕТРУШКИ**

200 г корня сельдерея
50 г соленых лимонов, см. с. 71
30 г листьев петрушки
2 ст. л. масла с любисток, см. с. 35
соль с сельдереем и любисток, см. с. 85

Очистите корень сельдерея и нарежьте соломкой. Вырежьте мякоть лимонов и нарежьте цедру соломкой.

ПРОЧЕЕ

заатар, см. с. 31

ПЕРЕД ПОДАЧЕЙ НА СТОЛ

Разогрейте масло для фритюра до 180 градусов. Обваляйте сельдерей в муке, а затем обмакните в пивной кляр. Положите куски сельдерея в масло и пожарьте до золотисто-коричневого цвета. Дайте маслу стечь.

Смешайте нарезанный соломкой сельдерей, цедру лимона и листья петрушки. Заправьте маслом с любисток и посолите солью с сельдереем и любисток.

На тарелку ложкой или кулинарным шприцем положите йогурт. Выложите куски сельдерея, посыпав их заатаром. Рядом положите салат из сельдерея.





ВЁШЕНКИ

с морковным кремом, мюсли из айвы с миндалем, ферментированной морковью и порошком из брусники

Здесь я использовал ферментированную морковь, мюсли из айвы с миндалем и сушеную бруснику из кладовой. Среди всех ферментированных овощей морковь — любимый продукт. Начав ее есть, потом трудно оторваться. Если вы уже уничтожили запасы ферментированной моркови в собственной кладовой, можете нарезать свежую тонкими ломтиками или соломкой и слегка замариновать перед подачей на стол. Результат будет не столь блестящим, но приемлемым.

4 порции

ВЁШЕНКИ

500 г вёшенок

3 ст. л. рафинированного растительного масла

3 ст. л. сливочного масла

соль с розмарином, см. с. 81

Если у вёшенок есть твердая часть ножки, отрежьте ее. Затем разорвите оставшуюся ножку на кусочки вдоль волокон.

Жарьте грибы на сковороде на сильном огне, пока они не начнут менять цвет. Добавьте сливочное масло и продолжайте жарить, пока грибы не приобретут красивый золотисто-коричневый оттенок. Посолите солью с розмарином.

МОРКОВНЫЙ КРЕМ

200 г моркови, очищенной и нарезанной небольшими кусками

50 г лука-шалота, очищенного и нарезанного небольшими кусками

1 зубчик чеснока, очищенный и нарезанный

100 мл сока айвы или 100 мл белого вина и 2 ст. л. белого винного уксуса

100 г сливочного масла

соль

Сложите морковь, лук и чеснок в небольшую кастрюлю и залейте водой так, чтобы она едва покрыла овощи. Варите, пока вся вода не выкипит и овощи не станут мягкими. Добавьте сок айвы и снова выпарите большую часть жидкости. Смешайте все в комбайне вместе со сливочным маслом и посолите.

ПРОЧЕЕ

мюсли из айвы с миндалем, см. с. 121

порошок из брусники, см. с. 21

ферментированная морковь, см. с. 96

ПЕРЕД ПОДАЧЕЙ НА СТОЛ

Положите в тарелку ложку морковного крема. Поместите сверху жареные грибы и посыпьте мюсли. Припудрите брусничным порошком и подавайте с ферментированной морковью.





ЦВЕТНАЯ КАПУСТА, тушенная с цикорием, с каперсами из черемши, жареным ржаным хлебом и ферментированными грецкими орехами
(фото на с. 158)

Загадочным образом из цветной капусты, кофе и чеснока получается неплохая комбинация, главное — правильно подобрать пропорции. Правда, в данном рецепте я заменил чеснок каперсами из черемши, а кофе — цикорием. Цикорий — самое обычное растение. После Второй мировой войны, когда кофе выдавали по карточкам, цикорий стали использовать в качестве его заменителя. В своем рецепте я использовал порошок жареного корня цикория, его можно купить в магазинах здорового питания. Кроме того, я достал из кладовой ферментированные грецкие орехи, но вы можете взять обычные и капнуть на них несколько капель винного уксуса. Кислинка получится не та, но вариант вполне приемлемый.

4 порции

ЦВЕТНАЯ КАПУСТА

1 кочан цветной капусты, примерно 500 г
Отделите соцветия, а стебель нарежьте тонкими ломтиками на слайсере.

СОУС С ЦИКОРИЕМ

15 г (1 ст. л.) сливочного масла
15 г (1 ст. л.) муки
200 мл 3%-ного молока
5 г (1 ст. л.) порошка цикория
соль

Растопите масло в кастрюле и добавьте муку. Влейте молоко и варите примерно 5 минут, постоянно помешивая. Посыпьте цикорием и солью.

ЖАРЕННЫЙ РЖАНОЙ ХЛЕБ С ГРЕЦКИМИ ОРЕХАМИ

200 г датского ржаного хлеба
7 ст. л. грецких орехов, ферментированных на хлебной закваске, см. с. 127
3 ст. л. сливочного масла
соль

Срежьте корки с хлеба. Измельчите хлеб в комбайне в крупную крошку. Перемелите орехи и смешайте с хлебом. Обжарьте на сливочном масле смесь хлеба с орехами. Посолите.

ПРОЧЕЕ

7 ст. л. каперсов из черемши, см. с. 64

ПЕРЕД ПОДАЧЕЙ НА СТОЛ

Опустите соцветия цветной капусты в кипящую воду, проварите примерно 2 минуты и добавьте соус. На дно тарелки выложите жаркое из цветной капусты. Посыпьте смесью ржаного хлеба и грецких орехов. На стебли капусты нанесите немного мариныда от каперсов из черемши и добавьте сами каперсы.

ПОДКОПЧЕННАЯ КАПУСТА БРОККОЛИ
с растительным маслом на основе
зеленых ягод можжевельника, с жареной черной тосканской капустой, пюре из стеблей брокколи, яблоком в винном уксусе с ревенем и бобами
(фото на с. 159)

В этом рецепте хорошо то, что вы используете всю брокколи. Растительное масло на основе зеленых ягод можжевельника можно заменить растительным маслом с травами, и, разумеется, вместо ревеневого уксуса можно взять любой яблочный, но в целом приятно ощутить чудесный свежий вкус ревеня спустя 5–6 месяцев после окончания сезона. Сушеные бобы вымачивают и жарят во фритюре. Бобы дают почти такую же текстуру, что и орехи, — прекрасная замена для тех, у кого на них аллергия.

4 порции

БРОККОЛИ С МОЖЖЕВЕЛОВЫМ МАСЛОМ
2 кочана брокколи
2 ст. л. растительного масла на основе зеленых ягод можжевельника, см. с. 38
соль с лимоном и черным перцем, см. с. 81

Срежьте с брокколи соцветия и сохраните стебель для пюре. Разделите соцветия надвое и выложите разрезом вниз на сухую горячую сковороду. Оставьте лежать, пока они не приобретут подкопченный цвет. Переложите в кастрюлю с крышкой.

Влейте масло и посолите. Дайте постоять и пропариться примерно 5 минут.

ПЮРЕ ИЗ СТЕБЛЯ БРОККОЛИ

2 стебля брокколи
200 мл растительного масла на основе зеленых ягод можжевельника, см. с. 38

Разрежьте стебли брокколи на кусочки размером 1 x 1 см. Положите кусочки в кипящую воду примерно на 2 минуты или обработайте паром 2 минуты.

Достаньте кусочки стеблей, дайте остыть несколько минут и смешайте с маслом. При помощи погружного блендера перебейте стебли в грубое пюре.

БОБЫ

100 г сухих бобов
1 л рафинированного масла для фритюра
соль с сельдереем и любистоком, см. с. 85

Замочите бобы с вечера не менее чем на 12 часов.

Сцедите воду и откиньте бобы на бумажное полотенце, чтобы они немного подсохли. Жарьте на масле при 190 градусах 5–6 минут. Достаньте и посолите по вкусу.

ЯБЛОКО В РЕВЕНЕВОМ УКСУСЕ

1 кислое яблоко, желательного местного происхождения
2 ст. л. ревеневого уксуса, см. с. 46

ПРОЧЕЕ

50 г жареной черной тосканской капусты, приготовленной как капустные чипсы, см. с. 26

ПЕРЕД ПОДАЧЕЙ НА СТОЛ

На дно тарелки положите ложку пюре брокколи, сверху добавьте подкопченные соцветия. Нарежьте яблоко кусочками или соломкой и положите в ревеневый уксус. Распределите яблоко, капусту и бобы по тарелке.

РЕПЧАТЫЙ ЛУК, ЗАПЕЧЕННЫЙ С СОЛЬЮ, с кремом из скорцонеры, ферментированной черемшой, жареными корнями скорцонеры с крапивной солью и сушеными цветками лука

Основой этого блюда является репчатый лук. Исходите из этого и добавьте то, что у вас есть. Я использовал ферментированную черемшу, соль с крапивой и сушеные цветки лука из своей кладовой. Скорцонеру можно заменить топинамбуром или корнем сельдерея.

4 порции

ЛУК, ЗАПЕЧЕННЫЙ С СОЛЬЮ

4 головки репчатого лука
100 г соли грубого помола
2 ст. л. оливкового масла
соль с крапивой, см. с. 85

Всыпьте соль в жаропрочную форму и положите сверху лук. Запекайте при 200 градусах обычного нагрева или 210 градусов с конвектором 25–30 минут — в зависимости от размера лука. Попробуйте проткнуть лук шпажкой — он должен быть мягким, но не до состояния пюре. Дайте остыть.

Очистите лук и разделите на слои. Смешайте в миске с растительным маслом и солью.

КРЕМ ИЗ СКОРЦОНЕРЫ

400 г корней скорцонеры, очищенных и нарезанных небольшими кусочками
2 ст. л. яблочного уксуса
100 г топленого масла
соль

Сложите кусочки скорцонеры в кастрюлю и залейте водой. Варите до мягкости. Сохраните отвар, а скорцонеру переложите в кухонный комбайн. Смешайте скорцонеру, яблочный уксус и топленое масло. Посолите и разбавьте оставшимся отваром, если получилось слишком густо.

ЖАРЕННАЯ ВО ФРИТЮРЕ СКОРЦОНЕРА С КРАПИВНОЙ СОЛЬЮ

200 г корней скорцонеры, очищенных и нарезанных тонкими ломтиками при помощи ножа или слайсера

1 л рафинированного растительного масла для фритюра

соль с крапивой, см. с. 85

Жарьте скорцонеру во фритюре при 160 градусах небольшими порциями, пока она не приобретет приятный золотисто-коричневый оттенок. Достаньте, откиньте на бумажное полотенце и посолите крапивной солью.

ПРОЧЕЕ

ферментированные листья черемши, см. с. 101
сушеная черемша, см. с. 25
сушеные цветки лука, см. общие принципы на с. 15

ПЕРЕД ПОДАЧЕЙ НА СТОЛ

Положите на дно тарелки ложку крема из скорцонеры. В крем поместите кусочки лука и посыпьте скорцонерой во фритюре. Украсьте черемшой и цветками.

ТОПЛЕНОЕ МАСЛО

100 г масла

Положите масло в кастрюлю и растопите. Когда масло перестанет шипеть, взбейте его венчиком на дне кастрюли, чтобы не упустить самые вкусные мелкие частички. Нагревайте масло, пока оно не приобретет ореховый запах и красивый цвет, если быть более точным, то до 157 градусов. Помните, что масло нагреется еще на несколько градусов после того, как вы уберете его с плиты, так как кастрюля горячая. Если вы не планируете использовать все масло сразу, помешивайте его время от времени, чтобы «точечки» равномерно распределились, когда масло застынет. Хорошо держать в холодильнике для выпечки и булочек с корицей.





БРЮССЕЛЬСКАЯ КАПУСТА, ЖАРЕННАЯ ВО ФРИТЮРЕ,

с бузинным уксусом, запеченным мягким козьим сыром, каперсами из бузины, маринованным сладким перцем и пюре из желтого гороха

Жаренная во фритюре брюссельская капуста — прекрасная вещь, если надо накормить овощами детей или упрямых взрослых. Здесь я использовал винный уксус с бузиной, придающий цветочный вкус, но его с успехом можно заменить другим винным уксусом. Если у вас нет уксуса с бузиной, а цветочного вкуса хочется, могу дать совет: пойдите в магазин чая и купите сушеную ромашку. Вам остается только сделать чай, но вместо воды использовать винный уксус, удвоив дозу ромашки. Консервированный сладкий перец можно заменить жареным на гриле.

4 порции

БРЮССЕЛЬСКАЯ КАПУСТА, ЖАРЕННАЯ ВО ФРИТЮРЕ, И ЛИСТЬЯ БРЮССЕЛЬСКОЙ КАПУСТЫ С БУЗИННЫМ УКСУСОМ

1 сетка (примерно 500 г) брюссельской капусты
2 ст. л. рафинированного растительного масла
+ 1 л для фритюра
2 ст. л. винного уксуса с бузиной, см. с. 43
соль

Удалите внешние листья на брюссельской капусте, если они потеряли вид. От каждого кочана сохраните пару красивых листьев для украшения. Оставшуюся капусту порежьте дольками.

ЗАПЕЧЕННЫЙ МЯГКИЙ КОЗИЙ СЫР

300 г мягкого козьего сыра

Равномерно размажьте мягкий козий сыр по пекарской бумаге. Запекайте в духовке примерно 30 минут при 170 градусах обычного нагрева или 160 градусах с конвектором, пока сыр не приобретет интенсивный цвет. Время от времени перемешивайте.

Уменьшите температуру до 60 градусов обычного нагрева или 50 градусов с конвектором и сушите сыр 12 часов. После длительной сушки сыр приобретет консистенцию крошек печенья или мюсли. Смелите сыр в комбайне в режиме пульсации до грубых крупиц.

ПЮРЕ ИЗ ЖЕЛТОГО ГОРОХА

200 г сушеного гороха
1 репчатый лук, очищенный и мелко нарезанный
1 зубчик чеснока, очищенный и разрезанный пополам
3 ст. л. винного уксуса с бузиной, см. с. 43
100 г топленого масла, см. с. 162
соль

Замочите горох на ночь, вода должна покрывать горох.

Варите горох, лук и чеснок 1–1,5 часа, пока они не станут мягкими. Слейте бульон, но небольшое его количество сохраните. Смешайте в миксере с винным уксусом и маслом. Разбавьте бульоном до однородной консистенции крема. Посолите.

ПРОЧЕЕ

100 г маринованного сладкого перца гриль, порезанного небольшими кусочками, см. с. 72
2 стак. каперсов из бузины, см. с. 65

ПЕРЕД ПОДАЧЕЙ НА СТОЛ

Нагрейте растительное масло до 170 градусов. Жарьте ломтики брюссельской капусты, пока они не приобретут красивый золотисто-коричневый цвет. Откиньте капусту на бумажное полотенце, дайте стечь маслу, посолите. Положите на дно тарелки ложку пюре, поверх него — консервированный сладкий перец и жареную брюссельскую капусту. Смешайте листья брюссельской капусты с 2 столовыми ложками растительного масла, уксусом, каперсами из бузины и солью. Украсьте блюдо листьями и посыпьте сверху козьим сыром.



КАРТОФЕЛЬ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ И ЖАРЕНЫМ ШНИТТ-ЛУКОМ, эмульсией из черного чеснока, тертыми сырыми шампиньонами и сушеным желтком

Изначально это было блюдо со спаржей, которую я потом заменил скорцонерой и в конце концов картофелем, поскольку он лучше всего пропитывался маслом на шнитт-луке. На дне тарелки лежит эмульсия или майонез, куда для вкуса добавлен черный чеснок. В некоторых магазинах мне удавалось обнаружить баночки с черным чесноком, так что вы можете купить себе одну и попробовать, прежде чем затевать довольно продолжительный проект по изготовлению черного чеснока в домашних условиях. Воспользуйтесь случаем и сделайте запас масла на шнитт-луке — его можно хранить в морозилке до 6 месяцев.

4 порции

КАРТОФЕЛЬ

500 г помытого очищенного картофеля сорта амандин или другого плотного сорта
соль

МАСЛО С ЖАРеным ШНИТТ-ЛУКОМ

100 г шнитт-лука
100 г сливочного масла комнатной температуры
соль с лимоном и перцем, см. с. 81
1 ст. л. лукового порошка, см. с. 28

Жарьте шнитт-лук на решетке на сильном огне, пока он не станет немного подгорать по краям. Порежьте или измельчите шнитт-лук миксером до желаемой консистенции. Добавьте масло, смешайте, добавьте соль и луковый порошок.

ЭМУЛЬСИЯ ИЗ ЧЕРНОГО ЧЕСНОКА

50 г (2 больших или 3 обычного размера) желтка
20 г (1–2 ст. л.) дижонской горчицы

15 г (1–2 ст. л.) белого винного уксуса
400 мл рафинированного растительного масла
5 зубчиков черного чеснока, см. с. 128
соль с лимоном и перцем, см. с. 81

Погружным блендером смешайте в глубокой миске желтки, горчицу и винный уксус, в процессе перемешивания добавьте растительное масло.

Измельчите миксером чеснок и добавьте в майонез. Если черный чеснок слишком твердый, предварительно размягчите его в горячей воде в течение 5–10 минут. Посолите.

СУШЕНЫЙ ЖЕЛТОК

8 желтков
400 г соли

Выложите половину соли в форму. При помощи целого яйца сделайте в соли 8 углублений. Отделите желтки от белков. В каждую ямку поместите по желтку и покройте оставшейся солью. Оставьте в холодильнике на 48 часов.

Смойте соль и положите желтки на противень, покрытый пекарской бумагой. Сушите желтки 24–28 часов в духовке при 60 градусах обычного нагрева или 50 градусах с конвектором, пока они не затвердеют так, чтобы их можно было натереть на терке. Желтки станут еще тверже, когда остынут.

ТЕРТЫЕ СЫРЫЕ ШАМПИНЬОНЫ

300 г плотных шампиньонов

ПЕРЕД ПОДАЧЕЙ НА СТОЛ

Сварите картофель до мягкости в подсоленной воде. Очистите его и разрежьте на кубики размером 1 x 1 см. Смешайте картофель с обильным количеством сливочного масла с жареным луком. Посолите.

Размажьте по дну тарелки немного эмульсии с черным чесноком и положите сверху куски картофеля. Натрите шампиньоны и сушеный желток.

**НУТ, ВАРЕННЫЙ В СОФРИТО,
ГРИБНОМ БУЛЬОНЕ И ПИКАДЕ,
с консервированным вороночником
рожковидным и орешками пинии**

Изначально этот рецепт из Каталонии, где я попробовал моллюсков-сердцевидок, варенных с нутом, софрито и пикадой. На севере Испании весьма популярен гриб вороночник рожковидный, так что я добавил его и убрал моллюсков. Я использовал консервированный вороночник, поскольку сезон у этого гриба очень короткий. Но здесь подойдут любые свежие или консервированные грибы. Софрито и пикада — прекрасные соусы, которые можно приготовить в дождливый день. Они хороши с чем угодно, от рыбного супа до пасты, и хранятся в морозилке не меньше 6 месяцев.

4 порции

НУТ

200 г сушеного нута
3 ст. л. софрито, см. с. 120
0,5 л грибного бульона, см. с. 115
3 ст. л. пикады, см. с. 121
соль с сельдереем и любистком, см. с. 85

Замочите нут в 2 литрах воды на 12 часов.

Промойте его в чистой воде и сварите с софрито и грибным бульоном. Уменьшите нагрев и оставьте на огне, пока нут не станет мягким внутри. Это может занять от 30 минут до часа. Разбавьте водой, если жидкость выпарится. Добавьте пикаду, посолите.

КОНСЕРВИРОВАННЫЙ ВОРОНОЧНИК

500 г вороночника рожковидного, очищенного и нарезанного кусочками
1 зубчик чеснока, очищенный и разделенный пополам
2 луковичы шалота, очищенные и нарезанные крупными кусками

1 лавровый лист
5 г соли
1 маленькая веточка тимьяна
1 маленькая веточка розмарина
100 мл белого виноградного уксуса
300 мл рафинированного растительного масла

Вскипятите 2 литра слегка подсоленной воды. Аккуратно опустите грибы в кипящую воду и бланшируйте примерно 1 минуту. Достаньте грибы шумовкой и откиньте на бумажное полотенце, дайте стечь лишней жидкости.

Положите слоями грибы, лук и приправы в тщательно обработанные банки с плотными крышками. Залейте винным уксусом и маслом. Закройте и обработайте паром в паровой духовке или подержите банки на водяной бане примерно 30 минут.

Оставьте в темном прохладном месте по меньшей мере на 1 неделю, но лучше на несколько недель. Грибы хранятся до следующего лета.

ПРОЧЕЕ

50 г орешков пинии

ПЕРЕД ПОДАЧЕЙ НА СТОЛ

Выложите нут в глубокую тарелку. Украсьте грибами, лучше комнатной температуры, и посыпьте сверху орешками пинии.





ФАЛАФЕЛЬ с зеленым горошком, чипсами из кудрявой капусты, маринованным турнепсом, соусом с тахини из семян подсолнечника, ферментированным соусом чили, йогуртом и сушеным зеленым горошком

Изначально меня вдохновил рецепт фалафеля на основе бобов авторства Джейми Оливера. Но в Швеции сезон бобов очень короткий, а зима долгая, так что вместо них я использую сушеный нут и замороженный зеленый горошек. К этому блюду я часто подаю различные припасы из своей кладовой, но если вы хотите простоты, то все это можно найти в обычном магазине, хотя и разного качества. Вам также необязательно готовить такой сложный гарнир, как у меня. Совет: сделайте большую порцию теста для фалафеля, раз уж вы им занимаетесь, поскольку его прекрасно можно заморозить. Однако замораживайте его как фарш, а не шариками. Лучшие сформировать шарики перед тем, как жарить их в фритюре.

4 порции

ФАЛАФЕЛЬ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ

300 г сушеного нута
150 г замороженного зеленого горошка
1 стак. нарезанного лука-порей
1/2 стак. нарезанных листьев петрушки
2 очищенных зубчика чеснока
1 ст. л. сушеных семян кориандра
1 ст. л. зиры
1/5 ч. л. молотой гвоздики
1/5 ч. л. пекарского порошка
1/2 ст. л. соли с сельдереем и любистоксом, см. с. 85
1–2 л нейтрального масла для фритюра

Замочите нут на ночь или не менее чем на 12 часов. Слейте воду и смешайте нут с остальными ингредиентами. Горошек не надо размораживать заранее. Перера-

ботайте все в мясорубке или комбайне в фарш, но не до состояния пюре.

СОУС С ТАХИНИ ИЗ СЕМЯН ПОДСОЛНЕЧНИКА

1–2 очищенных зубчиков чеснока
200 мл тахини из семян подсолнечника, см. с. 115
200–300 мл воды
сок 1 лимона
соль

Смешайте все до однородной консистенции и посолите.

ЙОГУРТ

1 стак. турецкого либо греческого йогурта
1 зубчик чеснока, мелко натертый
соль

Подвесьте йогурт в фильтре для кофе на 2 часа, если вы используете йогурт для готовки. Смешайте чеснок и йогурт, посолите.

ПРОЧЕЕ

100 мл ферментированного соуса чили, см. с. 110
200 г порезанного маринованного турнепса, см. с. 74
50 г чипсов из кудрявой капусты, см. с. 26
2 ст. л. порошка из зеленого горошка, см. с. 22

ПЕРЕД ПОДАЧЕЙ НА СТОЛ

Нагрейте растительное масло до 180 градусов. Сформируйте из теста для фалафеля маленькие шарики или скатайте как фри-кадельки. Жарьте их во фритюре 3–4 минуты, пока они не приобретут красивый цвет. Откиньте их на бумажное полотенце, дайте маслу стечь, посолите. Положите на дно тарелки йогурт, соус из тахини и соус чили. Положите поверх несколько шариков фалафеля, посыпьте турнепсом и чипсами из кудрявой капусты. В заключение припудрите порошок из зеленого горошка.

АЛФАВИТНЫЙ УКАЗАТЕЛЬ

- белокочанная капуста квашеная 94, 95, 137, 141, 162
белые грибы маринованные 76, 77, 138
брусника сушеная (порошок) 12, 16, 20, 21, 157
брюква кимчи 108, 109
бузины цветки сушеные 16, 25
винный уксус барбекю на овощах гриль 40, 46, 77, 153
винный уксус на еловых побегах 44, 45, 55
винный уксус на ягодах 45
винный уксус с бузиной 40, 43, 55, 61, 65, 165
винный уксус с гибискусом 40, 43, 55, 56
винный уксус с лесными грибами 41, 45
винный уксус с лисичками 41, 43
винный уксус с ревенем 46, 161
винный уксус с эстрагоном 47
гречкие орехи на хлебной закваске 127
грибной бульон 115, 116, 168
грибной «соевый» соус 116, 117, 146
заатар 30, 31, 154
зеленый горошек сушеный 19, 22, 23, 171
каперсы из бузины 65, 150, 165
каперсы из еловых побегов 44, 59, 62, 143
каперсы из черемши 35, 64, 160
квашеная белокочанная капуста 94, 95, 137, 141, 162
кервель испанский, маринованные семена 62–64, 142
кимчи из брюквы 108, 109
кимчи из редиса 107, 108
кориандр, семена маринованные 62, 63, 65, 153
корнишоны 52, 53, 56, 103, 134
лесные грибы маринованные 75, 76, 134
лимоны соленные 71, 154
лук зеленый сушеный (порошок) 19, 28
лук репчатый сушеный (порошок) 28, 29, 167
лук-севок маринованный 53, 54, 143
маринованная свекла классическая 60, 61
маринованные белые грибы 76, 77, 138
маринованные зеленые томаты 51, 68
маринованные лесные грибы 75, 76, 134
маринованные семена горчицы 54
маринованные семена испанского кервеля 62–64, 142
маринованные семена кориандра 62, 63, 65, 153
маринованные сладкие перцы гриль 72, 73, 165
маринованные цукини с мятой и чили 57, 58, 138
маринованные шампиньоны 76, 77
маринованный корейский чеснок 67
маринованный лук-севок 53, 54, 143
маринованный перец чили 73, 74, 146
маринованный турнепс 73, 74, 171
масло на белых грибах 39, 43, 45
масло на жженом сене 32, 33, 36, 37, 153
масло на зеленых ягодах можжевельника 32, 33, 38, 161
масло на любистoke 35, 138, 154
масло на черемше 36, 37, 134
масло со вкусом петрушки и шнитт-лука 35, 167
морковь с бузиной 60, 61
морковь ферментированная, с семенами кориандра 94, 96, 157
мюсли из айвы с миндалем 121, 122, 157
мюсли из кудрявой капусты с лесным орехом 122, 123, 150
мюсли из черной смородины и семян 114, 122, 124, 151
огурцы с карри 55, 57
огурчики ферментированные, с семенами укропа 98, 99, 103
олио ди пеперончино пикканте 39
острый соус 120, 138
пепинильос, маринованные огурчики по-испански 52
перец чили маринованный 73, 74, 146
перцы гриль сладкие маринованные 72, 73, 165
петрушка сушеная 19, 22, 138
пикада 121, 168
порошок из брусники 12, 16, 20, 21, 157
порошок из жареного зеленого лука 19, 28
порошок из зеленого горошка 19, 22, 23, 171

порошок из черной смородины 16, 20, 21
 порошок луковый 28, 29, 167
 приправа для тако 30, 31
 ревень в винном уксусе с гибискусом 55, 56
 ревень ферментированный 98–100
 редис кимчи 107, 108
 редис ферментированный, с семенами горчицы 98, 99, 102
 ромашка сушеная 16, 25, 165
 ром-изюм из сушеной черники 124, 125
 сальса брава 9, 112, 118, 119, 141
 свекла классическая маринованная 60, 61
 свекла ферментированная, с анисом 104, 106, 137
 семена горчицы маринованные 54
 соленые лимоны 71, 154
 соль с гибискусом 80, 82, 83, 137
 соль с добавкой из обжаренных овощей 80, 82
 соль с жареным перцем чили и чесноком 80, 86
 соль с крапивой 80, 84, 85, 162
 соль с лимоном и черным перцем 80, 81, 134, 150, 161, 167
 соль с розмарином 80, 81, 137, 146, 151, 157
 соль с сельдереем и любистоксом 80, 84, 85, 153, 154, 161, 168, 171
 соляной раствор 92
 соус чили ферментированный 110, 111, 171
 софрито 9, 112, 113, 119, 120, 168
 сушеная петрушка 19, 22, 138
 сушеная ромашка 16, 25, 165
 сушеная черемша 24, 25, 162
 сушеные лепестки шиповника 16, 26, 27
 сушеные цветки бузины 16, 25
 тахини из семян подсолнечника 113, 115, 116, 171
 томаты зеленые маринованные 51, 68
 турнепс маринованный 73, 74, 171
 фенхель ферментированный, с семенами 94, 97, 143

ферментированная морковь с семенами кориандра 94, 96, 157
 ферментированная свекла с анисом 104, 106, 137
 ферментированные листья черемши 98, 99, 101, 162
 ферментированные огурчики с семенами укропа 98, 99, 103
 ферментированный ревень 98–100
 ферментированный редис с семенами горчицы 98, 99, 102
 ферментированный соус чили 110, 111, 171
 ферментированный фенхель с семенами 94, 97, 143
 цукини маринованные, с мятой и чили 57, 58, 138
 черемша сушеная 24, 25, 162
 черемши листья ферментированные 98, 99, 101, 162
 черная смородина сушеная (порошок) 16, 20, 21
 черника сушеная 113, 124, 125
 чеснок корейский маринованный (маньоль чаначчи) 67
 чеснок черный 128, 167
 чипсы из кудрявой капусты 12, 19, 26, 171
 шампиньоны маринованные 76, 77
 шиповника лепестки сушеные 16, 26, 27

БЛЮДА

Баклажан, запеченный на углях, глазированный уксусом барбекю и маслом на жженом сене, с жареной гречкой, кремом из кориандра и сыром фета 153

Брюссельская капуста, жаренная во фритюре, с бузинным уксусом, запеченным мягким козьим сыром, каперсами из бузины, консервированным сладким перцем и пюре из желтого гороха 165

Вёшенки с морковным кремом, мюсли из айвы с миндалем, ферментированной морковью и порошком из брусники 157

Жареный артишок с солью на основе маринованных семян испанского кервеля 142

Жареный хлеб с острым соусом, маринованными белыми грибами и цукини, майонезом с любистокком и сушеной петрушкой 138

Запеченный топинамбур с эмульсией из черемши, маринованными лесными грибами и готландской чечевицей 134

Картофель амандин толченый, с грибным «соевым» соусом, маринованным чили, теплым сливочным маслом, подкопченными сквашенными сливками, жареными грибами портобелло и жаренной во фритюре картофельной соломкой с розмариновой солью 146

Картофель со сливочным маслом и жареным шнитт-луком, эмульсией из черного чеснока, тертыми сырыми шампиньонами и сушеным желтком 167

Козий сыр, жаренный во фритюре, с картофелем и квашеной капустой с соусом сальса брера 141

Коническая капуста, жаренная на сливочном масле, с яичницей, каперсами из бузины, мюсли из кудрявой капусты с лесным орехом и тертым твердым сыром 150

Корень сельдерея, обжаренный в пивном кляре, с карамелизированным йогуртом, салатом из сельдерея, солеными лимонами, листьями петрушки и заатаром 154

Лук-порей и ферментированный фенхель, жаренные во фритюре с хлебной закваской, с соусом ремулад на основе консервированных еловых побегов 143

Нут, варенный в софрито, грибном бульоне и пикаде, с консервированным вороночником рожковидным и орешками пинии 168

Подкопченная капуста брокколи с растительным маслом на основе зеленых ягод можжевельника, с жареной черной тосканской капустой, пюре из стеблей брокколи, яблоком в винном уксусе с ревенем и бобами 161

Репчатый лук, запеченный с солью, с кремом из скорцонеры, ферментированной черемшой, жареными корнями скорцонеры с крапивной солью и сушеными цветками лука 162

Свекла, запеченная с черной смородиной, с мягким козьим сыром, листьями радичио в смородиновом соусе и мюсли из черной смородины 151

Фалафель с зеленым горошком, чипсами из кудрявой капусты, маринованным турнепсом, соусом с тахини из семян подсолнечника, ферментированным соусом чили, йогуртом и сушеным зеленым горошком 171

Цветная капуста, тушенная с цикорием, с каперсами из черемши, жареным ржаным хлебом и ферментированными грецкими орехами 160

Цикорий салатный с тартаром из ферментированной хрустящей свеклы, сыром с благородной плесенью и солью с гибискусом 137

*Моим детям,
Арвиду и Эльви*

МИФ Арт

РИСОВАНИЕ И ХЭНДМЕЙД

ИСКУССТВО

КИНО И ФОТО

КРЕАТИВ

ДИЗАЙН И РЕКЛАМА

ВДОХНОВЕНИЕ

#miftvorchestvo

Подписывайтесь
на полезные книжные письма
со скидками и подарками:
mif.to/cr-letter

Все творческие книги
на одной странице:
mif.to/creative



miftvorchestvo



УДК 664.8/.9(48)
ББК 36.816.5(41)
Б96

Оригинальное название: Det nordiska skafferiet

На русском языке публикуется впервые

Бьёркман, Юхан

Б96 Консервирование по-скандинавски : ферментация, маринование, сушка и авторские приправы / Юхан Бьёркман ; пер. со шв. Ю. Колесовой. — Москва : Манн, Иванов и Фербер, 2021. — 176 с. : ил. — (Дома всё в порядке).

ISBN 978-5-00169-796-1

Как поймать лето, закупорить и сохранить, чтобы в любое время ощутить его вкус? Шеф-повар из Швеции Юхан Бьёркман знает ответ. В этой книге он собрал более сотни рецептов различных заготовок. С помощью таких методов, как ферментация, маринование, сушка, ароматизация масла, уксуса и соли, вы сможете создать собственную кладовую и баловать себя кулинарными изысками круглый год.

УДК 664.8/.9(48)

ББК 36.816.5(41)

Издание для досуга

Серия «Дома всё в порядке»

Бьёркман Юхан

Консервирование по-скандинавски

Ферментация, маринование, сушка и авторские приправы

Шеф-редактор *Ольга Архипова*
Ответственный редактор *Ирина Ксендзова*
Литературный редактор *Надежда Соболева*
Верстка обложки *Юлия Анохина*
Верстка *Людмила Гроздова*
Корректоры *Анна Матвеева, Светлана Липовицкая*

ООО «Манн, Иванов и Фербер»
123104, Россия, г. Москва,
Б. Козихинский пер., д. 7, стр. 2

mann-ivanov-ferber.ru
facebook.com/miftvorchestvo
vk.com/miftvorchestvo
instagram.com/miftvorchestvo



ISBN 978-5-00169-796-1

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

© 2019 Johan Björkman
Original title: Det nordiska skafferiet
First published by Natur & Kultur, Sweden
© Издание на русском языке, перевод,
оформление. ООО «Манн, Иванов и Фербер», 2021



КАК ПОЙМАТЬ ЛЕТО, ЗАКУПОРИТЬ И СОХРАНИТЬ, ЧТОБЫ В ЛЮБОЕ ВРЕМЯ ОЩУТИТЬ ЕГО ВКУС?

Шеф-повар из Швеции Юхан Бьёркман знает ответ. В этой книге он собрал более сотни рецептов различных заготовок, среди которых:

- квашеная капуста, кимччи из редиса и ферментированный соус чили;
- маринованные огурчики по-испански, соленые лимоны и каперсы из еловых побегов;
- соль с крапивой, масло на белых грибах, уксус с бузиной и многое другое.

С помощью таких методов, как **ферментация, маринование, сушка, ароматизация масла, уксуса и соли**, вы сможете создать собственную кладовую и баловать себя кулинарными изысками круглый год.

Баночка с пикантным маринадом или бутылочка с цветочным уксусом, который вы приготовили сами, не только станет отличным подарком для родных и друзей, но и украсит кухонные полочки и шкафчики, а дети будут в восторге от необычной подачи продуктов.

#консервированиепоскандинавски



Максимально
полезные книги на сайте
mann-ivanov-ferber.ru

издательство
МАНН, ИВАНОВ И ФЕРБЕР



facebook.com/miftvorchestvo



vk.com/miftvorchestvo



instagram.com/miftvorchestvo