

ЧТОБЫ ДОМ ДЫШАЛ УЮТОМ

*книга о кулинарии
и не только*



Татьяна Курносенкова

Татьяна Курносенкова

**Чтобы дом дышал уютом.
Книга о кулинарии и не только**

«Издательские решения»

Курносенкова Т.

Чтобы дом дышал уютом. Книга о кулинарии и не только /
Т. Курносенкова — «Издательские решения»,

ISBN 978-5-44-904545-4

У каждой хозяйки есть свое «фирменное» блюдо. «Свой» гастрономический рецепт — это не только особенный набор продуктовых ингредиентов и приправ, это еще и душа исполнителя кулинарного шедевра, его настроение, его отношение к тем, для кого он готовит. У автора книги «Чтобы дом дышал уютом» Татьяны Курносенковой «своих» рецептов набралось настолько много, что она пожелала ими поделиться с читателем. Казицина Н. В.

ISBN 978-5-44-904545-4

© Курносенкова Т.
© Издательские решения

Содержание

От автора	6
Глава I	7
Конец ознакомительного фрагмента.	15

Чтобы дом дышал уютом Книга о кулинарии и не только

Татьяна Курносенкова

Иллюстратор Светлана Станиславовна Щеглова

Фотограф Григорий Сергеевич Кудашов

Дизайнер обложки Екатерина Вячеславовна Чудакова

© Татьяна Курносенкова, 2018

© Светлана Станиславовна Щеглова, иллюстрации, 2018

© Григорий Сергеевич Кудашов, фотографии, 2018

© Екатерина Вячеславовна Чудакова, дизайн обложки, 2018

ISBN 978-5-4490-4545-4

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

От автора

Как появилась эта книга?

Во-первых, хочу поделиться тем, что знаю.

Во-вторых, и это главное, – запечатлеть свои мысли и воспоминания на бумаге. Дети не сядут и не будут за мной записывать, как не сделала этого я в свое время. Ушли из жизни бабушка с дедушкой, ушли родители. Много было интересного в их семейном укладе, и я надеялась, что когда-нибудь всё это запишу. Не случилось. Поэтому о своей жизни пишу сама.

Пишу о том, что мне интересно, чему я отдала много времени, размышлений, – делюсь «секретами» уклада своей семьи.

В книге рассказываю о том, что готовлю всю жизнь сама. Одновременно даю ссылки на оригинальные рецепты из «Книги о вкусной и здоровой пище» 1964 года издания. Сейчас нет проблем с поиском рецептов. Я делюсь не рецептами, а описываю процесс приготовления пищи и всё, что этому сопутствует. Сопутствует многое, в том числе важные моменты воспитания трех моих дочерей и приобщения мужа к повседневным заботам и хлопотам увеличивающейся год от года семьи. Пишу о том, что в жизни создает уют: забота о питании всей семьи, о ежедневной готовке, о домашней работе.

Татьяна Курносенкова

Глава I

Я не буду говорить о спальне, я не буду говорить о гостиной, я буду говорить о кухне, о кухне-столовой. Если по сути, то об очаге (в прямом и переносном смысле) нашего дома.

Когда заходишь в дом и там вкусно пахнет, сразу всплывают ассоциации из детства. Так вкусно пахло то ли дома, то ли в кино, в книжке, в сказке, у соседей... Этот запах создает чувство защищенности, заботы.

Что же это такое? Из чего всё это складывается? Откуда берется?

1. В доме должно быть чисто. Пусть даже в отдельно взятой кухне. Я знавала таких людей, у которых разруха или, по их словам, генеральная уборка была вечно. Мужчины не замечают, когда чисто, чем нас обижают. Они замечают, когда грязно. Следовательно, на кухне убираем всё: со столов, шкафов, подоконников. Пусть всё лежит хотя бы внутри. Убираем все кривые, косые цветы, страшные горшки. Надеваем перчатки и отмываем плиту, раковину, дверцы у шкафчиков, подоконник. Чистим сковороды, кастрюли и чайник.

На чистый стол кладем салфетки из бумаги, ткани, пластика, ставим салфетницу с салфетками, небольшую вазу или красивые солонку с перечницей. Сейчас много посуды. Купите несколько новых наборов тарелок, чашек, красивых стаканов.

Всё это под хорошую музыку может занять три-четыре часа, а может – две недели. Это зависит от вас. Результат порадует вас и ваших домочадцев.

2. Проводим ревизию продуктов. Были времена, когда перед началом готовки у меня имелись только чистая кастрюля и вода. Сегодня есть всё. Вопрос только в цене и целесообразности. Качественно – это не обязательно дорого.

Но начинаем все-таки с чистой посуды. У вас должны быть кастрюли разного размера, сковороды, миски, половники, ложки, хорошие ножи, разделочные доски. Запомните навсегда: для хлеба – отдельная доска, для сырого мяса, рыбы – отдельная, для всего остального – ещё одна или несколько, на ваше усмотрение.

В доме должны быть всегда и в первую очередь: масло растительное, лук, морковь, мука, соль! Во вторую очередь – на что хватает денег и что Бог пошлет, подарит.

Основное при готовке – секретный ингредиент. Я осознала это не сразу, но поняла, что без него никуда. По молодости готовила автоматически и добавляла его тоже автоматически. Со временем поняла, что именно с него надо начинать. Итак, мой секретный ингредиент: *желание* готовить и *любовь к тем*, для кого готовишь. Без этого будет просто стряпня или набор продуктов, термически обработанный. Вы же замечали, что из одних и тех же продуктов вкус блюд у всех получается разный. Недаром в сказке о Лягушке-царевне царь, пробуя хлеб, испеченный невестками, говорит: «Этот хлеб на черный день, этот в поле на работу, а этот на праздничный стол». Хлеб, испеченный Лягушкой-царевной, был приготовлен с любовью. Я не перестаю удивляться, но без этого ингредиента можно испортить даже простые бутерброды и яйца вкрутую.

Готовить нам приходится гораздо чаще, чем появляется желание, от этого никуда не денешься. Но, пожалуйста, не ворчите, не выказывайте своего отвращения к продуктам и всему тому, что делаете. Подумайте о чем-то другом, включите приятную музыку. Вот я только сейчас подумала о том, что телевизор на кухне у меня работает без звука. Наверное, на подсознательном уровне я не хочу, чтобы он перебивал мою энергетику. И всё то, что льется с «голубого экрана», не мешает священнодействию на кухне.

Есть выражение «практикующий врач». А я кто? Практикующий повар, кухарка? Можно назвать по-любому, но главное слово – «практикующий». Для меня это значит: творчески перерабатывающий теоретический материал. Я буду говорить о рутине, о ежедневной готовке, о домашней работе и заботе о питании всей семьи.

В этом небольшом отступлении хочу сказать, что мои кулинарные способности и пристрастия сложились под влиянием моего папы, который родился и вырос на Кубани, где его родня. Я там проводила школьные каникулы. Вообще, кухня на Кубани, продукты, сами хозяйки – это сказка. Готовить я начала в 10 лет, когда гостила у тетушки Оли на Кубани. Это были компот из свежих фруктов и суп. Думаю, что для 10-летнего ребенка это неплохо. Каждое лето к этому я прибавляла что-то новенькое. И к 15 годам я уже была «девушкой на выданье» – в том смысле, что первое, второе и компот приготовить могла. А еще к этому времени я могла пожарить сырники, рыбу, сварить варенье.

Думаю: что из еды я вспоминаю в первую очередь? Это драники и омлет. Мы жили в «пожарке». Старую контору пожарников отдали под жилье. Начало 60-х. Там жили несколько семей, это было что-то вроде коммунальной квартиры. Драники – это оладьи из картошки. Их чудесно готовил папа. А вот омлет могла самостоятельно жарить моя старшая сестра. Омлет был очень горячий, а мне года три-четыре. Конечно же, она ела быстрее меня. Мне доставалось меньше.

Пытаюсь вспомнить что-то еще, но опять – только драники и омлет. В детском саду – картофельное пюре с кабачковой икрой на ужин. Пюре и икра были очень вкусными. Помню молочный кисель, который я пробовала первый и последний раз в своей жизни. Сейчас это блюдо, по-моему, называется панакота. Помню манную кашу, над которой я сидела со слезами чуть ли не до обеда. Она была несладкая и с комочками. Мама дома варила манную кашу жиденькую, сладкую, с маслом и горячую, а в садике – всегда холодная.

Сказкой был творожный сырок, которым угощала подружка. Сырок был на палочке и в шоколаде, как эскимо.

Из чего складывается наша еда? Для меня это щи-борщи, основное второе блюдо, салаты-закуски и «что-нибудь еще».

Классификация первых блюд у меня следующая:

1. Щи-борщи
2. Солянка
3. Уха (рыбный суп)
4. Супы
5. Всё остальное

Щи – это первое блюдо, основу которого составляют овощи, преимущественно капуста. Борщ – практически то же самое, но первую скрипку в нем играет свёкла.

Сделаю небольшое отступление. Первые блюда удобно готовить в кастрюле, высота которой больше ширины примерно в два раза. Это удобно, потому что гуща будет составлять примерно половину всего объема и это будет наглядно.

Итак, **щи**. Бывают на мясном бульоне, бывают постные, то есть без мяса. Рассмотрим мясной вариант. Берите то мясо, которому отдаете предпочтение: говядина, свинина, баранина, курица.

Я совсем не понимаю «гурманов», для которых щи из говяжьей грудинки – классика. Ну не ела я таких щей.

Для наваристого бульона желательно, чтобы была костная основа. Из одной мякоти навар не будет. У меня кастрюля 6—7 литров. Я беру свиное рагу, 0,7—1,0 кг. Хорошо промываю от мелких косточек, заливаю холодной водой и ставлю на огонь; когда закипит, снимаю пену. Убавляю огонь на минимум, и пусть варится 1—1,5 часа. Если это курица, то чуть меньше. Когда мясо сварится, достаём его из кастрюли. Пока варились мясо, готовим овощи. На указанный объем берем луковицу с кулак и режем ее мелко. Среднюю морковь можно потереть на терке, но я режу ее соломкой и пассирую вместе с луком на медленном огне. Лук и морковь можно заложить и без обжарки. Капусту мелко шинкуем, картошку режем кубиками. Если ваши домашние не любят лук в бульоне, то вместе с мясом положите вариться

целую очищенную луковицу, а перед закладкой овощей удалите ее из кастрюли. В готовый бульон поочередно закладывайте с интервалом 3—5 минут: лук, морковь, картофель, капусту, 2—3 ст. ложки хорошей томатной пасты, соль. Не устаю повторять о хорошей томатной пасте. Никаких соусов, и далее – только качественная томатная паста. Определитесь с производителем, маркой. Купите несколько баночек. Это тоже один из обязательных продуктов, пусть и не первоочередной. Если вы купили большую банку томатной пасты, а расходуете ее медленно, то можно разложить ее чистой ложкой в несколько баночек меньшего объема, по поверхности посолить мелкой солью, залить несколькими ложками растительного масла. Так паста сохранится дольше.

Дальше начинается самое важное – придание вкуса. Сваренное мясо срезать с костей и положить обратно в бульон, добавить перец горошком, 3—5 шт. Если дело происходит летом, то добавляйте свежие помидоры, 2—3 шт., среднего размера, мелко порезав. Добавляйте перец молотый, приправу «хмели-сунели» или «для шашлыка», $\frac{1}{2}$ чайной ложки, измельченный зубчик чеснока, зонтик укропа, лавровый лист. Зонтики укропа заготавливаю один раз в конце лета. На даче срезаю ветки укропа с зонтиками семян в большой пучок. Перевязываю его веревкой, как веник. Подвешиваю вниз головками в затемненном месте. Когда высохнет, забираю домой и в таком же положении пристраиваю его на лоджии или убираю в тканевый мешок. Можно пучок укропа просто купить на рынке. Рекомендую «хмели-сунели» и приправу для шашлыка, потому что использую сама и потому, что они более универсальные, то есть оптимально насыщены по вкусу. Если у вас есть свои предпочтения, пожалуйста, используйте, но всегда знайте меру. В щи со свежей капустой необходимо добавить кислоты. Это может быть уксусная эссенция, в моем случае – 1 чайная ложка, или лимонная кислота (начните с половины чайной ложки). Всё попробуйте. Чего не хватает? Соли, кислоты, сахара. Да-да, сахар можно добавлять тоже. Когда все овощи проварятся, огонь выключайте и дайте щам настояться хотя бы полчаса. Разливайте в глубокие чашки, подайте сметану или майонез, свежий хлеб.

Щи со свежей капустой я варю с июня по декабрь. А вот с декабря по конец мая – с квашеной. Это объединение! Ингредиенты аналогичные, но соленая капуста варится гораздо дольше, 1,5—2 часа. Ее можно класть сразу с мясом и тихонечко томить. Когда капуста дойдет почти до готовности (станет мягкой), закладывайте лук, картофель, специи. Уксус добавлять уже не надо, а вот сахар, скорее всего, да. Пробуйте и добавляйте специи. «Щи суточные» – это как раз относится к этому случаю. Приготовили – не торопитесь разливать по тарелкам. Дайте настояться несколько часов, а лучше сутки.

Бывает, что щи получаются пустоватыми. В таком случае в них всегда можно добавить готовую консервированную фасоль или готовые грибы. С фасолью и грибами варят щи в пост (совсем без мяса).

Существует еще один вариант щей: **щи зеленые**. Это когда вместо капусты используют свежий щавель. Кто не пробовал, может носом не крутить. Такие щи готовят летом, весной – когда появляется первая зелень. Они очень легкие и аппетитные. Мой папа часто готовил их на даче. В кипящий куриный бульон закладываются порезанный лук, картофель. В это время необходимо хорошо промыть, обсушить и порезать пучок щавеля. Всё вместе должно прокипеть 2—3 минуты. Вы даже специи не успеете добавить, как щи будут готовы. Отдельно сварите вкрутую яйца (из расчета $\frac{1}{2}$ — 1 шт. на порцию). В глубокую тарелку положите половину яйца (для детей можно потереть на терке), налейте щи, добавьте сметану или майонез. Зеленые щи можно есть летом и холодными. Когда папа готовил на даче, то он всегда вместе со щавелем в щи клал пару веточек молодой крапивы. Ее вкус никак не чувствуется, но, говорят, витаминов уйма. Я тоже так делаю.

Борщ – это немного другая песня. Это блюдо юга Руси, Украины. Первую скрипку в нём играет свёкла. Свёклу можно предварительно запечь, отварить, потушить, поджарить с луком и морковью.

Готовится мясной бульон. Затем, как говорят на Кубани, борщ «складывают». В кастрюлю с бульоном «складывают» картофель, порезанный брусочками, мелко нашинкованную свежую капусту, свёклу, уже приготовленную, потертую на крупной терке или порезанную соломкой. В борщ обязательно кладут свежие помидоры. Их можно мелко порезать, можно мелкие опустить в бульон целиком, можно заранее потушить вместе со свёклой и морковью. Добавьте сюда же болгарский перец, пару зубчиков чеснока. Кислинку может придать тот же уксус или лимонная кислота. Чтобы бульон был густым и насыщенным, при варке мяса положите в бульон очищенную картофелину. В конце варки борща достаньте ее и растолките в пюре. Затем обратно положите в бульон. Заправляйте борщ вашими приправами. Наваристый борщ немыслим без зелени. Мелко порежьте укроп, лук и добавьте в порционные чашки вместе со сметаной (майонезом).

Пикантность кубанскому и украинскому борщу придаст небольшой, примерно со спичечный коробок, кусочек старого сала. Его мелко секут ножом до кашицеобразного состояния вместе с чесноком (1—2 зубчика) и в самом конце варки добавляют в бульон. Хлеб можно подать ржаной или белый, но обязательно свежий и хрустящий. В ресторанах и кафе к борщу иногда подают маленькие булочки, сверху натертые чесноком.

Солянка. Первый раз настоящую солянку я попробовала в Ленинграде, в кафе на Невском проспекте, в конце 70-х, когда гостила у сестры. Там было всё, чему положено быть в солянке, и ничего лишнего. Много я ела разных солянок, но в своей готовке всегда стараюсь воспроизвести первоначальный ленинградский вариант.

Для меня солянка – это праздничное богатое блюдо. Дома я готовлю ее на Новый год. Заранее покупаю мясные продукты самого хорошего качества. Хорошую солянку нельзя сварить из каких-то остатков с банкетного стола. Солянка – царица праздничного стола.

Кастрюлю беру самую большую: 7 литров. Для бульона – свиное рагу или курицу. В холодную воду закладываю мясо, целую очищенную луковицу и целую очищенную морковь. Как закипит, тщательно снимаю пену. Добавляю перец горошком, 6—10 шт. Убавляю огонь. В это время мелко режу соленые огурцы, 5—6 штук средней величины, и 2 луковицы. На растительном масле всё равномерно жарю, то есть регулярно помешивая, не допуская, чтобы лук подгорел.

Для приготовления солянки нам потребуется: колбаса вареная или сосиски высшего качества, колбаса полукопченая, грудка копченая, мясо, которое варилось в бульоне. Всего 500—600 г.

Вареную колбасу режем кубиками, полукопченую колбасу – небольшими брусочками, грудку – соломкой, копченое мясо и мясо из бульона – небольшими кусочками.

Извлекаем из бульона всё, что варилось в нём, и закладываем всё, что приготовили: огурцы с луком, мясную нарезку. Солим. Томим на медленном огне. Добавляем 3 полных столовых ложки хорошей томатной пасты; перекладываем из банки оливки или маслины с косточкой (считаю, что в них больше сока); 2 зубчика чеснока, перец красный молотый на кончике ножа, чайную ложку «хмели-сунели».

Все перемешиваем, пробуем. Должно получиться кисленько и остро. Можно добавить чуть рассола из оливок или огурцов. У каждого свой вкус, но постарайтесь довести его до совершенства.

Подавайте солянку горячее, в самых красивых тарелках. На стол подайте нарезанный лимон, сметану (майонез), зелень, перец черный молотый.

Еще готовят солянку «по-домашнему» – это с картошкой и меньшим количеством мясных продуктов; но это не мой вариант. Царица она и есть царица – одна такая!

*Из «Книги о вкусной и здоровой пище»,
1964 г.:*

Сборная мясная солянка

Репчатый лук нашинковать, слегка поджарить и тушить с томатом и маслом, полив немного бульона. Огурцы очистить от кожицы, разрезать на две части и нарезать ломтиками. Мясные продукты (вареные и жареные) могут быть различные: мясо, ветчина, телятина, почки, язык, сосиски, колбаса и пр. Их следует нарезать тонкими ломтиками, положить в кастрюлю с приготовленным луком, прибавить огурцы, каперсы, соль, лавровый лист, залить бульоном и варить 5—10 минут. Можно добавить нарезанные кружочками помидоры.

При подаче к столу в солянку положить сметану, маслины, ломтики лимона, очищенного от кожицы, мелко нарезанную зелень петрушки или укроп.

На 500 г мяса (для бульона) — 300 г вареных или жаренных мясных продуктов, 4 соленых огурца, 2 головки репчатого лука, 2 ст. ложки томат-пюре, 3 ст. ложки масла, по 1 ст. ложке каперсов и маслин, 100 г сметаны и ¼ лимона.

Уха. Рыбный суп. Думаю, что уха — это из свежей рыбы, а рыбный суп — из всего остального.

Про уху написано много... Особенно баек. Буду говорить о той ухе, которой надо конкретно накормить людей. Когда идем на природу и говорят, что будем готовить уху, то я знаю: будет только рыба, а всё остальное надо брать из дома, начиная с посуды.

Для ухи на природе требуется ведро (эмалированное) или котелок литров на десять, не меньше. Это для компании из 12—15 человек, включая детей. Затем разделочные доски, ножи, вода, половник, две-три миски, картофель, помидоры, лук, морковь, соль, перец, чеснок, зонтики сухого укропа, лавровый лист, зелень.

Можно для страховки взять крупу, это если рыбы будет совсем чуть-чуть. Крупа может быть: пшеничная, пшенная, кус-кус. Лучше и рыбу взять с собой. Мужчины пусть для разнообразия удочки закидывают.

Свежую речную рыбу необходимо хорошо почистить, выпотрошить, удалить жабры. Для ухи не годятся караси. Всё остальное, что у нас водится, пойдет. На ведро 10 литров понадобится 1,5—3 кг рыбы.

Если это крупная рыба — сазан, судак, щука, сом, карп, — то сначала в кипящую воду закладываем голову и хвост. Оставшуюся тушку разрезаем на небольшие порционные куски. Вместе с головой запускаем 2—3 целых луковицы, 1 морковь. Когда всё закипит, огонь делаем меньше. Заранее моем, чистим, режем картофель крупными кусками (6—7 шт.), помидоры — на 4 части (2—3 шт.).

Минут через пятнадцать, когда прокипит, проварится голова, в ведро опускаем картофель, остальную рыбу, помидоры, чеснок, зонтики укропа, соль, перец. Если рыбы немного и уха получается жидкая, добавьте 100—150 г крупы. Если рыба большая и ее много, то сварите сначала рыбу кусками, выньте ее из бульона в блюдо, а уху доварите без нее. На природе всегда хочется побольше зелени. Не скупитесь. В данном случае мелко порезанный лук, укроп, петрушку можно запустить прямо в ведро перед окончанием варки. Дайте ухе чуть настояться. На природе пойдут большие миски. В каждую положите по куску рыбы и разлейте половником уху. Детям заранее отделите рыбу от костей и дайте остыть бульону.

Уху на природе, в больших количествах, мне приходилось готовить дважды. Первый раз, когда мы жили и работали по распределению, после института, в Оренбургской области.

На Первое мая после демонстрации вся молодежь с «Узла связи» собралась за реку. Человек двенадцать-пятнадцать девчат и ребят, и мы – уже молодая семья. Старшей дочери четыре года, младшая только в феврале родилась. Поэтому мы были еще с большой детской коляской.

Кто-то пошел ловить рыбу, кто-то разводил костер, остальные играли в мяч. Запомнилась сама атмосфера беззаботности, вдыхания, если можно так сказать, весеннего воздуха. Всем было весело, хорошо. Никто никого не напрягал. Да, мы сварили уху, наверное, всю ее съели. Всё было в кайф, потому что мы были молоды.

Совсем другой уха была во второй раз. Нам по 40 лет. Мы живем и работаем в Красном Яре, дети подросли. Друзья не только местные, но и городские – всего четыре семьи с детьми. Понятий, как проводить время на природе, у всех прибавилось. Сазана на 3,5 кг я купила на рынке. Заранее его почистила. Можно сказать, выщипала чешую: сазана трудно чистить. Уха получилась вкусная, много рыбы. Все сытно поели. В мяч почти не играли, больше сидели в шезлонгах и разговаривали. Больше такой компанией мы не собирались.

Уха готовится на один раз. Поэтому дома берите маленькую кастрюлю – 2,5—3 литра – и повторяйте всё то же самое. Только рыбу и овощи режьте помельче. Если используете мелкую речную рыбу, то, отварив ее, лучше выложить в блюдо и довести уху до готовности без нее, чтобы мелкие косточки не остались в бульоне. Всё остальное (а именно – когда вы используете замороженную морскую рыбу и рыбные консервы), по моему мнению, является рыбным супом. Опять обращаю ваше внимание, что и замороженная рыба, и консервы должны быть хорошего качества.

Из замороженного я использую семгу, форель, горбушу, сайру; консервы в масле – сайру, скумбрию, сельдь.

В кастрюле в 2,5 литра будет четыре хороших порции. В кипящую воду кладем мелко нарезанный лук, небольшую морковь – соломкой. Через 5 минут – порезанный картофель (2 шт. размером с яйцо), рыбу кусочками, крупу – одну горсть. Огонь убавляем. Еще через семь минут солим, перчим, кладем лавровый лист, свежий помидор режем пополам и трем на крупной терке, добавляем в бульон без кожицы; 2 зубчика чеснока, сухой укроп.

К ухе из благородной рыбы можно подать лимон.

Один или два раза в месяц я всегда варю уху или рыбный суп. Во-первых, для разнообразия, во-вторых, это легкое блюдо и в рационе семьи необходимо. Пара банок рыбных консервов у меня всегда есть в холодильнике.

*Из «Книги о вкусной и здоровой пище»,
1964 г.:*

Уха

Наиболее вкусная уха готовится из живой рыбы (стерляди, окуня). Уху можно варить также из судака или разной мелкой рыбы, за исключением карася и линя. Для придания ухе необходимой клейкости мелкую рыбу – ершей и окуней – следует варить, не счищая с них чешуи, выпотрошенными, тщательно промытыми. У окуней, кроме внутренностей, надо удалить жабры, иначе бульон получит горьковатый привкус.

Подготовленную рыбу положить в кастрюлю, залить холодной водой, добавить очищенные корни, лук, соль и варить при медленном кипении от 40 минут до часа. После этого бульон процедить.

Для того чтобы получить прозрачную уху, надо произвести оттягивание (осветление) паюсной или зернистой икрой. Для этого 50 г икры растереть в ступке, постепенно добавляя по ложке холодной воды, до получения тестообразной массы. Растертую икру

развести стаканом холодной воды, добавить стакан горячей ухи и, размешав, влить в два приема в кастрюлю с горячей ухой. После того как будет влита первая часть, уха должна закипеть и только тогда можно влить остальную часть оттяжки. При вторичном закипании ухи крышку с кастрюли снять и варить при слабом кипении 15—20 минут.

Когда уха будет готова, надо снять ее с огня и дать постоять 10—15 минут, чтобы оттяжка осела на дно кастрюли. После этого осторожно процедить. Готовую уху подают с кулебякой, расстегаем. В тарелку с ухой можно положить кусок вареной рыбы.

На 1 кг рыбы – по 1 шт. лука-порея, петрушки и сельдерея, 1 головку репчатого лука, 2½—3 л воды.

Супы – это большая категория первых блюд. В любой кулинарной книге вы найдете несколько разделов, посвященных супам: мясные, крупяные, овощные, молочные, фруктовые и т. п.

Расскажу о том, что готовлю и что едим сами. Для меня суп – это в первую очередь хороший бульон. Суп готовится на один раз и, в общем, он должен быть легким и красивым.

На каждый день я стараюсь готовить универсальные блюда. В том смысле, что смогли бы есть и дети, и пожилые люди, и мы сами.

Бульон в супе – это основное. Сготовил бульон – считай, что еда уже есть. Для супа использую, в основном, курицу. Она легкая, быстро готовится. Мяса для приготовления бульона беру от 1/4 до 1/7 от всего объема. Если беру куриную грудку на 800 г, то закладываю ее в трехлитровую кастрюлю. А если беру семилитровую кастрюлю, то курицу кладу целиком – 1,2—1,5 кг, или свиное рагу – 1 кг.

Мясо перед закладкой в кастрюлю необходимо тщательно промыть. Когда мясо рубленое, то могут остаться мелкие косточки. Мясо закладываю в холодную воду и ставлю на газ. Когда вода закипит, тщательно собираю пену. Затем убавляю огонь и варю до готовности. Для кусочков курицы хватит 25—30 минут; для целой курицы – 40—60 минут. Для приготовления вкусного бульона кладем в кастрюлю, после того как сняли пену, луковицу и морковь. В конце варки они просто удаляются, и вы сможете положить немного моркови, потертой на терке, и мелко порезанный лук.

Итак, для приготовления куриного бульона как самостоятельного блюда вам потребуются: кастрюля (три литра), куриная грудка (800 г), 1 луковица, 1 морковь, соль, перец горошком (5—6 шт.), приправа «хмели-сунели» (½ чайной ложки), зубчик чеснока. Когда всё сварится, мясо выньте из бульона, порежьте на кусочки, разложите в бульонные чашки или пиалы, залейте бульоном. Подайте мелкие сухарики, черный молотый перец, зелень.

Если у вас остались кусочки куриного мяса, то их можно использовать в салате или приготовить бутерброды, просто поест холодное мясо с хреном или горчицей.

Мясной бульон – это основа всех супов. Бульон можно приготовить в большом объеме, про запас. А вот суп из него надо готовить только на один раз.

Следовательно, надо отлить в отдельную кастрюлю такую порцию, которую сразу съедите. Из оставшегося бульона обязательно уберите лук и морковь. Я читала, что оставшийся бульон можно заморозить, даже порционно. Сама я так никогда не делала. Едим всё сразу.

Итак, из мясного бульона готовим суп на один раз.

Суп картофельный. В супы овощи режутся мелко, красиво, аккуратно. Картофель необходимо порезать соломкой или тоненькими брусочками. Морковь можно потереть на крупной терке или красиво порезать.

В кипящий мясной бульон кладется морковь (для красоты), лук можно не класть вовсе, так как целые лук и морковь уже сварились в бульоне до того и насытили его.

Затем закладываем картофель. Огонь убавляем и на среднем огне варим суп до готовности. Рекомендую положить мелко нарезанный зубчик чеснока, мелко порезанный свежий помидор, $\frac{1}{2}$ чайной ложки приправы, 1 лавровый лист, перец молотый, зелень по вкусу.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.