

Алькаев Эдуард

**Секреты
русской кухни**

ББК 36.997
A56

Охраняется Законом РФ об авторском праве.
Воспроизведение всей книги или любой ее части
воспрещается без письменного разрешения издателя.
Любые попытки нарушения закона
будут преследоваться в судебном порядке.

Оформление художника И.А. Озерова

A56 **Алькаев Э.Н.**
Секреты русской кухни. Разнообразные меню для будней и праздников. — М.: ЗАО Центрполиграф, 2005. — 287 с.

ISBN 978-5-519-73269-7

Для любителей и знатоков кулинарии в этой книге собраны лучшие рецепты русской кухни, которые помогут разнообразить питание и на основе которых можно приготовить как повседневный стол, так и праздничное застолье. Автор предлагает всем убедиться, что приготовление пищи, хотя это и искусство, но доступно каждому, кто воспользуется его советами и проявит немного фантазии изобретательности.

ББК 36.997

ISBN 978-5-519-73269-7

© Алькаев Е.Н., текст, 2005
© Художественное оформление,
ЗАО «Центрполиграф», 2005
© ЗАО «Центрполиграф», 2005

РУССКАЯ КУХНЯ ВЧЕРА И СЕГОДНЯ

Национальная кухня является неотъемлемой частью всякой национальной культуры и так же, как и вся культура, зависит от географического положения страны, климатических условий, ее истории, религии и от традиций, складывающихся в народе на протяжении многих веков.

При всем этом национальная кухня не есть нечто замкнутое и застывшее раз и навсегда. Так же как происходит взаимовлияние различных культур, точно так же и элементы одной национальной кухни могут проникать в другую.

Так, например, в XIX веке на русскую кухню огромное влияние оказала кухня французская, именно благодаря ей появились привычные сегодня бульоны, различные соусы, слоеное тесто, изысканные блюда из овощей, птицы, рыбы. К числу стран, позволившим России значительно расширить ассортимент блюд своей национальной кухни, можно также отнести Голландию, Германию, Италию.

Но и сама русская кухня, благодаря своей неповторимости и самобытности, давно стала очень популярной во всем мире. Ведь недаром такие исконно русские блюда, как щи, каша, пироги вошли в меню многих зарубежных ресторанов.

Настоящей гордостью русского стола являются первые блюда; кроме щей, это рассольники, борщи, солянки, похлебки, окрошки, свекольники, ботвиньи и, конечно же, уха.

Известно, что русские ели преимущественно ржаной хлеб, пшеничная мука употреблялась на просфоры, а в домашнем быту на калачи, которые для простого народа были лакомством только в праздничные дни.

Из кушаний, приготовляемых из теста, первое место занимали пироги и блины. Причем, нужно отметить, что изначальным символом Масленицы были вовсе не блины, а пироги с сыром и хворосты — вытянутое тесто с маслом.

К числу блюд, особо почитаемых на Руси, относится каша, овсяная или гречневая. «Кашею» в старицу даже назывались брачные пиры.

Вообще ко всяkim кушаньям, в особенности к мясным и рыбным, русские любили примешивать пряности, в особенности лук, чеснок и шафран. На стол всегда подавались соленья. У домовитых хозяев в погребах неизменно стояли емкости с самыми различными солеными, нагнетенными камнями и засеченными в лед.

Из напитков, употребляемых русскими в старину, самыми распространенными были квас, морс, пиво, мед, водка и виноградные вина.

Вообще же русский стол издавна подразделялся на скоромный и постный, что отвечало церковным законам. Например, очень популярный на Руси кисель, который приготавливается из овсяной или пшеничной муки, в скоромные дни подавался с молоком, в постные — с растительным маслом. Число же постных дней в году доходило до двухсот.

На Руси, как и во всем мире, каждый религиозный праздник сопровождался определенным столом, а также особо предпочитаемым блюдом. Тушеный гусь — неотъемлемая часть Рождества, куличи и крашеные яйца — Пасхи, а жареные блины стали настоящим символом Масленицы. Традиционные обрядовые кушанья — это каравай на свадьбе, пироги с яблоками на именинах, кисель и кутья на поминках.

Отрадно отметить, что в последние годы проявляется особый интерес к возрождению старых традиций русского народа, в том числе и кулинарных. И нам действительно есть чем гордиться.

ХОЛОДНЫЕ БЛЮДА И СОУСЫ

ПОМИДОРЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ ПО-РУССКИ

У помидоров срезать плодоножки и чайной ложкой вынуть из них мякоть. В подготовленные таким образом помидоры заложить жареные грибы, вынутую мякоть, полить грибным соусом, сверху посыпать тертым сыром и запечь в жарочном шкафу. Украсить зеленью петрушки.

Состав: помидоры — 4 шт., жареные белые грибы — 150 г, грибной соус — 100 г, сыр — 60 г, зелень петрушки.

КВАШЕННАЯ КАПУСТА

Пластовую квашеную капусту нарезать шашками 2×2 см.

Выложить в салатник, полить растительным маслом, сверху украсить шинкованным зеленым луком.

Состав: квашеная капуста — 125 г, растительное масло — 15 г, зеленый лук — 10 г.

МАРИНОВАННАЯ КАПУСТА

Приготовить маринад: гвоздику, корицу, соль, сахар и 3%-й уксус прокипятить и процедить. Белокочанную капусту нашинковать соломкой и поместить в неокисляющуюся посуду, добавить подготовленный маринад и нагреть на плите до тех пор, пока капуста не станет мягкой. Затем ее охладить, полить растительным маслом, перемешать и выложить в салатник. Украсить клюквой, зеленым луком.

Состав: капуста — 150 г, растительное масло — 20 г, клюква — 20 г, зеленый лук; *для маринада:* 3%-й уксус — 25 г, сахарный песок — 20 г, корица, гвоздика, соль по вкусу.

РЕДЬКА С КВАСОМ ИЛИ УКСУСОМ

Очищенную редьку пропустить через терку, посолить, заправить растительным маслом, квасом или уксусом. Украсить зеленым луком.

Состав: редька — 120 г, растительное масло или

квас — 20 г или 3%-й уксус — 10 г, зеленый лук — 15 г, соль по вкусу.

КАБАЧКИ ПО-ДЕРЕВЕНСКИ

Кабачок очистить от кожицы, отварить до полуготовности, и разрезав поперек по 3—4 см, вынуть ножом сердцевину.

Приготовить фарш: очищенную морковь натереть на терке и потушить в молоке с маслом, затем добавить пассерованный лук, нарезанное мелко вареное яйцо, вынутую сердцевину кабачка, соль, перец и все это довести до готовности.

Кольца кабачков наполнить готовым фаршем, полить майонезом и запечь в духовке.

Подать на стол с зеленью петрушки.

Состав: кабачки — 200 г; для фарша: морковь — 75 г, лук — 20 г, яйцо — 1/2 шт., соль, перец, молоко, масло, майонез — 30 г, зелень петрушки.

СВЕЖИЕ ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ РУБЛЕННОЙ СЕЛЬДЬЮ

Свежие яблоки вымыть, разрезать вдоль пополам, удалить сердцевину и чайной ложкой вынуть мякоть.

Заполнить яблоки рубленой сельдью, положить на тарелку фаршем кверху, посыпать мелко нарубленным яйцом и нарезанной зеленью.

Состав: яблоки — 2 шт., рубленая сельдь — 4 ст. ложки, яйцо — 1 шт., зелень — 1 ч. ложка.

ЗЕЛЕНИЙ ЛУК

Зеленые перья лука свернуть в пучок и уложить на пирожковую тарелку.

Отдельно подать сметану, соль, перец.

Состав: зеленый лук — 75 г, сметана — 20 г, соль, перец по вкусу.

РЕДИС С ГОРЯЧИМ КАРТОФЕЛЕМ

Отобрать средние корнеплоды редиса, срезать пло-

доношки и хвостики, промыть холодной кипяченой водой и уложить в салатник.

Отдельно подать горячий отварной картофель, политый сливочным маслом, также отдельно можно подать сметану и зелень.

Состав: редис — 75 г, отварной картофель — 75 г, сливочное масло — 15 г, сметана — 15 г, зелень.

СВЕКЛА С ЧЕСНОКОМ

Свеклу сварить в кастрюле с добавлением уксуса, затем охладить ее, очистить и измельчить на терке. Чеснок очистить и тоже измельчить на терке, заправить майонезом, выложить в салатник и посыпать измельченными орехами.

Состав: свекла — 125 г, майонез — 30 г, орехи — 15 г, чеснок — 2 долики, 3%-й уксус.

СОЛЕНЫЕ ГРИБЫ С КАРТОФЕЛЕМ

Охлажденный отварной картофель нарезать ломтиками, добавить также нарезанные соленые грибы, репчатый лук, нарезанный полукольцами, заправить растительным маслом, поперчить, перемешать и выложить в салатник горкой, украсив зеленью.

Состав: картофель — 40 г, соленые грибы — 60 г, репчатый лук — 20 г, растительное масло — 30 г, зелень, перец.

ГРИБНАЯ ИКРА

Два стакана сухих грибов (подосиновики, подберезовики, маслята) замочить в холодной воде, а когда грибы набухнут, воду слить. Снова залить грибы небольшим количеством воды и поставить на огонь. Отваренные и остывшие грибы пропустить через мясорубку с мелкой решеткой, добавить грибной бульон. Затем поджарить на растительном масле мелко рубленный репчатый лук. Лук соединить с грибной массой, посолить, добавить сахарный песок, уксус и тщательно вымешать.

Подать как самостоятельное блюдо в холодном виде либо приготовить бутерброды.

Состав: сушеные грибы — 2 стакана, репчатый лук — 1 кг, растительное масло, сахарный песок, уксус, соль.

СЕЛЕДКА С ЯЙЦАМИ

Чистое филе сельди без кожи и костей мелко изрубить, смешать с молоком, яйцами, мукой, мелко шинкованным луком, и запечь все это на сковороде с маслом в духовке.

Состав: филе сельди — 2 шт., молоко — 0,5 л, яйца — 8 шт., мука — 100 г, лук, масло.

СЕЛЬДЬ ПОД «ШУБОЙ»

Сельдь очистить от внутренностей, кожи, отделить филе, удалить крупные и мелкие кости. Филе нарезать мелкими кусочками. Лук мелко нарезать, все остальные продукты измельчить на терке. На дно селедочкины положить лук, на него рыбу, затем слоями картофель, яйца, морковь, свеклу. Слой свеклы разровнять, залить майонезом. Поставить в холодильник на 2–3 часа.

Состав: соленая сельдь — 1—2 шт.,вареный картофель — 2—3 шт., репчатый лук — 1 шт., яйца — 2—3 шт.,вареная морковь — 1 шт.,вареная свекла — 2 шт., майонез — 4 ст. ложки.

ЩУКА, ФАРШИРОВАННАЯ ЦЕЛИКОМ

У щуки надрезать кожу головы и осторожно, чтобы не порвать, снять ее целиком по направлению от головы к хвосту. Хребтовую кость надломать у хвостового плавника, в результате чего хвостовой плавник отделяется вместе с кожей.

После снятия кожи щуку выпотрошить, промыть, отделить мякоть от костей и использовать ее для фарша, который готовится следующим образом. Репчатый лук пошипиновать и обжарить, белый хлеб замочить в молоке. Мякоть рыбы, замоченный белый хлеб, репчатый лук пропустить 2 раза через мясорубку, соединить со сливочным маслом, добавить яйцо, соль, перец и

все тщательно перемешать, взбивая до получения однородной пышной массы.

Подготовленным фаршем заполнить снятую со щуки кожу и придать ей форму целой рыбы. Отверстие зашить, завернуть в марлю, перевязать нитками. Завернутую рыбку отварить с добавлением соли и кореньев, затем вынуть ее из бульона, положить на противень, сверху поместить груз (рыба при этом должна лежать на боку). Когда рыба остынет, выложить ее на круトン и блюдо, приставить вареную голову, оформить сливочным маслом, лимоном. Гарнировать по периметру всевозможными овощами, нарезанными разной формы.

Подать к блюду томатный соус, сметанный соус, соус хрен, зелень.

Состав: щука — 2,2 кг, белый хлеб — 420 г, молоко — 450 г, репчатый лук — 900 г, сливочное масло — 200 г, чеснок — 25 г, яйца — 3 шт., специи, соус — 1 кг, лимон, зелень.

РЫБА ПОД МАЙОНЕЗОМ ПО-СИБИРСКИ

Чистое филе трески, омуля, жереха припустить в воде с солью, перцем, лавровым листом. Затем охладить и нарезать на порционные куски. Овощи на гарнир нарезать мелкими кубиками.

Небольшое количество овощей заправить майонезом с ланспиком (уваренным до желобобразного состояния бульоном) и выложить на блюдо в середину. Сверху выложить готовые куски рыбы, а по кругу — оставшийся гарнир. Рыбу полить майонезом, а гарнир — маслом.

Состав: рыба — 90 г, морковь — 20 г, зеленый горошек — 20 г, картофель — 20 г, соленые огурцы — 20 г, майонез с ланспиком, масло, зелень, специи.

РЫБНОЕ АССОРТИ

В состав рыбного ассорти входит не менее 3—4 видов рыбных продуктов. Рыбу нарезать тонкими широкими ломтиками и красиво уложить на блюде вместе с

гарниром, полить маслом. Для гарнира овощи нарезать мелкими кубиками и уложить, чередуя по цвету букетами. Украсить зеленью, маслинами, лимоном.

Состав: малосоленая семга — 40 г, севрюга горячего копчения — 40 г, лососина — 50 г, сардины или шпроты — 35 г, корюшка в масле — 35 г, зернистая или кетовая икра — 10 г, огурцы — 30 г, помидоры — 40 г, корнишоны — 20 г, стручковый сладкий маринованный перец — 60 г, маслины — 10 г, лимон — 15 г, зелень, масло.

РЫБА ЗАЛИВНАЯ

Чистое филе рыбы без костей отварить и нарезать на порции. Подготовленную рыбку уложить на противень, сверху ее украсить зеленью, лимоном, вареной морковью, закрепить частью охлажденного желе и дать остывать. Когда рыба застыла, а украшения закрепились, рыбку полностью залить оставшимся желе. Полностью застывшую рыбку вырезать вместе с желе и подать на блюде с овощным гарниром или без. Рыбу можно залить в форме или в самом блюде. Отдельно подать соус хрен.

Приготовление рыбного желе. После обработки рыбы кожу, кости и чешую тщательно промыть, залить холодной водой, довести до кипения, добавить морковь, лук, коренья петрушки, другие приправы и варить 1,5 — 2 часа. Готовый бульон процедить. Далее ввести желатин (предварительно замоченный в воде), размешать до полного растворения, добавив соль, перец и лавровый лист.

Для осветления бульона приготовить оттяжку: яичные белки перемешать с холодным бульоном в пропорции 1:5, ввести в горячий, но не кипящий бульон и довести до кипения. Затем кастрюлю с бульоном убрать с огня, дать отстояться 20—25 минут и процедить бульон через льняную ткань.

Состав: белуга — 280 г, осетрина — 250 г, севрюга — 265 г, свежая кета — 220 г, лосось — 215 г, форель — 215 г, сиг — 235 г, судак — 255 г, сазан — 250 г, сом — 270 г, карп — 250 г, щука — 250 г, лимон, зелень, морковь, готовое желе — 150 г, соус хрен — 50 г; **для желе:** рыбные отходы — 2 кг,