

К.Я. Дедрина

Кухня на примусе

**Настольная поваренная книга
для быстрого приготовления
простых и дешевых обедов**

**Москва
«Книга по Требованию»**

УДК 641.5
ББК 36.99
К11

K11 К.Я. Дедрина
Кухня на примусе: Настольная поваренная книга для быстрого приготовления простых и дешевых обедов / К.Я. Дедрина – М.: Книга по Требованию, 2021. – 162 с.

ISBN 978-5-458-53363-8

ISBN 978-5-458-53363-8

© Издание на русском языке, оформление

«YOYO Media», 2021

© Издание на русском языке, оцифровка,

«Книга по Требованию», 2021

Эта книга является репринтом оригинала, который мы создали специально для Вас, используя запатентованные технологии производства репринтных книг и печати по требованию.

Сначала мы отсканировали каждую страницу оригинала этой редкой книги на профессиональном оборудовании. Затем с помощью специально разработанных программ мы произвели очистку изображения от пятен, кляксы, перегибов и попытались отбелить и выровнять каждую страницу книги. К сожалению, некоторые страницы нельзя вернуть в изначальное состояние, и если их было трудно читать в оригинале, то даже при цифровой реставрации их невозможно улучшить.

Разумеется, автоматизированная программная обработка репринтных книг – не самое лучшее решение для восстановления текста в его первозданном виде, однако, наша цель – вернуть читателю точную копию книги, которой может быть несколько веков.

Поэтому мы предупреждаем о возможных погрешностях восстановленного репринтного издания. В издании могут отсутствовать одна или несколько страниц текста, могут встретиться невыводимые пятна и кляксы, надписи на полях или подчеркивания в тексте, нечитаемые фрагменты текста или загибы страниц. Покупать или не покупать подобные издания – решать Вам, мы же делаем все возможное, чтобы редкие и ценные книги, еще недавно утраченные и несправедливо забытые, вновь стали доступными для всех читателей.

ПРЕДИСЛОВИЕ.

Питание, как известно, предназначено для поддержания нормальной деятельности нашего организма, истощающегося во время работы. Поэтому целью настоящей книги было—дать возможность иметь питательный и в то же время разнообразный стол.

Однако, в виду все возрастающей дороговизны жизни, мы, при составлении этой книги, приняли во внимание не только кулинарные, но и экономические соображения. Таким образом в наш сборник вошли рецепты кушаний наиболее дешевых и вместе с тем настолько простых, что большинство из них может быть приготовлено на примусе.

Исходя, кроме того, из тех соображений, что животная пища по исследованию ученых содержит весьма мало углеводов, а растительная—азотистых веществ и что при исключительном питании одной какой-либо пицей организм неизменно будет ощущать недостаток тех или других веществ,—мы пришли к заключению, что для целесообразного питания необходимо предпочесть смешанный выбор пищи. Поэтому в предлагаемом сборнике на ряду с рецептами мясных и рыбных кушаний, отведено столь же значительное место кушаньям вегетарианского стола.

В В Е Д Е Н И Е.

Прежде чем приступить к использованию предлагаемых здесь рецептов, каждая хозяйка должна непременно ознакомиться с нижеследующими практическими указаниями.

Хорошая ГОВЯДИНА имеет свежую, ярко-красную окраску и содержит белый, зернистый жир; бледно-красное мясо указывает, что животное плохо питалось, темно-красное бывает от старого животного. Вообще хорошее мясо должно быть упругим и твердым, дурное же — мягкое и дряблое, а иногда издает неприятный запах. Признаки хорошей ТЕЛЯТИНЫ: светлое, белое мясо, обилие жира и густая, тонкая структура. Теленок должен быть не менее пяти недель и хорошо упитан; мясо более молодых животных, хотя и не вредно с гигиенической точки зрения, но слишком водянисто и потому непригодно для употребления. Практикуемое некоторыми торговцами искусственное надувание молодой телятины воздухом легко поддается обнаружению: стоит только надавить пальцем на мясо, и при наличии воздуха произведенное в нем углубление тотчас же выравнивается. Вообще мясо теленка должно быть сочное и белое даже во время жарки.

Задняя часть его, почечная, между кострецом и котлетами — самая лучшая.

Телятина бывает двух сортов. Первый сорт — мясо телят, выпоенных молоком. Второй сорт — мясо телят обычных. Парное мясо теленка бывает жесткое, поэтому его надо выдержать один-два дня.

Хорошая БАРАНИНА — лучше всего от баранов в возрасте 2—3 лет — имеет светло-красный цвет, тонко-волокнистое строение и покрыта слоем белого жира, который на ощупь представляется сухим; поблеклое мясо, равно как желтый, влажный жир указывают на болезнь животного.

Хорошая СВИНИНА имеет светло-красный цвет, нежное строение, снежно-белый жир и светлую толстую кожу. По-

толщине последней можно приблизительно определить возраст животного: чем толще кожа, тем старше животное, от которого она взята. К светло-розовому дряблому мясу нужно относиться с осторожностью, так как в нем часто находятся финны.

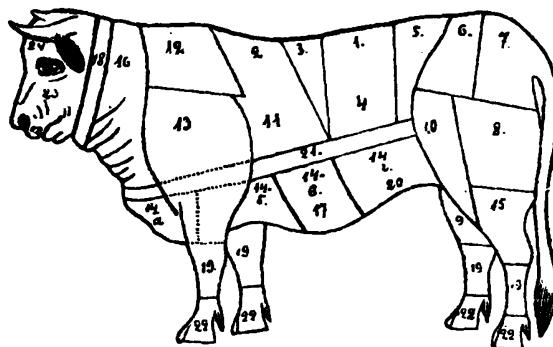
ДОМАШНЯЯ ПТИЦА. Покупая птицу, каждая хозяйка должна помнить, что старая более всего пригодна для варки, среднего возраста — для тушения и молодая — для жарения. Живую птицу предпочитают мертвую, так как в первом случае мы получаем большие гарантии относительно здоровья животного. Здоровая птица имеет блестящие глаза, красный гребень, гладкие перья и проявляет сильные движения. У зарезанной птицы надо обращать особое внимание на рану: у здоровой она имеет кровавый зияющий вид, а также на кожу, которая не должна иметь темной окраски. Для определения возраста надо иметь в виду следующее: всякая молодая птица имеет длинные ноги, мягкую кожу, легко выдергиваемые перья с жирным стволом, маленький красный гребень, длинные когти и легко выдавливаемую грудную кость. Некоторые разновидности домашней птицы имеют еще особые признаки: так, у молодого индюка ноги светлые, синевато-серые, у старого — ороговевшие и красноватые молодые голуби имеют острый мягкий клюв и острые когти, у старых же — последние сильно притуплены. Для молодых гусей и уток очень хороший признак — толщина кожи: если булавочная головка легко вдавливается в кожу, то животные — молодые. Кроме возраста, важно обращать внимание на свежесть мяса: дичь, издающая хотя бы и слабый запах, непригодна для употребления. Для бульона курицу берут постарше, а для жаренья — помоложе, так как для бульона надо крепость. Возраст курицы узнается по костям, по белизне мяса, у старых кур всегда желтый жир. Цыплят для жаренья берут средней величины. Их нужно щипать, а не шпарить. Если хотите откормить цыплят, то нужно им давать гречневой крупы или вареный рис, сваренный на молоке.

Сравнительно легче определение возраста пернатой дичи. У молодых куропаток на ногах желтоватая, у старых — темно-красная кожа. Молодого фазана узнают по слабо развитым шпорам и гибким костям. Тетерева и рябчики имеют в молодости светлые ноги; для вальдшнепов и перепелов

этот признак не имеет значения, так как обыкновенно они поступают в продажу в молодом возрасте.

Признаками свежей РЫБЫ являются, прежде всего, светлая, блестящая чешуя и ярко-красные жабры; затем вся рыба должна быть упругая, не дряблкая, и кожа на хвосте ее не должна отделяться. Мороженая рыба должна быть тверда, как камень, и на разрезе обнаруживать мясо белого цвета. У рыбы, пойманной в теплое время или оттаявшей и вновь замороженной, мясо имеет темную окраску. Если она приобретается солнной, то чешуя должна быть блестящей и скользкой, глаза на выкате, жабры светло-красные, но не багрово-красные. Если рыба мороженая, то чешуя должна быть темноватого цвета, а не белая. Если чешуя светлая, то рыба не свежая, дурно пахнет при варке и очень вредна для желудка.

Говядина делится на 1-й, 2-й, 3-й и 4-й сорта. К 1-му, т. е. лучшему сорту и самому дорогому принадлежат (см. рисунок):



1) **ВЫРЕЗКА** 1-й сорт, при ростбифе. Эта внутренняя вырезка окружена в этом месте оклопоченным внутренним жиром. Идет на самый лучший бифштекс.

2) **КРАЕВАЯ ВЫРЕЗКА** 2-го сорта, над тонким филеем и тонким краем. Вырезанная продаётся на бифштекс и жаркое. При тонком крае она составляет антрекот или худший ростбиф.

3) **ТОНКИЙ ФИЛЕЙ** находится между тонким краем и ростбифом. Тонкий филей с вырезкою доставляет прекрасное жаркое.

4) **РОСТБИФ** находится между тонким и толстым филеем представляет самую дорогую часть мясной туши, так как содержит в себе две вырезки: одну внутреннюю, 1-го сорта, самую дорогую, а другую наружную—затылочную.

5) **ТОЛСТЫЙ ФИЛЕЙ** находится между ростбифом и огузком. Тоже очень ценная часть туши с куском вырезки.

6) **ОГУЗОК**—середина. Это называется задняя часть туши за толстым филеем. В нем нет вырезки. Идет только на бульон.

7) **ГОРБУШКА ОГУЗКА** употребляется на кусок разварной говядины, называемой бульи, а также на чистый бульон.

8) **БЕДРО** лежит книзу от огузка и толстого филея; эта самая лучшая часть мяса для чистого крепкого бульона.

9) **СЕК** находится с внутренней стороны задней ноги.

10) **КОСТРЕЦ** рядом с бедром, но ближе к голове. Часть не жирная. Идет на голубцы, на зразы.

11) **ТОНКИЙ КРАЙ** с 6 ребрами. Находится между тонким филеем и толстым краем.

12) **ТОЛСТЫЙ КРАЙ**. Находится между тонким краем и шеей с 5 ребрами и 5 позвонками. Идет на кислые супы и на битки.

13) **ЛОПАТКА** идет от толстого края до булдышек, относится ко 2-му сорту мяса.

14) **ГРУДИНКА**. Находится под лопаткою, начиная от шеи и до костреца. Делится на 4 части:

а) самая лучшая часть—передняя—называется чешышко; б) Вторая часть называется середина грудинки и употребляется на кислые щи; в) Третья часть—худшая—называется завиток, принадлежит к 3-му сорту; г) Четвертая—самая худшая—называется бочек, принадлежит к 4-му сорту.

15) **ПОДБЕДЕРОК** ниже бедра 1-го сорта. В нем много костей и сухожилий.

16) **ШЕЯ**. Чем ближе к туловищу и кверху, тем мясо лучше.

17) **ЗАВИТОК**. Третья худшая часть грудинки.

18) **ЗАРЕЗ**. Он составляет переднюю часть шеи.

19) **БУЛДЫШКИ**, называемые также голяшкой и рульной. Состоят из костей и сухожилий, употребляются на супы.

VIII

20) БОЧЕК. Самая худшая часть грудинки. Представляет собою мясной лоскут без костей. Идет на варево.

21) ФИЛЕЙНАЯ и КРАЕВАЯ ПОКРОМКА. Первая составляет нижнюю часть ростбифа, а вторая нижнюю часть тонкого края.

22) НОГИ И ГУБЫ употребляются на студень.

23) ГОЛОВА употребляется на студень.

24) МОЗГИ. Варят их и жарят, употребляют также на фарш и пирожки.

СОЛОНИНА. Хорошая солонина должна иметь темно-красный цвет. Если у солонины грязновато белый цвет, не сочная, то такую надо избегать.

ЗАЙЦ. Зайцы делятся на лва сорта: беляк и русак. У первого шерсть белая, у второго — буро-сероватая и он ростом крупнее беляка.

При покупке всегда надо предпочтить беляка русаку, потому что мясо беляка гораздо нежнее и вкуснее. У зайца в повареное дело идет только задняя часть, отрезанная от почки, потому что передняя часть суха и костиста и в иницу не пригодна.

РАКИ. Раков надо выбирать с толстой, крепкой кожей, мягкий череп у рака — признак, что он перелинял еще недавно, что он еще не совсем здоров. Лучшие раки — ленинградские. Известны еще раки финляндские.

ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ О ПРИГОТОВЛЕНИИ КУШАНИЙ.

БУЛЬОН. Если семья не больше 6—8 человек, то выгодно варить бульон на два дня (кроме лета). В первый день подают чистый бульон, на другой день приготовляют пюре, селянку или рассольник, заправляют бульон сметаной и пр. Щи и борщ следует варить на два дня, а щи даже вкуснее на другой день. Выгода варки бульона на два дня заключается в том, что из 400 грамм говядины нельзя сварить наварного бульона 4—5 тарелок, а нужно брать 800 гр. Между тем из 1 кгр. 200 гр. мяса можно сварить 8—9 тарелок, из 2 кгр.—15—16 тарелок.

При покупке сечи или огузка мясники всегда прибавляют кости, которые при варке бульона могут заменить мясо в весьма незначительной степени. Из одних костей нельзя варить бульона, а кости от затылка годятся только для щей, борща или пюре. Летом, если нет ледника, кости нельзя оставлять на другой день, а их нужно сразу варить. Мясо не должно быть жирное для бульона; поэтому лишний жир нужно срезать, чтобы бульон не отзывался жиром. Если с мясом попалась кость, так называемая мостолыга, то ее нужно разрубить вдоль, отделить белую жилку и выбросить, так как она дает дурной вкус бульону. Всего лучше брать для бульона подбедерок или лопатку с мозговой костью; для щей из кислой капусты и борща следует брать грудинку.

НАЧИНКА ДЛЯ ПИРОГОВ И ПИРОЖКОВ. Начинка для пирогов и пирожков может быть самая разнообразная. Но следует принять за правило, что не только горячую, но даже тепловатую начинку нельзя класть на тесто, а нужно дать ей совсем остынуть. В начинку для пирогов и пирожков из кислого теста на дрожжах нужно положить больше масла, а для пресного, полуслоеного и особенно слоеного теста начинка должна быть совсем нежирная.

ВАРКА ЯИЦ. Варить яйца нужно в самой чистой воде и тщательно обмыть их. Чтобы сварить яйцо в смятку, достаточно 3 минуты, если опустить его в крутой кипяток; для яиц в мешочек нужно 4 минуты; для яиц вкрутую не меньше 7 минут.

ГРИБЫ. Варка и жаренье грибов требуют особенного внимания, потому что бывают случаи не только расстройства желудка, но и отравления от сырьеватых и плохо приготовленных грибов. Переварить грибы нельзя, потому что они не могут развариться. Кроме того, при указанных нами способах приготовления, грибы совсем безвредны, сохраняют аромат и вкус, потому что, выпустив сок, снова всасывают его. Необходимо также знать сорта грибов: некоторые из них безусловно ядовиты; в сморчках встречаются вредные улитки и насекомые. На севере в некоторых местностях водятся березовики с розоватым оттенком — совсем горькие. Поэтому желательно, чтобы хозяйка дома не только внимательно пересмотрела грибы, которые должны быть приготовлены к завтраку или обеду, но и сама вычистила грибы. На это не потребуется много времени.

Вообще неизвестные сорта грибов лучше не употреблять. Грибы, захваченные инем или морозом даже в незначительной степени, считаются вредными.

ЗЕЛЕНЬ И ОВОЩИ. Для варки нужно выбирать зеленую свежую зелень, без гнилых и желтоватых листьев и без затхлого запаха. Если попадется вялая зелень, то ее нужно опустить в холодную воду, дать постоять, а затем перебрать, вымыть и варить, как и все овощи, *до мягкости*. Фасоль и лопатки гороха должны быть без пятен. Следует избегать цветной капусты с желтыми пятнами и черными крапинами, а выбирать совсем белые сплошные кочни без разветвлений. Но есть ранний сорт цветной капусты зеленоватого цвета с раздельными отростками кочней, очень вкусный и нежный при варке. Этот сорт имеет еще то преимущество, что он всегда сравнительно дешев, так как публика избегает его по незнанию. Спаржа, если она молода, то ломается легко и верхних волокон после излома не дает или дает очень тонкие. Цвет хорошей спаржи белый или зеленый, а не красноватый. Чем спаржа толще, тем лучше, разумеется,

если она не устарела. Кочешки брюссельской капусты должны быть ярко-зеленого цвета.

Всякую зелень и овощи при варке нужно опускать в самый крутой соленый кипяток и варить в кастрюле с плотно закрытой крышкой. При этом условии зелень сохраняет свой цвет. Картофель составляет исключение: если хотят иметь рассыпчатый картофель, то нужно опустить его в холодную воду.

Вообще предназначенные овощи промывают, кладут в горшок с плотной крышкой и ставят на умеренно горячую плиту. Затем наблюдают, когда покажется пар. И чем сильнее из него начинает идти пар, тем ближе нужно придвигать горшок к жару. После того, как овощи достаточно упрутся, к ним прибавляют какой-нибудь соус или крепкий мясной или куриный бульон.

Цветную капусту надо варить в большом количестве воды, если желательно, чтобы цвет ее был белым.

Выливать воду, в которой варились овощи, необходимо только при варке шпината, так как в последнем случае она имеет дурной запах.

Вообще лиственные овощи следует варить, как коренья, которые большею частью парят или тушат в своем же соку.

ШПИНАТ, ФАСОЛЬ, ЩАВЕЛЬ, ЛОПАТКИ ГОРОХА надо подавать в закрытом соуснике, чтобы они не остывли, если они подаются без мяса. Крышку следует снять на столе. *Цветную капусту, спаржу, земляные груши* необходимо класть на салфетку, сложенную вчетверо на блюде или тарелке. Это для того, чтобы вода, стекающая с овощей, впитывалась в салфетку, а не оставалась на блюде и овощи не купались бы в ней. Если откладывать ее на решето и ждать, чтобы совсем стекла вода, то придется подать остывшее кушанье.

САЛАТЫ. Из зелени и овощей приготавливают разные салаты, которые подают к жареному мясу, жареной ломашней птице и дичи, а также к жареной рыбе.

Чтобы заправить зеленый салат, нужно взять 3—4 столовых ложки прованского масла на $1\frac{1}{2}$ или 2 ложки хорошего уксуса.

В зеленые салаты можно положить тонко нарезанные и очищенные от кожи свежие огурцы, изрубленный зеленый лук и укроп.

Вообще, зеленый салат нужно заправлять перед самым обедом, чтобы не завяли листья. Только подливку следует приготовить заранее.

СОУСЫ. Хотя соусы вообще не более, как приправа к мясу, рыбе и овощам, но они имеют большое значение в хозяйстве даже относительно экономии. Под горячим красным или белым соусом можно подать на следующий день к обеду остатки жареного мяса или рыбы. Но помимо экономии и разнообразия, которое вносят соуса в меню обедов, приготовление некоторых блюд немыслимо без того или другого соуса.

Несмотря на множество всевозможных названий, в действительности существуют только два соуса: красный и белый. Все различие в том, как приготовить и что положить в соус: шампиньоны, каперсы или пикулы и т. д. Главные составные части всякого горячего соуса: бульон, мука и сливочное или самое доброкачественное чухонское масло. Можно испортить всякий соус, если положить в него русского масла или почечного жира, хотя бы и самого свежего.

БЕЛЫЙ СОУС приготавливается без мясного сока, а для **КРАСНОГО** соуса необходим сок от какого-нибудь жареного мяса. В этом вся разница между красным и белым соусами. Густота соуса зависит от того, положено ли больше или меньше муки.

РЫБА. Если приходится покупать не живую, а сонную или мороженую рыбу, то прежде всего следует обращать внимание на ее свежесть. Мясо загнившей рыбы дряблое и бесвкусное и, кроме того, действует как отрава. Мороженую рыбу нельзя оттаивать в воде или около плиты, а следует крупную рыбу с вечера положить на ночь в кухне на стол. К утру рыба постепенно оттает и разварная или жареная по вкусу и доброкачественности почти не уступает живой рыбе. Лучше всего можно убедиться в этом на мороженой разварной осетрине, которую при этом способе оттаивания трудно отличить от парной.

Чтобы сохранить вкус рыбы и чтобы она не была сухая, нужно при варке опускать ее в самый крутой кипяток, а для жаренья на горячую сковороду в кипящее масло или фритюр. Рыба должна быть готова, но ее не следует пере-