

Делия Смит

КАК ГОТОВИТЬ

БЫСТРЫЕ ЗАКУСКИ, БОБОВЫЕ,
КОНСЕРВИРОВАННЫЕ ЗАГОТОВКИ,
ДИЕТИЧЕСКИЕ И ПРАЗДНИЧНЫЕ БЛЮДА

Tried & trusted recipe collection for life



Топ3 самых ценных кулинарных книг мира
по версии The Guardian

21 МИЛЛИОН ЧИТАТЕЛЕЙ ПО ВСЕМУ МИРУ



Вступление

Третья и заключительная часть книги «Учимся готовить» отличается от всего, что было написано мною до этого. Как правило, кулинарный писатель руководствуется своими инстинктами, пытается предугадать, что нужно его читателям, какие советы они хотят получить, чему вообще хотят научиться и какие рецепты будут им интересны.

Но в наши дни произошел существенный прорыв. Мы живем в увлекательный век, когда способы общения давно уже превзошли все наши самые смелые ожидания. Благодаря чудесам Интернета я смогла напрямую спросить вас, мои дорогие читатели, что бы вы хотели увидеть в этой книге и передачах.

Число кулинарных телевизионных шоу растет, никогда еще тема приготовления пищи не освещалась так хорошо — и тем сложнее становится решить, что нужно зрителям и читателям, если такое вообще существует. Именно поэтому мне так сильно помогла возможность пообщаться с вами — в чате и на форуме моего сайта — и узнать, чего вы ждете от последней книги этой серии. Кроме того, с тех пор, как я стала руководить банкетной службой Норвичского футбольного клуба (а это 5 ресторанов и целая свита шеф-поваров), я открыла множество новых рецептов, некоторые из которых также включила в эту книгу.

Таким образом, эта книга — результат всего вышеперечисленного отбора. К тому же она включает рецепты блюд, заслуживающие внимания именно на мой взгляд — это, в первую очередь, традиционные и незаслуженно забытые рецепты. Я искренне надеюсь, что все три тома «Как готовить» смогут стать основой для любого молодого (или не очень) человека, желающего научиться готовить. Равно как и на то, что эти книги станут источником удовольствия и вдохновения для более искушенных в приготовлении блюд кулинаров.

Спасибо вам за ваши электронные и обычные письма и, главное, за ваш энтузиазм, поддерживавший меня все эти годы.

*Делия.
Август 2001*

ОГЛАВЛЕНИЕ

<i>Глава 1</i>	<i>Кухонная утварь для настоящего повара</i>	11
	Как оборудовать вашу кухню с нуля и как правильно выбрать необходимые для работы приспособления.	
<i>Глава 2</i>	<i>Устройства, которые работают</i>	36
	Мороженицы, кофемашины и хлебопечки, кухонные комбайны, блендеры и кулинарные горелки.	
<i>Глава 3</i>	<i>Как готовить бобовые</i>	70
	Волшебный мир бобовых — бобы, горошек и чечевица. Советы по их приготовлению.	
<i>Глава 4</i>	<i>Первые шаги в консервировании</i>	94
	Все об основных способах приготовления заготовок. Чатни, желе и маринады.	
<i>Глава 5</i>	<i>Для тех, кто следит за фигурой</i>	116
	Кладезь рецептов, доказывающих, что можно вкусно питаться и одновременно вести подсчет потребленных калорий.	
<i>Глава 6</i>	<i>Паштеты и другие закуски</i>	150
	От терринов к тартам. Блюда, возбуждающие аппетит, — на столе круглый год.	
<i>Глава 7</i>	<i>Горячие пудинги</i>	170
	Бисквитные пудинги на пару, пудинги на сале и суфле. Классические десерты для особых случаев.	
<i>Глава 8</i>	<i>Праздники и вечеринки</i>	186
	Блюда для родных и друзей. Как распланировать вечеринку и избежать стресса.	

Филе говядины в хрустящей перечной корочке, запеченное с луком и тимьяном в бальзамическом уксусе

Это один из самых простых из известных мне способов быстро и легко приготовить блюдо на четырех человек. Если же у вас уже есть первое блюдо и десерт, этого блюда хватит на шестерых. На гарнир к нему отлично подойдет картофель «Буланжер» с розмарином.

На 4—6 порций

800 г филе говядины
1 десертная ложка черного перца
горошком (или 1 ст. л., если вы
хотите приготовить острое блюдо)
55 мл бальзамического уксуса
450 г красного лука
2 ст. л. свежего тимьяна (порезать)
1 ст. л. оливкового масла (и еще
немного для натирания)
1 ст. л. темного сахара
соль

Для соуса:

1 ч. л. с горкой простой муки
275 мл красного вина
1 ст. л. ворчестерширского соуса
1 ст. л. бальзамического уксуса

Вам также потребуется большой
противень для запекания.

Если есть возможность, то лучше начать приготовление этого блюда заранее, за пару часов до собственно запекания (или даже раньше). Сбрызните мясо оливковым маслом, а горошины перца слегка растолките в ступке. Пересыпьте их в ситечко и отсейте жгучие частицы середины так, чтобы у вас остались только ароматные кусочки внешней скорлупы. Посыпьте ими мясо и слегка вдавите их в его поверхность.

Для приготовления мяса разогрейте духовку до 230°C. Перед обработкой лука приготовьте соус — в большой миске смешайте сахар и бальзамический уксус, хорошенько перемешайте и дайте сахару время раствориться.

Очистите лук, но не срезайте корневище. Разрежьте каждую луковицу на 8 частей: сначала пополам, затем каждую половину — на 4 дольки. Добавьте к луку 1 ст. л. масла и тщательно перемешайте с уксусной смесью, чтобы она хорошо покрыла кусочки лука. Затем разложите лук на противне, оставив в центре место для мяса, полейте оставшейся заправкой, посыпьте листьями тимьяна и хорошенько посолите.

Положите кусок мяса в центр противня, поставьте его на верхний уровень духовки и запекайте 15 минут. Затем переверните лук и верните в духовку еще на 15 минут для приготовления мяса с кровью. Если вы хотите, чтобы мясо лучше пропеклось, снимите с противня лук через 30 минут после начала готовки и поместите его в теплое место, выключите духовку и оставьте в ней мясо еще на 10 минут. Для сильно прожаренного мяса увеличьте время до 15–20 минут. В любом случае, пока готовите соус, сохраняйте приготовленное блюдо в тепле.

Для приготовления соуса поместите четверть от общего количества лука в маленькую кастрюльку и поставьте ее на средний огонь, слегка посыпьте мукой и добавьте красное вино, ворчестерширский соус и бальзамический уксус. Как только смесь начнет закипать, уменьшите огонь и дайте ей слегка покипеть, пока объем не уменьшится примерно на четверть.

Перед подачей на стол нарежьте говядину, слейте выделившийся сок в соус, украсьте луком и полейте соусом.





Перед подачей на стол дайте глазури остыть.

Крем-брюле из летних фруктов

Это еще один рецепт крем-брюле. Если вы купили кулинарную горелку, вы сможете получить много-много

вкусной тонкой карамельной корочки.

На 6 порций:

700 г мягких фруктов (включая что-то из перечисленного: малина, красная смородина, логанова ягода, ежевика, черная смородина)
110 г золотистого сахара-песка
275 г сливок для взбивания
295 г греческого йогурта
175 г сахара демерара

Вам также потребуется сервировочное блюдо с диаметром дна 25,5 × 16 см глубиной 5 см,

пластиковый распылитель и кулинарная горелка.

Сначала отберите фрукты и положите в большую кастрюлю (или огнеупорный горшочек). Присыпьте сахаром и поставьте кастрюлю (горшочек) на небольшой огонь на 3–5 минут или пока сахар не растает, а фрукты не начнут выделять сок. Постарайтесь не перегревать фрукты, иначе они превратятся в кашу. Переложите фрукты в сервировочное блюдо с помощью шумовки, дайте им остыть. Взбейте сливки, пока они не загустеют, положите в йогурт и распределите эту смесь поверх фруктов, до краев блюда, чтобы фрукты были полностью закрыты. Накройте пищевой пленкой и охлаждайте в холодильнике в течение как минимум 2 часов.

Примерно за два часа до подачи крем-брюле густо и ровно посыпьте поверхность сахаром демерара, слегка сбрызните водой из распылителя. Теперь с помощью кулинарной горелки расплавьте сахар на поверхности. Держите его над блюдом, направляя пламя на сахар, — он немедленно начнет пузыриться и плавиться, превращаясь в золотистую карамель. Как только область приобретет темно-коричневый цвет, перемещайте кулинарную горелку на следующий участок поверхности. Поскольку площадь поверхности большая, все это займет около 10 минут.

Дайте крем-брюле остыть, поставьте обратно в холодильник, ничем не накрывая. В холодильнике сахар образует восхитительную хрустящую корочку!









3 Как ГОТОВИТЬ бобовые

Бобовые каким-то образом умудрились вновь стать популярными. Как однажды интерес к ним сошел на нет и на них навесили ярлык «еды для бедняков», так теперь они взлетели на пик популярности, заняв ведущие позиции на полках лучших магазинов и снова став одной из основных составляющих здорового питания нового времени.





7

Горячие пудинги

Дорогие молодые кулинары Великобритании, хочу задать вам один вопрос. Знаете ли вы о нашей неповторимой репутации, уходящей корнями в XVII век? Я говорю о репутации страны, где готовят и подают огромное разнообразие запеченных, вареных и приготовленных на пару пудингов. Традиция приготовления пудингов — это веселая традиция смешивания обычных ингредиентов для получения уникальных вкусов, текстур и сладости. Но что будет нашими роскошными пудингами сейчас, в эпоху, когда все озабочены так называемым здоровым питанием? Неужели мы и правда хотим закрыть эту замечательную страницу традиции, развивавшейся веками?

Пикули джардиньере (пикули из итальянских садовых овощей)

Когда мне был 21 год, я работала в Италии, и одно из моих ярчайших воспоминаний об итальянских разносолах было то, что воскресный ланч всегда начинался с тарелки салями, прошутто и колбасы мортаделла, к которым подавались маринованные овощи. Мне нравилось то, как аромат овощей пробивался сквозь густой вкус мяса. Так что вот еще один рецепт, по которому готовила Люси Крэбб будучи шеф-поваром в футбольном клубе, где он назывался «Пикули из итальянских садовых овощей».

На 4 банки для консервов
вместительностью 500 мл

225 г красного лука (очистить)
225 г цукини
350 г баклажанов
250 г стебля фенхеля (обрезать)
1 средний красный перец
1 средний желтый перец
110 г шампиньонов
110 г помидоров черри (или
маленьких очень спелых
помидоров)
6 зубчиков чеснока (тонко нарезать)
7 ст. л. оливкового масла
725–850 мл белого винного уксуса
8 свежих лавровых листьев
по 8 маленьких веточек свежего
розмарина и тмина
16 горошин черного перца
175 г морской соли

Вам также потребуется
четыре банки для консервов
вместительностью 500 мл
(стерилизовать, как описано
на с. 97).



Начать следует накануне с обычного процесса засолки. Готовьте овощи по списку: нарежьте каждую луковицу на восемь долек от корня; нарежьте цукини и баклажаны на толстые ломтики, а стебель фенхеля — на дольки; наконец, выньте сердцевину и семена из перцев и нарежьте их на кусочки по 5 см. Выложите овощи, кроме помидоров и чеснока, слоями в неметаллической миске, подсаливая каждый слой. Залейте 1,75 литра воды, накройте тарелкой, положите гнет, чтобы прижать овощи, и оставьте миску на ночь в прохладном месте.

На следующий день откиньте овощи на дуршлаг, хорошо промойте в холодной проточной воде. Стряхните лишнюю воду, высушите овощи чистым полотенцем, оставьте разложенными на другом чистом полотенце на 3 часа, чтобы они полностью высохли.

Сложите овощи в миску и добавьте чеснок, помидоры и оливковое масло. Налейте уксус тонким слоем на дно горячих стерилизованных банок, добавьте лавровый лист, веточку розмарина и веточку тмина. Затем разложите по банкам овощи, добавьте оставшиеся травы и горошины черного перца и заливайте уксусом после каждого слоя, чтобы овощи были полностью закрыты им. Покрутите банки, чтобы весь воздух вышел, и утрамбуйте овощи, чтобы они были полностью погружены в жидкость, прежде чем закрывать банки крышками, устойчивыми к воздействию уксуса. Наклейте этикетки, когда банки остынут, и храните пикули в прохладном, сухом и темном месте. Дайте настояться в течение месяца, прежде чем открывать. Они могут храниться до полугода.



Делия Смит – это настоящая «королева кухни», как ее называли на родине в Великобритании.

Более 30 лет вела кулинарную передачу на канале BBC. Ее книги являются наглядным подтверждением того, что готовка – это не скучный, сложный и утомительный процесс, а настоящее творчество. Следуя ее рекомендациям, даже начинающий кулинар освоит все кулинарные премудрости, так как Делия не боится давать самые элементарные и при этом необходимые советы.

В третьей и заключительной части серии «Как готовить» Делия делится советами по выбору правильной и действительно необходимой кухонной утвари, предлагает готовые меню для праздничного ужина, а также рассказывает, что можно есть, чтобы похудеть и при этом получить настоящее удовольствие от еды. А также 120 вкуснейших рецептов: ризотто с грибами, лосось-гриль в соусе терияки, яйца под домашним майонезом, пудинг с изюмом, крем-брюле и многое-многое другое.



Книжные полки буквально завалены тяжеленными томами книг самых разных шеф-поваров. Но спроси их, как приготовить обыкновенное яйцо всмятку или другой самый простейший завтрак, и это приведет их в замешательство. Так хвала небесам, что существует Делия Смит, которая научит готовить абсолютно любого!

Газета The Daily Telegraph

ISBN 978-5-699-47810-1



9 785699 478101 >

ЭКСМО