



Анна Китаева

Всё своё:

**ДОМАШНИЕ
ДЕЛИКАТЕСЫ**





СОДЕРЖАНИЕ

К читателям.....6

~1~

КОЛБАСА, ВЕТЧИНА, ГРУДИНКА

Буженина из свиной шеи.....	25
Грудинка в луковой шелухе.....	28
Бекон.....	31
Балык из куриной грудки.....	32
Вяленое мясо.....	36
Джерки.....	39
Куриная колбаса без оболочки.....	41
Деревенская свиная колбаса.....	44
Куриные колбаски для жарки.....	49
Колбаса вареная.....	50
Колбаса ветчинная.....	55
Ветчина рубленая.....	56
Колбаса сыровяленая.....	59

~2~

СЫР, ТВОРОГ, ЙОГУРТ

Йогурт.....	78
Греческий йогурт и творожок.....	79
Творог классический.....	81
Творог быстрый.....	83
Плавленный сыр.....	84
Адыгейский сыр.....	86

Панир.....	90
Маскарпоне.....	92
Сычужный сыр.....	96
Моцарелла.....	101
Рикотта.....	104
Сливочное масло.....	106
Топленое масло.....	108

~3~

ХЛЕБ, БУЛОЧКИ, ПИЦЦА

Пшеничный хлеб.....	121
Пшенично-ржаной хлеб.....	122
Булочки для гамбургеров.....	125
Дрожжевое тесто для пиццы.....	126
Чебуреки.....	129
Сахарные плюшки.....	133
Пирожки дрожжевые.....	134
Лаваш.....	137
Лапша домашняя.....	138
Мягкое печенье из хлебных крошек.....	141
Хлебный квас.....	142

~4~

СОУСЫ, СОЛЕНЬЯ, МАРИНАДЫ

Домашний майонез.....	149
Домашняя горчица.....	150
Домашний кетчуп.....	153
Томатно-яблочный соус.....	154
Сливовый соус.....	155
Пикантный томатный джем.....	157

Вяленые помидоры и сливы.....	158
Маринованные помидоры.....	161
Маринованные огурцы.....	162
Морковь по-корейски.....	164
Быстрые маринованные шампиньоны.....	165

~5~

ГОТОВИМ ИЗ СВОЕГО

Пицца «Всё своё».....	169
Быстрая пицца на йогурте.....	170
Домашний гамбургер.....	173
Домашняя шаурма.....	174
Хачапури по-аджарски.....	177
Блины на сыворотке с домашним сыром.....	179
Жареный панир с овощами.....	182
Лапша с балыком и сырным соусом.....	185
Маринованный сыр с вялеными помидорами.....	187
Указатель.....	188



К ЧИТАТЕЛЯМ

Давайте согласимся, что еда – это удовольствие.

Разумеется, это не единственное удовольствие в жизни. И конечно же, не всякая еда идет на пользу и не всякая еда доставляет радость. Но нет ничего плохого, и, наоборот, есть много хорошего в том, чтобы испытывать удовольствие от вкусных яств, приготовленных из качественных продуктов.

Природа снабдила нас обонянием и вкусом, чтобы мы могли отличать правильную пищу от неправильной, неподходящей. Универсальный анализатор у нас во рту сигнализирует: «Да, вкусно, пойдет мне на пользу, я хочу это съесть!» Или наоборот: «Фу, невкусно, вредно, выплюнь бяку немедленно!» К сожалению, человек так и норовит перехитрить природу, и зачастую в ущерб себе же. Вы догадались, о чем я? Об успехах пищевой промышленности. О колбасе из костной пыли с соевым белком и усилителем вкуса, о «сырном продукте» взамен сыра, о хлебе с «улучшителями муки», о соусе, который наполовину состоит из консервантов и стабилизаторов.

Почему же мы все это едим? Потому что нас обманывают. Сначала обманывают наш взгляд, подавая продукт в красивой упаковке с аппетитными картинками. На пачке сока, состоящего из воды, сахара, красителя, лимонной кислоты и порошка высушенных фруктов, красуется сочный живой фрукт. На пакете майонеза – срез ветчины, яйцо с ярким желтком, букетик свежей зелени. Выглядит вкусно! Кладем в корзину. Дальше обманывают наш вкус. Ароматизаторы, вкусовые добавки, красители – все идет в ход, чтобы наш природный анализатор признал пищу правильной. Когда первобытный человек учился отличать съедобное от ядовитого, искусственных добавок в пище не было, верно? Теперь же добавки появились, а наш анализатор не изменился. Он служил человеку верой и правдой тысячи лет. И вот наконец человек придумал, как его обмануть. Ура! Или не ура?



Я полагаю, что совершенно незачем скормливать своему организму химические вещества из длинного списка пищевых добавок, пусть даже они официально признаны безвредными. Ладно, поверим, они безвредные, но ведь и бесполезные тоже! Зачем же нам их глотать?

Особенно не хочется кормить пищевыми добавками детей. Притом именно дети совершенно беззащитны против рекламы, именно дети покупают на карманные деньги чипсы «со вкусом сыра» без малейших признаков сыра, а лучшей едой считают бутерброд с колбасой и майонезом. Атака на детей начинается еще с младенчества, со сладких творожков и йогуртов, где на одной стороне этикетки – милая картинка для наивных мам, а на другой самым мелким шрифтом – список загустителей, стабилизаторов, искусственных запахов и вкусов.



Что же делать? Как обезопасить себя и свою семью, взрослых и детей, от фальшивок? Колбаски-то хочется! И сыра. И хлеба с маслом.

А ведь все эти продукты пришли к нам из давних-давних времен. Древние римляне делали сыр и пекли хлеб задолго до нашей эры. Это долгая история – история выращивания злаков и хлебопечения, история разведения скота и производства продуктов из молока и мяса.

Шкала развития нашей цивилизации – со всеми ее искусствами, науками, и в том числе кулинарией – тянется на тысячи лет. Что такое в масштабах этой шкалы сто или даже двести лет? Мелочи!

Но еще сто с лишним лет назад производство подобных продуктов было кустарным. Технический прогресс и социальные перемены привели к тому, что маленькие коптильни и частные хлебопекарни уступили место огромным мясокомбинатам и хлебозаводам. Сейчас даже в деревенской глубинке люди предпочитают покупать хлеб и колбасу в магазине, что уж говорить о мегаполисах.

Мы разучились делать домашние продукты, потому что купить их в супермаркете быстрее и проще. Но мы разучились этому совсем недавно. Мы можем научиться заново! И если уж наши неграмотные предки успешно сбивали масло в деревянных кадушках, это тем более под силу нам на современных кухнях, оснащенных новейшей техникой.

Нет никакой тайны в приготовлении колбасы, сыра, хлеба. Секретов – множество, как всегда в кулинарном деле, важных мелочей – уйма, но тайны никакой нет. Главное – захотеть.

Я начала с хлеба, так получилось. Сейчас я понимаю, что могла бы начать с сыра или с колбасы. Каждое из направлений невероятно увлекательно для домашнего кулинара. Это так здорово, когда простые ингредиенты – мука, вода, соль, дрожжи – превращаются в самый настоящий хлеб. Как из магазина, только лучше. Гораздо лучше. Вкуснее, полезнее... И этот хлеб – ваш. Сделанный своими руками. Это ни с чем не сравнимое чувство, когда выставляешь на праздничный стол блюдо с мясной нарезкой – копченые и вареные колбасы, вяленое мясо, ветчина, сыры, – и это всё своё, домашнее. Или достаешь из духовки пиццу с бужениной и сыром, в которой нет ни одного покупного ингредиента. Только домашние деликатесы.





Еда – это удовольствие. Еда из магазина стала очень сомнительным удовольствием. Зато домашняя еда, приготовленная вами для себя и своих близких, – это настоящее удовольствие, очень близкое к счастью.

Домашние деликатесы вкуснее своих магазинных аналогов и не содержат ничего лишнего. Если вы увлечены кулинарией, вам, безусловно, будет интересно их приготовить. И вы удивитесь, насколько это на самом деле просто! Стоит только начать – и сложное на поверку оказывается простым.

Мои шаги на кулинарном пути отмечены книгами. Они все разные, они не повторяют друг друга. Книга, которую вы держите в руках, восьмая по счету. Каждый раз мной двигало сначала любопытство в освоении новых кулинарных просторов, а затем желание поделиться своим знанием с вами, дорогие мои читатели.

Однажды утром, намазывая масло на хлеб и выбирая, что положить на бутерброд – кусочек сыра или ломтик ветчины, – я вдруг поняла, что среди этих продуктов нет покупных. Всё своё!

**Пусть у вас тоже так получится.
Готовьте домашние деликатесы, друзья,
пеките хлеб, делайте сыры и колбасы.
Вкусных вам открытий!**

~1~

КОЛБАСА, ВЕТЧИНА, ГРУДИНКА

Колбаса... За что мы ее так любим? Загадка.

Но нет никакой загадки в том, как ее сделать. Вареная и копченая, ветчинная, сыровяленая — любая из ваших любимых колбас может быть сделана в домашних условиях на самой обычной кухне. На вашей кухне!

Но зачем делать колбасу собственноручно, если можно пойти в магазин и купить? Если вы держите в руках эту книгу, полагаю, у вас есть свой ответ на этот вопрос. Причины интереса современных кулинаров к домашней колбасе бывают разными. Кому-то интересно вернуться к истокам и понять, что же на самом деле стоит за продуктами, которые мы бездумно берем с полки супермаркета, вернуть ощущение настоящей еды. Кто-то хочет, чтобы у него на столе было натуральное мясо, а не странный продукт со сложной химической формулой.

Вы читали когда-нибудь перечень официально разрешенных добавок в колбасные изделия? Чего там только нет... И в основном эти вещества предназначены для продления срока хранения колбасы.





Вдумайтесь: лишь небольшая часть добавок улучшает колбасный вкус или уничтожает бактерии, то есть необходима для нас, едоков. Большинство добавок нужны производителям и продавцам, чтобы колбаса подольше не испортилась и мы успели ее купить.

Их цель ничуть не гастрономическая, их цель чисто финансовая – получение прибыли. От нас требуется только отдать деньги за условно мясной продукт. Мясо, накачанное рас-соллом с добавками против потери жидкости, или колбаса, состоящая в основном из костной пыли, соевого белка и жира, – вот верный стимул для интереса к домашним колбасам! Уж здесь-то вы на 100% будете знать, что положили в колбасу и зачем. Еще одна причина – страсть к кулинарному творчеству. Хотя базовые рецепты мясных деликатесов довольно просты, можно бесконечно перебирать варианты специй и нюансов обработки, чтобы получить именно тот вкус, который вы хотите.

Умение делать колбасные изделия своими руками освобождает от магазинной зависимости. Прогуляйтесь в супермаркет, возьмите палку колбасы и внимательно прочитайте перечень ингредиентов, отпечатанный мельчайшим шрифтом. Что из этого вы хотите съесть? А теперь положите колбасу обратно на полку. Можете презрительно фыркнуть, поворачиваясь к ней спиной. Вы способны сделать колбасу дома, сами, и качество продукта будет куда лучше.

Как с любыми народными технологиями, идет ли речь о хлебе, сыре или колбасе, в основе лежат самые простые методы. Наши предки не располагали ни электронными термометрами для измерения внутренней температуры мяса, ни коллагеновой оболочкой, однако же колбасу делали. Что из этого следует? То, что мы, вооружившись современной техникой и актуальными знаниями, тем более можем сотворить на домашней кухне любой мясной деликатес!

А теперь давайте разложим колбасную гармонию на составляющие и поверим ее даже не алгеброй, а простой школьной арифметикой.

МЯСО. Можно приготовить домашние деликатесы из любого мяса, которым вы располагаете, – хоть из крольчатины, хоть из оленины. Однако на практике у нас под рукой обычно свинина и говядина, а также мясо курицы и индейки. И этого вполне достаточно для того, чтобы ваш спектр ветчин и колбас затмил собой магазинный выбор. Ведь большинство любимой нами колбасы делается именно из свинины, говядины и курятины. Разные виды колбас делает отличными друг от друга не экзотический выбор сырья, а разница в его обработке. Имеет значение, какой отруб (часть туши) выбрать для приготовления некоторого продукта. Здесь один из ключевых моментов – **жирное** это мясо или **нежирное**.

Колбаса в принципе нежирной не бывает. Если колбасу готовят из самого диетического филе курицы или индейки, в нее обязательно добавляют сливки или свиное сало. Попытка приготовить колбасу из постного мяса даст в результате нечто сухое и невкусное. Ну не диетический это продукт, что поделывать! Если вы считаете калории, то готовьте



куриное филе иными способами, не пытаясь превратить его в колбасу. А для колбасы приготовьтесь выбрать жирное мясо, да еще при необходимости добавить сало. Свиное сало в колбасу обычно кладут хребтовое (шпик), как более тугоплавкое. Когда мы будем подвергать колбасу термической обработке, то столкнемся с задачей полностью приготовить мясо, но не растопить при этом сало.

Температура готовки отличается для разных видов мяса. Для свинины и говядины в середине куска мяса или колбасного батона должна быть достигнута температура 72 °С, для курятины и мяса индейки – 74 °С.

СОЛЬ. Все мясные деликатесы были изначально придуманы для того, чтобы сохранить мясо без холодильника. Потом люди изобрели холодильник, но любовь к колбасе осталась –

вкусно же! Почему соль служит консервантом? Хозяйки на практике знают, что соль вытягивает из мяса воду. Бактериям, из-за которых мясо портится, для жизнедеятельности необходима вода. Поэтому основательно просоленное или высушенное мясо хранится долго даже в жару.

Помнится, в детстве меня очень интересовала **солонина**, которой питались морские пираты в приключенческих романах. Что это за мясо и каково оно на вкус? Если кусок сала засыпать толстым слоем соли, пересоленным оно не станет. А вот засыпанное солью мясо будет становиться все солонее и солонее, до полной несъедобности. Так что солонину долго вымачивают в воде перед тем, как из нее что-то готовить – например, суп. Можете себе представить вкус такого мяса? Вот уж далеко не деликатес. Ну, пиратам выбирать было не из чего,