

ТИБО ВИЛЛАНОВА



КУЛИНАРНАЯ КНИГА
GHIBLI

РЕЦЕПТЫ, ВДОХНОВЛЕННЫЕ
ЛЕГЕНДАРНОЙ АНИМАЦИОННОЙ СТУДИЕЙ

ジブリ飯のレシピ

ФОТОГРАФИИ:
НИКОЛЯ ЛОББЕСТАЛЬ

ДИЗАЙН:
ДЖУДИТ КЛАВЕЛЬ

ИЛЛЮСТРАЦИИ:
БЕРЕНГЕР ДЕМОНСИ

ХЛЕБ*СОЛЬ®
Москва 2023

Предисловие

Наконец-то. Наконец мы с вами, вооружившись кастрюлями и лопаточками, в предвкушении замерли на пороге захватывающего дух памятника культуры международного уровня — шедевральное творчество студии Ghibli.

Если вы хоть немного знакомы с моей биографией, то наверняка знаете и о моей глубокой привязанности к серии видеоигр The Legend of Zelda. В детстве эта сага была для меня сокровищем, мощным стимулом воображения, нематериальным пропуском в мир ярких снов и фантазий. Долгое время я был убежден, что одна только «Зельда» способна окунуть меня с головой в мир мечтаний. Но, будучи уже юношей, я впервые увидел шедевры Хаяо Миядзаки и Исао Такахаты — они потрясли меня; впервые что-то отозвалось настолько глубоко в душе.

«Мой сосед Тоторо», «Унесенные призраками» и «Принцесса Мононоке» изменили мою жизнь, «Порко Россо» — мое видение мира.

Каждый фильм студии Ghibli вызывает глубокое уважение к другой культуре, и с каждым просмотром все сильнее укореняется убеждение, что мы лишь одни из многих, незримо связанные как с ними, так и с самими собой.

Для кого-то может прозвучать странно, но для меня воображение — это способ погрузиться в другую культуру, увидеть мир чужими глазами. Студия Ghibli, темы, которые поднимаются в ее творчестве, — детство, надежды, возложенные на будущие поколения, семья, любовь, смерть, значимость памяти, связь с природой, — позволяют мне выйти за рамки привычного видения себя самого и мира вокруг. И это самосознание дарит восхитительную возможность с каждым днем становиться все лучшей версией себя самого, более страстным автором, достойным мужем и отцом.

Я пишу эти строки, а в наушниках играют композиции Дзе Хисаиси; от них перехватывает дыхание.

Может, такое вступление и кажется нелепым для книги рецептов, но ведь кулинария — это особая форма экспрессии, это творчество и способ делиться. Произведения Ghibli повлияли на то, как я готовлю, и на то, как пишу.

Книга в ваших руках — плод работы протяженностью в 10 лет. Я черпал вдохновение из всех полнометражек студии Ghibli, за исключением «Могилы светлячков», «Здесь слышен океан» и «Красной черепахи», и теперь готов представить вам блюда, упомянутые там.

Закрытый тыквенно-рыбный пирог и шоколадный торт из «Ведьминой службы доставки», гамбургеры из «Помпоко: война тануки в период Хэйсэй», бэнто Сацуки из фильма «Мой сосед Тоторо», невероятно сливочные бутерброды Ариэтти, никуманы и проклятые яства из «Унесенных призраками», сябу-сябу семьи Ямада, рамэн Поньо, лосось по-тоскански из «Порко Россо» — все это для вас!

Помимо прочего, эта книга для меня — способ поделиться с вами своим глубоким уважением и любовью к японской кухне. В ней причина невероятного количества собранных здесь советов, фотографий, трепетного внимания к ингредиентам и их месту в кулинарном искусстве Японии. Чтобы максимально доступно описать традиционные продукты и техники, сделать рецепты близкими и понятными для вас, я прибег к различным уловкам; что-то вышло до безобразия просто. Но, на самом деле сама кухня Японии проще европейской, и скоро вы сами убедитесь в этом. Я очень счастлив наконец поделиться с вами этой книгой!

Я всегда считал, что работа с произведениями искусства, ставшими эталоном, требует особого подхода; что не стоит даже браться за них, если не готов сделать все, что в твоих силах, чтобы приумножить их величие и выразить свое уважение к ним и, конечно, к тем сообществам, культуру которых они олицетворяют. Я всегда думал, что работы студии Ghibli являются такими эталонными произведениями, потому и посвятил 10 лет представленному в них кулинарному искусству, чувствуя острую необходимость достичь в нем высшей степени мастерства. Без полной отдачи работе эта книга получилась бы чисто оппортунистской, блеклой, со слабой проработкой рецептов, шаблонным безликим товаром в пресной, бездушной обложке. Я надеюсь, вы ощутите мою преданность этой работе, используя книгу, что сейчас держите в руках.

Я и моя команда дерзнули выразить свое кулинарное почтение произведениям студии Ghibli. Я надеюсь, что нам удалось удержать заданную ими планку и рецепты и фотографии, трепетно оформленные в эту книгу, позволят вам вновь насладиться шедеврами японской анимации.

Добро пожаловать в «Кулинарную книгу Ghibli»!

Тибо

Вилланова,

Тастрогик

Содержание

Исторические приключения

Мой сосед Моторо

БЭНТО САЦУКИ

Рис с квашеными сливами, эдамамэ
и жареной корюшкой

13

Еще вчера

ЛУКОВАЯ СОБА

БЕЗ ЛУКА

Жареная соба с луком и тофу

15

АНАНАС «ОЙСИ»

Запеченный ананас с сенча и ванилью

16

Порко Россо

СПАГЕТТИ АЛЬ РАГУ

ОТ ПРЕДКОВ

Спагетти с мясным соусом по-домашнему

18

ТЕТ-А-ТЕТ В ОТЕЛЕ АДРИАНО

Лосось по-тоскански в новой интерпретации,
с глазированной морковью и маслом
из морковной ботвы

20

Ветер крепчает

БИСКВИТ «СИБИРЬ

ПОД ПОКРОВОМ НОЧИ»

Касутэра с начинкой из ёкана

25

МАКРЕЛЬ ИЗ РЕСТОРАНА СУГИЯ

Традиционная макрель с мисо
и белым рисом

27

Томидоко: война тацуки в период Хэйсэй

ГАМБУРГЕР ПРЕВРАЩЕНИЙ

Гамбургер по-японски

28

ЯКИТОРИ!

Шашлычки из курицы и овощей
и чипсы из куриной кожи
под соусом якитори

30

Со склонов Кокурико

БЭНТО УМИ

Белый рис, тамагояки, сосиски
и брокколини с соевым соусом и кунжутном

33

ТЕМПУРА ПАНСИОНА МАЦУДЗАКИ

Ставриды в кляре

35

Современные приключения

Мои соседи Ямада

ЗИМНЕЕ СЯБУ-СЯБУ МАЦУКО

Бульон с комбу и овощами в фондю

39

Ужин семьи Ямада

Домашние гёдза и короккэ

40

Аз и ведьма

ВРЕМЯ ПИТЬ ЧАЙ У МАНДРАГОРА

Английское печенье с вишней и кексы

44

ПАСТУШИЙ ПИРОГ ИЗ ПРИЮТА

Картофельно-луковая запеканка с мясом
под томатным соусом

49

Мёлот сердца

ТАМАГО КАКЭ ГОХАН

ОТ СИДЗУКУ

Рис и сырое яйцо с соевым соусом
и домашней фурикакэ

50

СУП, ЧТОБЫ СОГРЕТЬСЯ

Бульон даси, жареные яйца,
овощи и удон

53

Воспоминания о Марии

ПИКНИК ПОД СЕРЕБРИСТЫМ

ТОПОЛЕМ

Печенье с вареньем в «сердце»

55

При переводе японских слов мы опирались на систему Поливанова с некоторыми исключениями: слова, вошедшие в обиход русского языка, мы оставили звучащими привычно, имена персонажей — так, как они даны в официальном дубляже. Некоторые ингредиенты (см с. 100 и далее) даны и в переводе по Поливанову и в транскрибации с ромадзи, чтобы упростить поиск в магазинах. — Прим. ред.

Приключения в фантастических мирах

Хозячий замок

ЗАВТРАК КАЛЬЦИФЕРА
Яичница с жаренным на огне беконом
58

Рыбка Томьо на утёсе

Сэндвичи Соскэ
Сэндвичи с беконом, салатом, сыром чеддер
и японским майонезом
60

СИО РАМЭН ДОЛГОЖДАННОЙ ВСТРЕЧИ

Бульон чинтан, сию тарэ,
свинина тясю и адзицукэ тамаго
63

Сказание земноморья

БОДРЯЩИЙ СУП ТЕНАР
Овощной суп с прованскими травами
64

Ведьмина служба доставки

ЗАКРЫТЫЙ ПИРОГ ГОСПОЖИ
Закрытый пирог с селедкой и тыквой
66

ШОКОЛАДНЫЙ ТОРТ ДЛЯ КИКИ

Дважды шоколадный торт
70

Принцесса Монококе

ОКАЮ МОНАХА ДЗИКО-БО
Суп из риса, курицы и свежих трав
75

Небесный замок Лапута

КАРРИ ВОЗДУШНЫХ ПИРАТОВ
Рагу из говядины с карри
и овощами по-японски
76

Возвращение кота

**ПЕЧЕНЬЕ ДЛЯ БЕЗДОМНОЙ
МАЛЫШКИ**
Сабле со сливочным маслом и лимоном
81

Ариэтти из страны лилипутов

НЕВЕРОЯТНО СЛИВОЧНЫЕ БУТЕРБРОДЫ
ПОДА
Тосты с сыром, лесными грибами
и маслом с черемшой
83

СПОКОЙНЫЙ ОБЕД С ТЕТУШКОЙ САДАКО

Маринованный говяжий стейк, брокколи
на пару и лапша с кунжутным маслом
84

СЛИВОЧНЫЙ ПОТ-О-ФЁ ОТ ДОБЫВАЕК

Бульон и овощи с нежным соусом бешамель
86

Хитрости

Навсикая из долины ветров

СУП О-БАБЫ

Суп из солероса и белой фасоли

89

Унесенные призраками

НИКУМАНЫ ИЗ КУПАЛЬНИ

Паровые булочки с анко

90

ЧАЕПИТИЕ У ДЗЭНИБЫ

Воздушный японский чизкейк

93

ПРОКЛЯТОЕ ПИРШЕСТВО

Фаршированные перепелки по-пекински
с перцем и базиликом

95

ОНИГИРИ ХАКУ

Японские рисовые треугольники

97

Свежайшее 100

Лапша 104

Японские кулинарные
термины 106

Бакалея 110

Бульоны 114

Веганский бульон даси 114

Бульон даси на сушеном
тунце 114

Бульон из говядины 115

Бульон из овощных очисток . . 116

Бульон из рыбы 116

Белый бульон из домашней
птицы 117

Овощной бульон 117

Рис 118

Базовые рецепты 120

Домашний кетчуп 120

Сакура дэнбу 120

Кухонная утварь 121

Такие разные ножи 124

Базовая выпечка 126

Картофельные булочки
с кунжутом 126

Бриошь со сливочным маслом . 127

Домашний тостовый хлеб . . . 128

Песочное тесто 129

Паста анко 129

Зеркальная шоколадная
глазурь 130

Соевый соус 132

Соусы и ароматные добавки . . 134

Алфавитный указатель 136





Исторические

Полкостроения





Мой сосед Моторо

БЭНТО САЦУКИ

РИС С КВАШЕНЫМИ СЛИВАМИ, ЭДАМАМЭ И ЖАРЕНОЙ КОРЮШКОЙ

СЛОЖНОСТЬ: легкое • НА: 4 порции
ПОДГОТОВКА: 30 мин • ПРИГОТОВЛЕНИЕ: 30 мин

Ваш переезд в новый дом в сельской местности прошел успешно, и теперь, пока мама в больнице, а отец зашивается на работе, ужин на всю семью готовите вы — и какое же это счастье для вас! Нет ничего приятнее, чем разделить трапезу с родными и близкими.

Ингредиенты:

Круглозерный рис (японика/арборио) — 400 г

Маленькие умэбоси¹ (квашеные сливы) — 7 шт.

Эдамамэ или свежий зеленый горошек — 400 г

Маленькая корюшка — 8 шт.

или маленькие сардины — 4 шт.

Соевый соус

Сакура дэнбу

(см. рецепт на с. 120) — 4 ст. л.

Соль

Особые принадлежности:

Мультиварка или рисоварка

4 коробочки для бэнто

1. Подготовьте рис — основу любого бэнто: хорошенько промойте крупу несколько раз, высыпьте в чашу рисоварки или мультиварки и залейте водой в пропорции 1:1,5. Варите 15 минут до выпаривания жидкости: рис должен дойти до готовности, но не успеть развариться и быть слегка клейким. При помощи лопаточки переложите его в тарелку. 3 сливы очистите от косточек, измельчите и вмешайте в рис, всегда подцепляя лопаточкой снизу при перемешивании. Накройте тканью и дайте рису отдохнуть.

2. Переходим к приготовлению эдамамэ. Если эдамамэ или зеленый горошек замороженные, то готовьте их, не размораживая. Зеленый горошек бланшируйте в кипящей воде 1–2 минуты. Эдамамэ обычно продаются варено-мороженые, в очищенном виде, поэтому их достаточно отварить в течение 3–5 минут. Либо следуйте инструкции на упаковке.

3. Время жарить корюшку: разогрейте сковороду или гриль. Используя кисть, щедро покройте корюшку соевым соусом. Как только гриль или сковорода разогреется, выложите рыбу и обжаривайте ее по 1,5 минуты с каждой стороны, после чего переложите на бумагу, чтобы масло впиталось.

Подача: на дно каждой коробочки для бэнто выложите рис. По центру положите по две корюшки, одну поверх другой, или по одной сардине. Положите по порции эдамамэ и по столовой ложке сакура дэнбу в каждую коробочку. Завершите композицию, выложив по сливе на рис в каждую порцию. Бэнто готовы. Можно подавать с салатом из шпината или мисо-супом.

¹ Квашеные японские сливы с кисло-соленым вкусом. Можно найти в магазинах японских товаров или сделать самим. 1 кг твердых кислых слив замочите в воде на несколько часов, обсушите и сбрызните водкой, чтобы обеззаразить. Проткните плоды шпажкой несколько раз, перемешайте со 150 г мелкой соли и уберите под гнет на 7–10 дней в прохладное место. Затем сушите в духовке при 100 °С 3–5 часов. Храните в сухой баночке или в уксусе, который получился при засолке.



Еще вчера

ЛУКОВАЯ СОБА БЕЗ ЛУКА

ЖАРЕНАЯ ЛАПША СОБА С ЛУКОМ И ТОФУ

СЛОЖНОСТЬ: легкое • НА: 4 порции
ПОДГОТОВКА: 15 мин • ПРИГОТОВЛЕНИЕ: 10 мин

Погрузитесь в воспоминания о детстве: помните ли вы вкус собы, которую мама готовила для вас? Наверняка вы терпеть не могли лук, потому всегда старались убрать его на край тарелки. Но, быть может, карамельный вкус этого овоща придется вам по душе сегодня?

Ингредиенты:

240 г лапши соба (по 60 г на порцию)
100 г замороженных бобов эдамамэ
4 луковицы молодого лука (с перьями)
4 куска промытой пекинской капусты
(кочан нарезать поперек средними ломтиками)
100 г плотного тофу
1 см корня имбиря
1 ч. л. жареного кунжута
(по желанию)
1 ч. л. нарезанных соломкой нори
(по желанию)
Смесь специй ситими тогараси
Оливковое масло

ДЛЯ СОУСА ЯКИСОБА:
2 ст. л. соевого соуса
1 ст. л. мирина или рисового/
яблочного уксуса
1 ст. л. домашнего кетчупа
(рецепт на с. 120)
1 ст. л. вустерского соуса

1. Приготовьте соус якисоба: в миске смешайте все необходимые ингредиенты. Отставьте пока в сторону.
 2. Подготовьте ингредиенты: лапшу отварите по инструкции, залейте холодной водой, чтобы остановить процесс варки. Опустите эдамамэ в кипяток на несколько минут. Отделите белые луковицы от перьев; луковицы нарежьте мелко, перья, наоборот, крупными кусочками. Капусту нашинкуйте длинными тонкими полосками, тофу — кубиками со стороны примерно 5 мм. Очистите и мелко нарубите имбирь. Теперь можете переходить к приготовлению.
 3. Налейте оливковое масло на сковороду или вок, разогрейте.
 4. Выложите белый лук и эдамамэ, пассеруйте на медленном огне в течение 1 минуты, после добавьте имбирь и капусту. Готовьте еще минуту и выложите собу. Обжаривайте, хорошо помешивая, 5 минут. Добавьте тофу. Полейте блюдо соусом якисоба и хорошенько перемешайте. Когда блюдо приобретет карамельно-кофейный оттенок и хорошенько пропитается соусом, можно выкладывать на тарелки.
- Подача:** в каждую порцию добавьте по щепотке ситими тогараси, нори, кунжута и зеленого лука. Приятного аппетита!

Еще вчера АНАНАС «ОЙСИ»

ЗАПЕЧЕННЫЙ АНАНАС С СЕНЧА И ВАНИЛЬЮ

СЛОЖНОСТЬ: легкое • НА: 4 порции

ПОДГОТОВКА: 30 мин

НАСТАИВАТЬ: 10 мин • ПРИГОТОВЛЕНИЕ: 1 ч

Вы всегда будете помнить свой первый ананас: столько дней вы ждали, пока мама очистит и нарежет его для семьи, и вам, наконец, выпадет возможность его попробовать! Если вы не какой-нибудь редкий чудак, вы наверняка согласитесь, что ананас — это вкусно. Но, может, вашим родителям он показался бы еще вкуснее приготовленным? Вот простой рецепт, для которого вам понадобится японский чай и...

Ингредиенты:

1 большой ананас
700 мл воды

1 большая щепотка чая сенча
Стручок ванили
(или 15 г ванильного сахара)

1. 100 г сахара (или 85 г, если используете ванильный сахар). Приготовьте «кулинарный сок» — сироп из сенча и ванили. Положите чай в ситечко. Дождитесь, пока вода начнет закипать, но не доводите ее до кипения и, выключив огонь, опустите ситечко в воду.
2. Острием овощного ножа разрежьте стручок ванили посередине, аккуратно раскройте его и лезвием ножа соберите ароматные семена с внутренней поверхности стручка. Опустите их в воду вместе с чаем и оставьте на 10 минут. Если же вы используете ванильный сахар, добавляйте его на следующем этапе, а пока просто заварите чай.
3. Достаньте ситечко из воды. Добавьте сахар (и ванильный тоже), поставьте чай на огонь и нагревайте до полного растворения сахара. Чайный сироп готов.
4. Разогрейте духовку до 180 °С. Нарежьте ананас кольцами от верхушки до основания, потом очистите их. Удалите сердцевину и срежьте кожуру. Ананас готов.
5. В центр кокотницы или в форму для запекания выложите кольца ананаса и полейте их чайным сиропом. Поставьте в духовку и запекайте в течение часа, постоянно поливая ананас сиропом. Во время готовки ананас должен стать нежным и карамелизированным, сироп должен хорошо впитаться. Если за час ананас не успеет дойти до готовности, оставьте его еще на 10 минут, а при необходимости еще на 10.

Подача: разложите кольца ананаса в блюдца. Можно приготовить к нему матча или сенча, чтобы усилить гармонию цветочных и фруктовых ноток. Итадакимас!