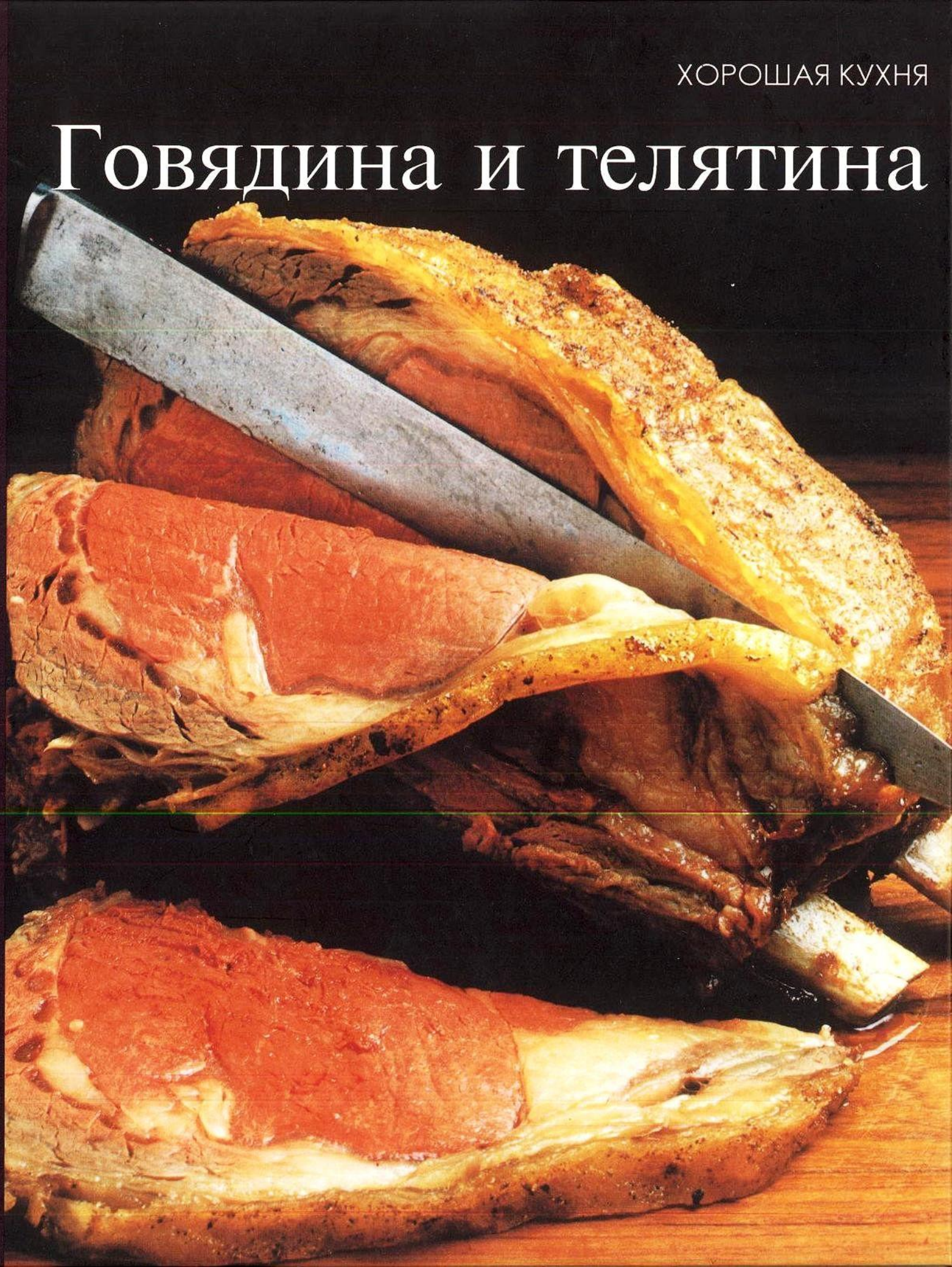
ХОРОШАЯ КУХНЯ

Говядина и телятина



Говядина и телятина

МОСКВА
ТЕРРА—КНИЖНЫЙ КЛУБ
1998

УДК 64
ББК 36.992
Г57

Beef & Veal

BY THE EDITORS OF TIME-LIFE BOOKS / THE GOOD COOK / THE TIME-LIFE BOOKS-AMSTERDAM, 1978

Перевод с английского
В. ОРЕХОВА

Говядина и телятина / Пер. с англ. В. Орехова. — М.: ТЕРРА—Книжный клуб, 1998. — 168 с.: ил. — (Хорошая кухня).

Г57

ISBN 5-300-01770-1

В этой книге даны рецепты приготовления всевозможных блюд из говядины и телятины. Самые изысканные вкусы будут удовлетворены: более 200 рецептов, собранных здесь, представляют 34 национальные кухни. Помимо описания разнообразных способов приготовления мясных блюд, книга знакомит с секретами соусов и приправ к ним.

УДК 64
ББК 36.992

ISBN 5-300-01770-1

Authorized Russian edition © 1998 TERRA—Book Club. Original edition © 1978 Time-Life Books BV. All rights reserved.

No part of this book may be reproduced in any form, by any electronic or mechanical means, including information storage and retrieval devices or systems, without prior written permission from the publisher, except that brief passages may be quoted for review.

Time-Life Books is a trademark of Time Warner Inc.

© ТЕРРА—Книжный клуб, 1998

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ 5

Мясное великолепие / Путеводитель по говяжьим отрубам / Путеводитель по телячьим отрубам / Говяжьи кости: в качестве премии — костный мозг / Телячья ножка: прекрасный источник желатина / Приготовление и хранение базового бульона из телятины / Использование ароматических овощей

ЖАРЕНИЕ В ДУХОВОМ ШКАФУ 17

1

Тест на щипок для определения степени прожаренности / Выдерживание ростбифа после жарения / Секрет приготовления йоркширского пудинга / Обвязывание жиром постных отрубов / Таблица:температура—время / Телятина: защита от пересыхания / Два специальных соуса

ЖАРЕНИЕ НА ОТКРЫТОМ ОГНЕ 25

2

«Готовый бифштекс»... и как его разрезать на порционные куски / Пять степеней прожаренности / Справочная таблица времени жарения / Улучшение шашлыка / Приготовление соусов к бифштексам

ЖАРЕНИЕ НА СКОВОРОДЕ 33

3

Драгоценные соки на сковороде / Приготовление рубленого мяса двумя ножами / Необыкновенные превращения гамбургера / Четыре простых соуса / Надрезание, предохраняющее панировку от вспучивания

ТУШЕНИЕ 45

4

Разнообразие жидкостей для тушения / Как очистить соус от жира и примесей / Поливка мяса изнутри / Гарниры и начинки / Говяжий хвост без костей

ОТВАРИВАНИЕ 65

5

Суп в качестве «дивиденда» / Две стадии загущения соуса / Подготовка молодого мяса к отвариванию / Как сделать кармашек в телячьей грудинке / Засолка говяжьей грудинки в домашних условиях

КОМБИНИРОВАННЫЕ СПОСОБЫ ПРИГОТОВЛЕНИЯ БЛЮД 75

6

Тесто на нутряном сале для пудингов и пирогов / Сервировка сырой говядины / Гратен из хлебных крошек для остатков мяса / Мясной хлеб и фрикадели / Разнообразие блюд из мелко нарезанного мяса / Пудинг из телятины

АНТОЛОГИЯ РЕЦЕПТОВ 89

Говядина 90 / Телятина 141 / Стандартные рецепты 166



Мясное великолепие

«Представьте себе несчастного изгнанника,— писал Марк Твен в очерке «Скитания за границей», рассказывая о тяготах путешествия,— затем представьте ангела, появляющегося внезапно из заоблачных далей и ставящего перед путником большущий кусок отборного говяжьего филея, толщиной около 4 см, пышущий жаром, посыпанный душистым перцем, украшенный тающими кусочками сливочного масла самой что ни на есть первейшей свежести и покрытый драгоценнейшими каплями мясного сока, стекающими на шипящую сковороду и растворяющимися в подливке».

Такой была реакция Твена в 1880 году на трудности, с которыми столкнулся в Европе американец, с детства приученный к говядине, в изобилии производимой в его стране. Однако восхищение писателя превосходной говядиной, приготовленной по довольно простому рецепту, наверняка будет разделяться современными людьми независимо от их происхождения. Это блюдо заставит проглотить слюну всех тех, кто считает говядину идеальным видом пищи, укрепляющей физическую силу, обладающую питательными свойствами и великолепным ароматом.

И хотя Твен не восхвалял телятину,— возможно потому, что она более популярна в Европе, чем в Америке,— этот вид мяса имеет прекрасные вкусовые качества и достоин не менее высокой оценки. В отличие от говядины, телятина на вкус более изысканна; ее лучшие сорта можно различить по тончайшим волокнам и бледно-розовому цвету. При этом, конечно, не следует забывать, что по происхождению телятина ничем не отличается от говядины и требует практически аналогичных приемов приготовления.

В первой половине этой книги излагаются основные методы кулинарной обработки говядины и телятины, сопровождаемые многочисленными обучающими примерами, рассматривается общекулинарная техника приготовления гарниров, соусов и специальной выпечки, необходимых для придания блюдам завершенности. Вторая половина книги представляет антологию рецептов, собранных по всему свету за длительный период времени. Эти рецепты олицетворяют традиции, открытия, предпочтения и жизненный опыт многих творчески мысливших поваров, прославленных или совсем безвестных, не пожалевших времени на описание результатов своего труда для того, чтобы сделать их доступными для других людей.

Крупный рогатый скот и говядина

Человечество разводит крупный рогатый скот и готовит блюда из говядины и телятины в течение многих веков. Все современные разновидности крупного рогатого скота, выращиваемые в промышленных масштабах, происходят от дикого быка *(bos primigenius)*, впервые одомашненного около 8000 лет назад в тех краях, где сегодня расположены Македония и Турция. К настоящему времени выведены сотни чистокровных пород и огромное количество гибридных, распространившихся по всем пяти континентам. Каждая из существующих пород имеет свои особенности, зависящие от климата, окружающей среды и потребностей людей, занимающихся их разведением.

В Северной Америке, Австралии и Аргентине основная часть товарной говядины производится в результате забоя быков и коров высокопродуктивных мясных пород, пасущихся огромными стадами на огороженных пастбищах; их разводят исключительно для отправки на скотобойню. В европейских странах сравнительно небольшие фермы обычно совмещают производство мяса с производством молока. Некоторые породы, правда, разводятся только из-за высокого качества их мяса, однако, в подавляющем своем большинстве, крупный рогатый скот отбирается и скрещивается так, чтобы от стада можно было получать и хорошую говядину, и много молока. Для того, чтобы у коровы было молоко, она должна телиться каждый год. Для воспроизводства молочного стада выращивается только часть родившихся телок. А остальные телята откармливаются на убой. Основную часть товарной говядины получают в результате забоя молодых кастрированных бычков, а почти всю оставшуюся — из туш нетелей.

Методы разведения скота в Европе разнообразны и зависят от двух факторов: типа земельных угодий фермера и цен на корма. Некоторые фермеры считают экономически выгодным вести интенсивный зерновой откорм своих животных и забивать их через 10 или 11 месяцев после рождения. Другие отправляют молодняк на пастбище до тех пор, пока он не достигнет годичного возраста, затем переходят на «финишный» откорм животных зерном и только после этого, определяют их на убой; на все уходит, в среднем, 18—20 месяцев. Фермер, у которого несколько пастбищных угодий, может позволить себе откармливать животных практически одной травой и фуражными культурами и отправлять на бойню в возрасте двух и более лет, когда они станут достаточно упитанными. Несмотря на то, что различные породы крупного рогатого скота набирают вес с разной скоростью, оптимальные вкусовые качества мясо животных приобретает, когда им исполняется два года.

Виды телятины

Конечно, не весь крупный рогатый скот откармливается до зрелого возраста; часть молодняка забивается на мясо, находясь еще в категории телят. Однако вкусовые качества телятины существенно зависят от того, каким образом производился откорм телят и в каком возрасте они были забиты.

Мясо вскармливаемых молоком животных отличается бледно-розовым цветом, за который телятина особенно ценится. Обычно теленок начинает переходить на твердую пищу в возрасте двух-трех месяцев, однако отнимать от вымени его можно и позже, если задаться целью получения большего количества молочной телятины. Лучшее мясо получается из телят, которых для быстрого набора веса содержат на интенсивном откорме молоком и его заменителями вплоть до самого забоя в возрасте четы-

Приготовление праздничного ужина начинается с этой свернутой в рулет говяжьей грудинки, окруженной на снимке ее кулинарными союзниками — тимьяном, чесноком, лавровым листом, морковью, морской солью, репой и пучком душистых трав. На заднем плане видны пиво, столь прекрасно сочетающееся с говядиной в готовых блюдах и в качестве сопровождающего напитка, и хлеб, с которым блюдо подается к столу.

рех или пяти месяцев. Высококачественная телятина в молочных стадах Франции, Голландии и Британии производится именно таким образом, и высокие затраты на содержание телят находят свое отражение в ценах на это мясо.

Когда теленка перестают кормить молоком и он начинает питаться травой или зерном, его мясо постепенно теряет свой светлый оттенок и становится более красным. В Италии интенсивный молочный откорм телят применяют реже, поэтому их мясо имеет более темный цвет по сравнению со столь восхитительной сливочно-розовой телятиной соседней Франции. В Соединенных Штатах часть поголовья телят откармливается молоком и забивается в возрасте четырех месяцев, однако основную часть телятины в Северной Америке получают из молодых животных, уже начавших есть твердую пищу; их забивают в возрасте около трех месяцев.

Традиции разделки телячьих туш так же, как и традиции выращивания телят, в каждой стране свои, однако в Европе наблюдается тенденция следовать характерному французскому стилю разделки этого высоко ценимого мяса. Французская школа основывается на тщательной зачистке мяса и скрупулезном разделении мышц по их естественным границам, в результате чего появляются аккуратные отрубы. Схема на стр. 10 передает особенности французского способа разделки качественной телячьей туши.

Телятина нежнее говядины, так как у телят к моменту забоя не успевают развиться мышцы зрелых животных. Тем не менее, чтобы после приготовления их мясо осталось таким же мягким, необходимо знать и учитывать следующее. В частности, то, что телятина имеет весьма тонкий слой наружного жира и ограниченное количество внутреннего. Голяшка, рулька, подбедерок, шея, пашина и покромка хороши в основном при влажной термической обработке, которая используется для размягчения плотных сухожилий и соединительных тканей этих отрубов. Более нежное мясо спинной и поясничной частей туши, а также костреца, щупа и ссека могут быть приготовлены в сухом тепле, однако температура не должна быть очень высокой, так как на сильном огне телятина высыхает и становится жесткой.

Достоинства говядины

Говядина может быть почти такой же мягкой, как телятина, или, наоборот, очень жесткой — все зависит от породы животного, его возраста и специфики мышц, выбранных для приготовления. Конечно, мышцы — основа любого мяса, представляющая собой группы волокон, состоящих в основном из белка и связанных вместе желатиносодержащей соединительной тканью. Мышцы зрелого животного имеют более крупные волокна и более прочные соединительные ткани по сравнению с мышцами теленка или молодого бычка, поэтому говядина потенциально жестче телятины. Возраст крупного рогатого скота в момент забоя влияет также и на вкусовые качества мяса, в котором по мере взросления животного и изменения структуры мышц увеличивается количество экстрактивных веществ.

Способность оценивать вкусовые качества и степень мягкости сырой говядины развивается только в результате многолетнего профессионального опыта и знания технических сторон современной мясообрабатывающей промышленности. Многие внешние признаки, в частности, цвет мякоти, толщина мышечных волокон и ряд других, часто могут вводить в заблуждение. Вот почему для домашнего повара, вне зависимости от объема его знаний, так важен заслуживающий доверия мясник, который выберет хорошую тушу и разделает ее умело и бережно.

Во многих странах для того, чтобы говядина приобрела свое наивысшее качество, ей обычно дают дозреть в течение, по меньшей мере, 10 дней (но не более 20 дней) в условиях строго контролируемой температуры и влажности и только потом пускают в продажу. За время дозревания говядины ее ферменты преобразуют мышечные волокна — происходит процесс, аналогичный пищеварительному, в результате чего улучшаются вкусовые качества мяса и оно становится более мягким. К тому же дозревшая говядина будет готовиться немного быстрее, чем более свежее мясо. Температура в районе от 0 до 4 °С является достаточной для предупреждения размножения бактерий, которые могут испортить мясо, и вместе с тем еще не подавляет активность энзимов; относительная влажность должна составлять около 90%, так как слишком сырой воздух способствует образованию плесени, а слишком сухая атмосфера приводит к уменьшению веса мяса из-за испарения из него влаги. Процесс дозревания может протекать в холодных помещениях скотобойни, мясной биржи, местах оптовой и розничной торговли, или комбинированно — по мере продвижения мяса к покупателю. Но вне зависимости от того, в каком звене технологической цепочки осуществляется дозревание,— это весьма дорогостоящий процесс, который повышает и продажную цену мяса.

В домашних условиях правильно осуществить процесс дозревания практически невозможно. Однако, подержав говядину перед использованием несколько дней в холодильнике, что не опасно для ее сохранности, вы можете несколько улучшить вкусовые качества мяса. Для этого (поскольку даже у плотно обернутого мяса поверхности надрезов будут оставаться влажными и в них смогут проникнуть бактерии) вам следует положить купленную говядину на небольшую решетку, поставленную на тарелку так, чтобы воздух в холодильнике циркулировал вокруг нее, и накрыть перевернутой миской.

Глубокое замораживание только сохраняет мясо, но не способствует его дозреванию. Говядина может храниться в мороженом виде до года, хотя ее вкус, текстура и цвет будут постепенно ухудшаться. (Пищевые качества телятины подвержены более быстрым изменениям, поэтому ее можно хранить в течение трех месяцев.) Если вы решили заморозить говядину, плотно оберните ее в бумагу, предназначенную для замораживания продуктов, заклейте пакет специальной лентой и поставьте в холодильную камеру с самой низкой температурой.

Вне зависимости от того, большой или маленький кусок говядины перед вами, свежая она или замороженная,— это так или иначе часть туши большого животного. Знание строения туши и способов ее разделки, использующихся мясником при подготовке мяса к продаже, является неоценимым помощником хозяйки в деле приготовления говядины и ее нарезания за столом *(см. стр. 7)*. Профессия мясника, несмотря на существующие в разных местностях особенности разделки туши и специфические названия отрубов, в любом районе и любой стране традиционна. Вы же, если знаете, от какой части туши отрезан кусок говядины, поймете, как правильно его приготовить, так как каждая из частей имеет особые качества, для которых подходят одни и не подходят другие методы кулинарной обработки. Схема на *стр. 8* показывает расположение на туше основных (сортовых) отрубов говядины.

У крупного рогатого скота наиболее развитые мышцы расположены на груди, в нижних частях ног (голяшке и рульке), пашине, шее и хвосте. Эти мышцы необходимо подвергнуть длительной термической обработке при относительно невысокой температуре для того, чтобы выплавить и размягчить толстые соединительные ткани. Другим обязательным условием приготовления такого мяса является добавление влаги — воды, бульона или пара — для предупреждения его пересыхания до начала размягчения волокон. Вкусовые качества рабочих мышц животных обычно ярко выражены. Тушение и отваривание, относящиеся к методам влажной термической обработки, являются наиболее подходящими для выявления лучших свойств жестких отрубов говядины.

Наименее нагруженные мышцы молодых бычков — это мышцы спины, поясничной части и костреца. Так как эти мышцы меньше работают, отрубы от них мягче по своей природе, но их

вкус не столь ярко выражен, как у мяса более жесткого. Нежная высококачественная говядина таких отрубов требует быстрого приготовления на сильном огне, в результате чего подчеркиваются ее вкусовые качества и сохраняются естественные соки. В этом случае больше подходят «сухие» методы термической обработки, как жарение в духовке, на открытом огне или на сковороде.

Мышцы некоторых частей лопатки и бедра не столь богаты сухожилиями, как ноги и шея, но и не столь нежны, как спинная часть. Они могут быть обжарены в духовке при умеренной температуре, и из них получаются хорошие бифштексы для жарения на сковороде или открытом огне; они могут быть также потушены или приготовлены в качестве духового мяса, так как их экстрактивность и структура позволяют выдерживать длительную термическую обработку во влажной среде.

Туша восемнадцатимесячного кастрированного бычка может весить около 250 кг, но только 70% от этого веса продается как мясо. Остальные 30% — жир (пропорции зависят от породы и возраста животного), который придает говядине характерный вкус. Мраморные «дорожки» жира между волокнами спинных мышц бычков определенных пород, откормленных зерном, являются признаком того, что мясо, по всей вероятности, будет мягким. Внешний жир говядины, которая должна проходить влажную термическую обработку, обычно срезается; однако умеренный слой жира на ростбифе улучшает его вкусовые качества и сохраняет мясо сочным во время жарения. Во всех случаях правильные пропорции между жиром и постной мякотью могут быть установлены только на основе собственных пристрастий и предпочтений.

Даже отделенный от мяса, жир может иметь кулинарную ценность. Нутряное сало (крошащийся белый жир, расположенный вокруг почек) годится для приготовления на нем великолепного теста и столь же прекрасно в жарении. Внешний говяжий жир, нарезанный тонкими ломтиками, может быть использован для заворачивания в него постных ростбифов.

Цвет говяжьего жира слегка варьируется в зависимости от породы животного и его питания. Как правило, крупный рогатый скот, выращенный на зерновых кормах, имеет сливочно-белый жир, тогда как животные, откормленные только травой, имеют желтоватый жир и довольно часто постное, более жесткое мясо. Однако желтоватый жир может быть также признаком того, что животное уже не молодое.

Остающиеся после удаления жира 70% веса туши — не только мясо. До 16% веса бычка приходится на кости, которые также используют в кулинарии из-за содержащегося в них костного мозга и для приготовления бульона. Плюс к этому говядина, пожаренная в духовке вместе со своими костями, сочнее и ароматнее, чем тот же отруб, но без них, поскольку при отделении кости перерезаются мышечные волокна мяса, из которых и вытекает ценный сок.

Приготовление блюд из говядины и телятины

Приведенные сведения о жире и костях могут показаться очень далекими от процесса приготовления мясных блюд, но тем не менее их необходимо учесть при покупке говядины или телятины. Чем лучше вы разберетесь в исходных ингредиентах, тем легче вам будет практиковаться в искусстве кулинарии. Прочитав следующие главы, вы убедитесь в простоте тех немногочисленных методов, которые требуются для приготовления любого отруба говядины или телятины, а антология рецептов предложит вам почти безграничный диапазон блюд, которые можно создать при помощи этих методов. Сведенные воедино, методы подтверждают практичное и несколько приземленное высказывание, сделанное однажды знаменитым французским поваром и редактором Проспером Монтаном, составителем монументальной поваренной книги «Larousse Gastronomique». Когда гость спросил его: «Монсеньор Монтан, удалось ли вам сотворить чудо сегодня вечером?», Монтан ответил: «Чудо? Нет, просто хорошую еду».

Наслаждение церемонией разрезания мяса

Еда нескольких людей за одним столом, даже без соблюдения особых формальностей, является совместным действом, а искусное разрезание прекрасного ростбифа на глазах у присутствующих усиливает чувство общности. В самом деле, в течение многих столетий владение искусством разрезания мяса было обязательным для культурного человека. Если вы не чувствуете себя достаточно уверенным для того, чтобы нарезать приготовленный ростбиф в присутствии других людей, потренируйтесь на кухне. Но в следующий раз обязательно продемонстрируйте свое мастерство членам вашей семьи и гостям — дайте им насладиться этой волнующей церемонией.

Лучшими помощниками хозяйки при нарезании мяса являются прочная рабочая поверхность, как можно больше свободного пространства, большая двузубая вилка и по-настоящему острый нож, который будет буквально сбривать ломтики мяса как раз той толщины, которую вы хотите. Другим полезным элементом оборудования является блюдо или разделочная доска с углублением для сбора мясных соков, вытекающих при нарезке. Эти соки вместе с несложным соусом, приготовленным из мясных отложений на дне жаровни, являются существенной частью кушанья: ими можно полить каждую порцию мяса.

Но даже самое лучшее оборудование не поможет вам, если вы не знаете точно, из какого отруба у вас мясо. Чтобы определить это, необходимо еще до начала его приготовления изучить положение внутренних костей и проследить направление мышечных волокон.

Лучше, если вы будете нарезать говядину и телятину поперек волокон; это не сделает мясо более мягким, но облегчит его пережевывание. Только бифштексы из лучших отрубов, например, из вырезки, могут быть разрезаны вдоль волокон. Если бифштекс приготовлен из тонкого отруба, например, из пашины или диафрагмы, то при вертикальной нарезке ломтики получатся очень маленькими. В таких случаях делайте нарезку по диагонали, чтобы ломтики выходили максимально широкие. Во время нарезки используйте вилку только для придерживания основного куска мяса — так, чтобы избежать прокалывания мякоти зубцами: глубокие отверстия деформируют часть ломтиков и способствуют чрезмерному вытеканию соков.

Толщина ломтиков определяется персональными пристрастиями, однако всегда помните о том, что даже весьма жесткое мясо, нарезанное очень тонкими ломтиками, на вкус покажется более мягким. Однако, если мясо слегка прожарено (с кровью) в духовом шкафу или на открытом огне, вам наверняка придется увеличить толщину ломтиков, так как нарезать сочное розовое мясо труднее, чем то, которое имеет плотную структуру в результате более длительной термической обработки. В то же время холодный ростбиф, даже слабопрожаренный, является достаточно плотным для того, чтобы быть без труда нарезанным тонкими ломтиками.



МЯСО ШЕИ, НАРЕЗАННОЕ КУБИКАМИ

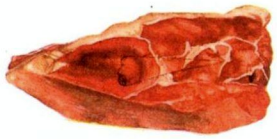
1 Шея или зарез. Мясо шеи содержит большой процент соединительной ткани и поэтому для приобретения требуемой мягкости ему необходима длительная термическая обработка во влажной среде. Однако оно обладает хорошими вкусовыми качествами и стоит недорого. Мясо шеи обычно продается нарезанным кубиками или в рубленом виде.



РУБЛЕНОЕ МЯСО ШЕЙНОЙ ЧАСТИ ТУШИ

2 Шейная часть туши. Сортовый отруб с длинной плечевой костью, которая удаляется при обвалке и продается вместе с другими мозговыми костями. Лишний жир обычно срезается с отруба мясником. Мясо шейной части туши близко по качеству к мясу шеи (1) и обычно поступает в продажу нарезанным кубиками или в рубленом виде.





БИФШТЕКС ИЗ ХРЕБТОВОГО КРАЯ



БИФШТЕКС ИЗ ЛОПАТОЧНОЙ ЧАСТИ ТУШИ

3 Хребтовый край шеи. Большой и сравнительно постный отруб высококачественного мяса для тушения, состоящий из пучков мышечных волокон плечевого мускула. После удаления костей отруб нарезают порционными кусками для приготовления бифштексов. Мясо хребтового края шеи может быть также нарезано кубиками для тушения. Оно нуждается в длительной термической обработке во влажной среде для размягчения соединительной ткани.

4 Лопатка. Лопаточная кость, содержащаяся в сортовом отрубе, удаляется мясником, а мясо нарезается порционными кусками для приготовления бифштексов или для тушения. Вкусовые качества мяса высокие, содержание жира относительно невелико. Некоторые куски имеют толстые прожилки соединительной ткани, при помощи которой мышцы прикрепляются к лопаточной кости. Эту соединительную ткань оставляют на мясе, так как при готовке во влажном тепле она размягчается, выделяя в отвар клейкие вещества.



5 Толстый край. Сортовой отруб, содержащий 4 или 5 ребер с относительно мягким и тонковолокнистым мясом. Для приготовления превосходного ростбифа ребра обычно отпиливаются покороче, а мясо обвязывается; кости могут удаляться полностью, в этом случае перед обвязыванием мясо сворачивают в рулет. Мясо может быть также использовано для тушения или запекания крупным куском.

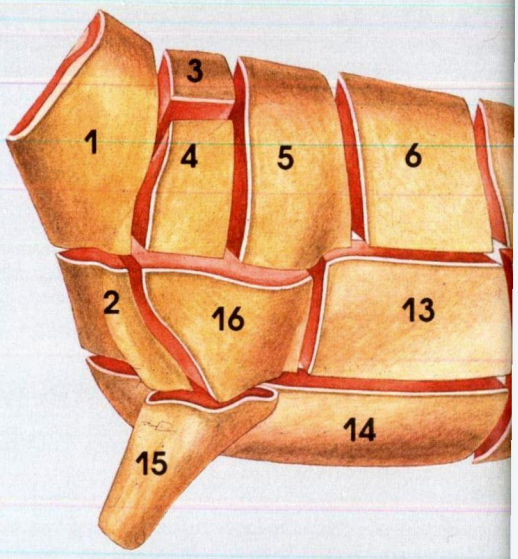


МЯКОТЬ ПЛЕЧЕВОЙ ЧАСТИ

16 Плечевая часть лопатки. В этот отруб входит часть наиболее крупных мышц плеча; ребра и прилегающие к ним мышцы располагаются ближе к задней части туши. Разделка плечевой части лопатки зависит от местных традиций, но чаще всего от нее просто отрезают большие куски превосходной по вкусу мякоти для последующего медленного жарения *(стр. 20)*. Мясо может быть нарезано также порционными кусками для тушения.

Путеводитель по говяжьим отрубам

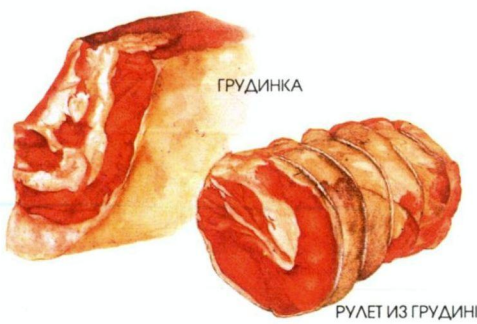
На схеме, представленной в центральной части этого разворота, показаны сортовые отрубы говяжьей туши. Каждый из них обозначен номером, а на соответствующей иллюстрации с подписью к ней предлагаются способы его разделки. Названия отрубов и особенности их разделки могут варьироваться, однако информация, приведенная на этих страницах, является оптимальной для определенного отруба.





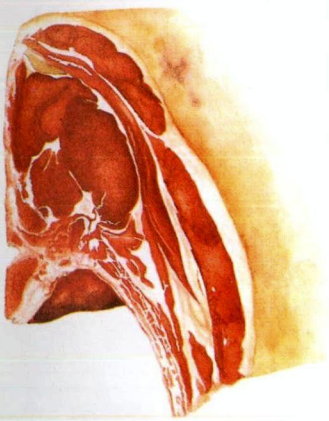
15 Рулька. Мускулистая передняя нога (рулька) содержит мозговую кость и несколько узких, явно выраженных мышц с толстым слоем соединительной ткани и сухожилиями. После удаления кости мясо обычно нарезают кружочками поперек волокон или кубиками — для тушения. При готовке во влажной среде желатин соединительных тканей переходит в отвар, образуя очень вкусную и питательную подливу. Рулька особенно подходит для приготовления тушеной говядины по-французски *(стр. 58)*.

14 Грудинка. После удаления грудной кости и ребер остается длинный плоский кусок мяса, который обычно сворачивают в рулет и обвязывают. От него обычно отрезают куски необходимой длины и продают. Слоистая структура мышечных тканей грудинки подчеркивается жировыми прослойками, вкусовые качества — хорошие. Грудинку необходимо готовить во влажной среде. Иногда ее тушат, но чаще отваривают — либо свежую, либо соленую (грудинка традиционно используется для засола, *см. стр. 72*).

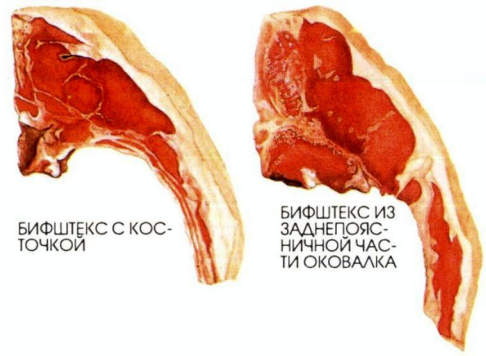


13 Покромка. Этот отруб состоит из покрывающей ребра мышечной ткани с прослойками жира. Прекрасное мясо для варки *(стр. 66)*, поскольку обладает хорошими вкусовыми качествами, а имеющиеся в нем прослойки жира помогают сохранять влагу. Мясо можно также тушить с костями или без, нарезанное ломтиками или кубиками. Довольно часто покромку используют для приготовления фарша.



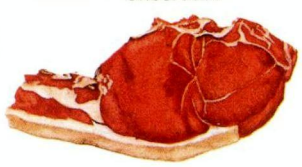


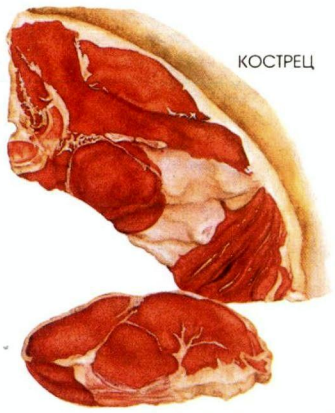
6 Тонкий край. Сортовой отруб, содержащий 4 или 5 ребер, из которого обычно готовят ростбиф толщиной в два или три ребра. Мясо тонкого края очень нежное и идеально подходит для приготовления ростбифа. Чтобы сохранить аромат и сочность, тонкий край следует запекать в духовке вместе с костями при высокой температуре, перепилив предварительно верхние части спинных позвонков *(стр. 18)*. Превосходны на вкус и бифштексы из тонкого края, и мясо на ребрышках, приготовленные на решетке.



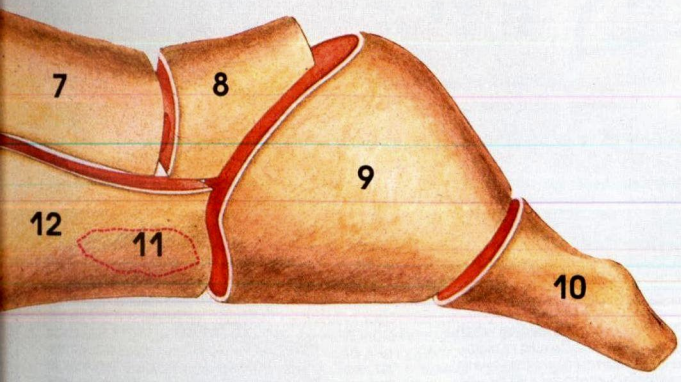
7 Оковалок. Этот отруб содержит большое количество нежнейшего мяса на трех последних ребрах. Оковалок может быть зажарен целиком вместе с костями или без них, а может быть разрезан на порционные куски для жарения бифштексов на открытом огне или на сковороде. Бифштекс из филе оковалка готовят без костей; для приготовления бифштекса с косточкой от передней части оковалка отрезают мясо вместе с ребром; бифштекс из заднепоясничной части оковалка содержит кусок нежной вырезки, пролегающей под позвоночником. Если вырезка готовится отдельно, она может быть зажарена целиком, но чаще всего ее нарезают кусками поперек волокон для приготовления бифштексов.

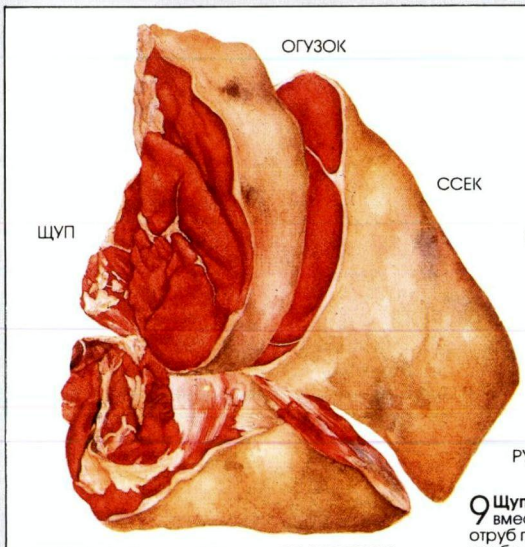


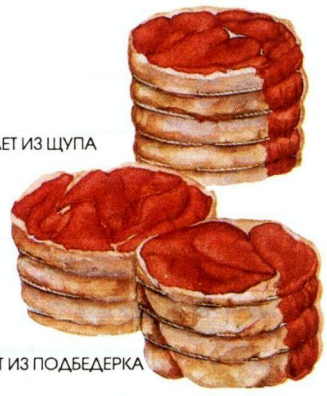




8 Кострец. Сортовой отруб, содержащий нижние позвонки спинного хребта и тазовую кость. Все кости обычно удаляются и мясо нарезается поперек волокон порционными кусками для приготовления нежных бифштексов с прекрасными вкусовыми качествами. Бифштексы из костреца можно жарить и на открытом огне, и на сковороде. Из кусков весом более 1,5 кг получается превосходный ростбиф, который обычно готовят на сильном огне *(стр. 18)*.







9 Щуп, ссек, огузок, подбедерок. Эти четыре отруба вместе составляют верхнюю часть задней ноги. Щуп — отруб постного тонковолокнистого мяса от внутренней части бедра — хорош для медленного жарения и тушения. Мясо ссека немножко грубее, но также обладает хорошими вкусовыми качествами и обычно используется для медленного жарения или тушения, а также для засолки и отваривания на медленном огне *(стр. 72)*. Огузок — это обладающий превосходными вкусовыми качествами отруб мяса между крестцом и тазовой костью. Чаще всего это мясо используют для приготовления качественного ростбифа путем медленного жарения. Подбедерок хорош для медленного жарения и тушения большим куском, однако довольно часто его нарезают порционными кусками, которые тушат или обжаривают на сковороде.



12 Пашина. Это тонкий слой мышечной ткани, образующий оболочку брюшной полости животного. После удаления грубых пленок и излишков подкожного жира мясо пашины может либо нарезаться кусочками для тушения, либо продаваться в рубленом виде. Его вкусовые качества приятны, но мышечные ткани довольно грубы.



11 Диафрагма. Диафрагма состоит из разнообразных, сравнительно небольших по размеру внутренних мышц; наилучшими кулинарными качествами среди них обладают мышцы внутренней части пашины и мышцы, прилегающие к внутренней части костреца. Несмотря на то что бифштексы из мясистой части диафрагмы имеют на срезе крупнозернистую структуру, они содержат очень мало жира и обладают прекрасными вкусовыми качествами, если их готовить на открытом огне или сковороде, не доводя до полного прожаривания. Чтобы мясо приготовилось полностью, его необходимо тушить в течение довольно длительного времени. Третий тип бифштексов из мясистой части диафрагмы иногда называют «бифштексом мясника». Купить такое мясо — большая редкость, так как оно вырезается из центральной внутренней мышцы, единственной во всей туше. При каждом удобном случае старайтесь его покупать, поскольку благодаря нежным вкусовым качествам и прекрасному аромату оно как нельзя лучше подходит для жарения на решетке.

10 Голяшка. Богатая сухожилиями мясистая часть задней ноги; аналогично рульке она содержит мозговую кость и большой процент соединительной ткани. Обычно кость удаляют, а мясо нарезают толстыми ломтиками или кубиками. Тонкий аромат и высокое содержание желатина придают этому мясу превосходные вкусовые качества в тушеном виде.



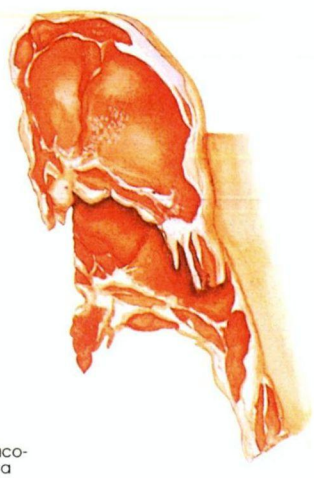


1 Шея. Шейная часть туши содержит кости и сухожилия, которые удаляются мясником. Мясо может продаваться большим куском для тушения или нарезаться порционными кусками для отваривания *(стр. 68)*. Оно может быть также нарезано кубиками для тушения с овощами. Кости шеи с кусочками мяса очень хороши для приготовления бульона *(стр. 12)*.



2 Шейная часть туши. В этот отруб входят первые 4—5 ребер. После удаления лопаточной кости эти ребра частично обнажаются; мясо шейной части туши, как правило, полностью отделяется от костей и поступает в продажу одним куском для жарения в духовке или нарезанными порционными кусками для тушения.

3 Спинная часть туши. Высококачественное мясо на средних ребрах обычно нарезается порционными кусками (с косточкой или без нее) для приготовления отбивных котлет на открытом огне или на сковороде. Если котлеты готовятся на открытом огне, их необходимо поливать растительным или растопленным сливочным маслом *(стр. 29)*. Мясо может также продаваться большим куском (с костями или без них) для жарения в духовке.



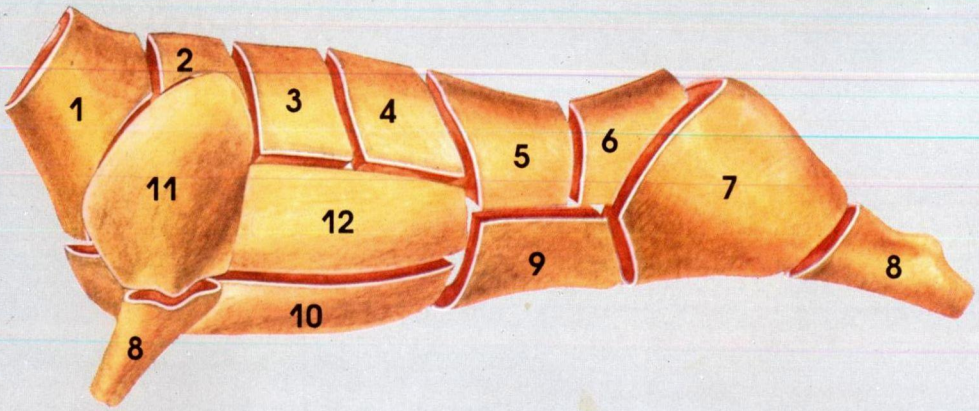
4 Мясо для отбивных котлет. На последних 3—4 ребрах мясо очень нежное и его обычно продают в виде отбивных котлет. При подготовке мяса к продаже могут быть удалены выступающие части позвонков и концы ребер. Мясо может быть нарезано и более толстыми порционными кусками — аналогично отбивным котлетам из поясничной части туши (5).



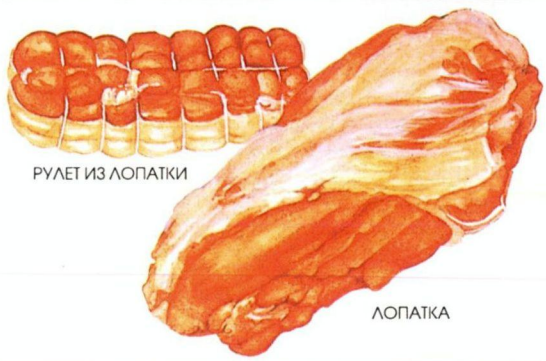
5 Поясничная часть туши. Этот отруб содержит нежное и очень постное мясо, которое обычно продают в виде отбивных котлет для жарения на открытом огне или сковороде. Мясо может быть также полностью отделено от костей и свернуто в рулет (совместно с располагающимся под позвоночником филе или без него) для жарения в духовке. Филе может быть нарезано кружочками, называемыми медальонами, для жарения на сковороде.

Путеводитель по телячьим отрубам

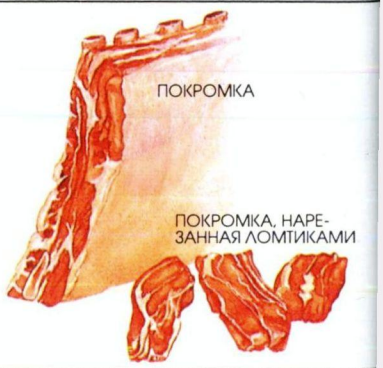
Схема разделки половины телячьей туши, представленная на рисунке справа, дает наглядное представление о местонахождении основных (сортовых) отрубов, каждый из которых имеет определенный номер. Увеличенные иллюстрации под соответствующими номерами поясняют, какую дополнительную обработку проходят эти отрубы перед продажей. Использованная в книге схема разделки телячьей туши чаще всего применяется во Франции и позволяет на сегодняшний день наиболее эффективно реализовать крупные, но весьма дорогостоящие туши откармливаемых молоком телят.



11 Лопатка (плечо). Мышцы лопатки разрезаются на куски, имеющие различную степень мягкости (в зависимости от места их расположения в отрубе). Мясо используется в соответствии с его качеством: как правило, жарится без костей в духовке или тушится. Некоторые мясники тщательно зачищают одну или несколько плечевых мышц и нарезают порционными кусками для приготовления эскалопов, однако их качество не будет очень высоким.



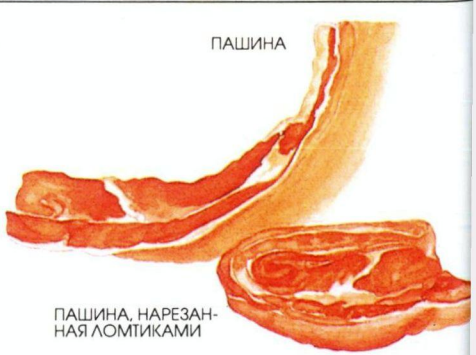
12 Покромка. Средняя часть покромки обычно полностью отделяется от костей и нарезается ломтиками для тушения или отваривания: чтобы размягчить соединительные ткани этого мяса, ему необходима термическая обработка во влажной среде. Слоистая структура мякоти покромки похожа на грудинку (10), поэтому многие британские мясники отрубают грудинку вместе с прилегающей к ней частью покромки. Вкусовые качества мяса высокие, а жировые прослойки помогают ему сохранять сочность во время готовки.



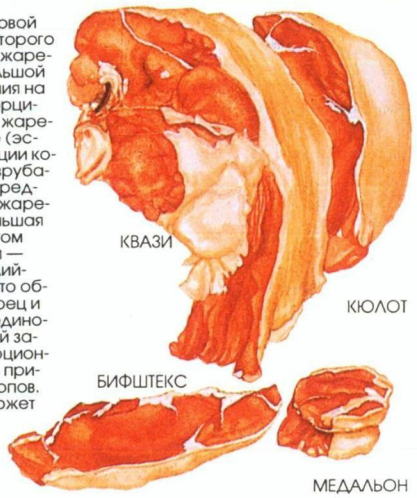
10 Грудинка. В этом костистом отрубе слои мяса перемежаются со слоями жира и пленками. В передней части грудинки находится грудная кость (грудина) и ребра, а в задней части — хрящевые концы ребер. Вся грудинка или ее половина может быть полностью отделена от костей, заправлена фаршем и свернута в рулет для отваривания *(стр. 70)*; мясо может также нарезаться ломтиками для тушения или отваривания.

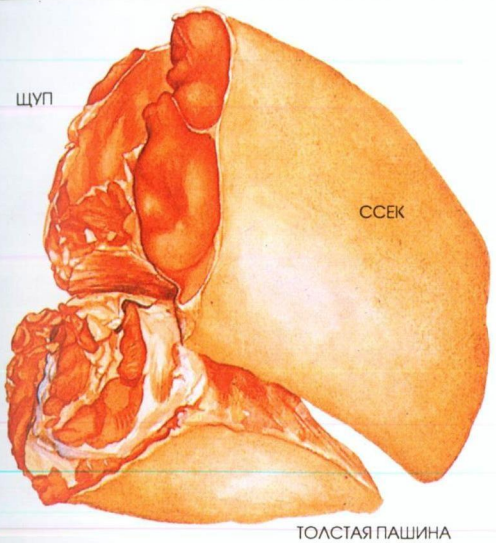


9 Пашина. Брюшная стенка теленка является одним из самых тонких отрубов, в котором слои мяса чередуются с развитыми слоями соединительной ткани, и поэтому нуждается в термической обработке во влажной среде для достижения требуемой мягкости. Пашина может быть свернута в рулет и отварена (иногда вместе с фаршем) или нарезана ломтиками (кубиками) для тушения с овощами. Пашина хорошо подходит и для приготовления рубленой телятины.



6 Кострец. Сортовой отруб, мясо которого используется для жарения в духовке (большой кусок), для жарения на открытом огне (порционные куски), для жарения на сковороде (эскалопы). Во Франции кострец обычно разрубают на две части, предназначенные для жарения в духовке: меньшая называется кюлотом *(culotte)*, большая — квази *(quasi)*. Английские мясники часто обрабатывают кострец и бедро (7) в виде единого отруба, который затем нарезают порционными кусками для приготовления эскалопов. Филе костреца может быть нарезано в виде медальонов.

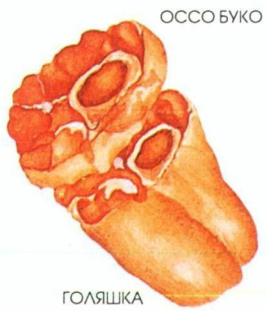




7 Бедро. Этот отруб разрезается на части по линиям соприкосновения трех главных бедренных мышц, каждая из которых прекрасно может быть зажарена в духовке или потушена, или разрезана на тонкие порционные куски для жарения эскалопов на сковороде. Щуп — очень нежное, тонковолокнистое мясо внутренней части бедра, прекрасно подходящее для приготовления больших эскалопов высочайшего качества. Толстая пашина также содержит нежное мясо, из которого получаются хорошие, но не очень большие эскалопы. Мышечные волокна мяса ссека толще и немного грубее, а их пучки окружены более развитой соединительной тканью, поэтому эскалопы из ссека не столь вкусны. Ссек хорошо подходит для жарения в духовке или тушения с обкладыванием его полосками жира *(стр. 22)*, или для шпигования *(стр. 60)*.



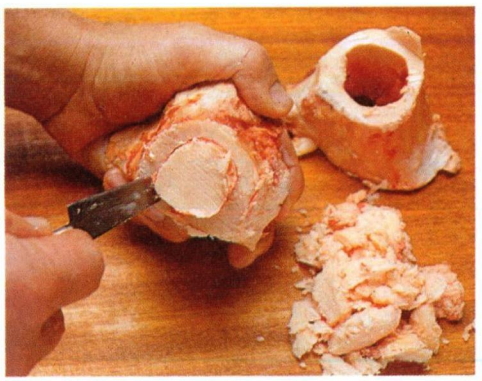
8 Голяшка и рулька. И голяшка (задняя нога), и рулька (передняя нога), являются отрубами, содержащими вкусное мясо, сухожилия и клейкие вещества; готовить их лучше всего во влажной среде. Мясо рульки и голяшки можно тушить или отваривать вместе с костями или без них. При тушении ломтиками как, например, *ассо буко (стр. 50)*, лучше использовать более мощную голяшку — голяшку с толстым слоем мяса вокруг кости, которая, в свою очередь, содержит больше костного мозга. Не очень мясистая рулька часто используется для нарезки кубиками. И голяшка, и рулька являются прекрасными отрубами для приготовления бульона.



Говяжьи кости: в качестве премии — костный мозг

Говяжьи кости, особенно бедренные и берцовые, достаточно велики, чтобы быть источником большого количества пищевого костного мозга — светлой, жирной, очень питательной субстанции, имеющей однородную, нежную структуру и легкий мясной аромат. Все это делает костный мозг желанной добавкой во многие блюда из говядины и телятины. Костный мозг может быть извлечен из костей до или после их кулинарной обработки. Удобнее всего доставать костный мозг из костей длиной около 10 см.

Сырой костный мозг, отделенный от кости *(снимок внизу слева)*, может быть измельчен и использован в клецках *(рецепт на стр. 126)*, гамбургерах *(стр. 38)* и фаршах *(стр. 62 и 70)*. Вареный костный мозг может быть ингредиентом соусов, использоваться в качестве гарнира для бифштекса *(стр. 35)* или подаваться на жареном хлебе. Чтобы извлечь костный мозг, необходимо варить кости на медленном огне до тех пор, пока их мозговая часть не начнет легко выскальзывать из стенок. Столбик костного мозга можно нарезать ломтиками и затем, непосредственно перед подачей на стол, поварить их в соленой воде 1—2 мин, пока кусочки не прогреются насквозь и не станут прозрачными.



Извлечение сырого костного мозга. Отделите костный мозг от стенки кости маленьким острым ножом и вырезайте его кусок за куском до тех пор, пока кость не станет пустой. Сырой костный мозг может храниться в плотно закрытой емкости 2—3 дня в холодильнике и до двух месяцев в морозильнике.



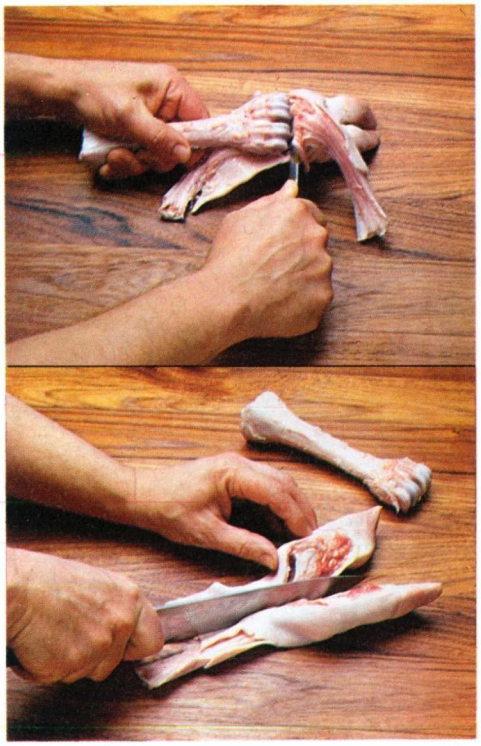
Извлечение вареного мозга. Положите мозговые кости в кастрюлю и целиком залейте их водой. Доведите воду до кипения и кипятите на медленном огне несколько минут. Слейте воду и затем аккуратно потрясите каждую косточку над тарелкой так, чтобы мозг выпал из нее одним куском.

Телячья ножка: прекрасный источник желатина

Телячьи ножки являются одним из богатейших источников натурального желатина. Из одной телячьей ножки выделяется достаточное количество желатина, чтобы придать крепость бульону или превратить 1/2 л жидкости, в которой она тушилась, в упругое желе после охлаждения.

Обрабатывая телячью ножку перед готовкой, отделите примыкающую к суставу кость, если, конечно, она не была отделена ранее *(верхний снимок справа)*. Это делают потому, что для полного вываривания желатина кость придется готовить дольше, чем остальную часть ножки, и, кроме того, в кастрюле она займет слишком много места. (Отрезанную кость сохраните и используйте для приготовления бульона.) Разрежьте ножку пополам в длину *(нижний снимок справа)*; в таком виде она легче поместится в кастрюлю и быстрее высвободит тканевый желатин.

К сожалению, телячьи ножки очень редко бывают в продаже. Однако отчаиваться не стоит: одну телячью ножку вполне могут заменить две свиные *(стр. 54)*.



Приготовление и хранение базового бульона из телятины

Прозрачный бульон из телятины, получаемый путем отваривания костей и мяса в воде с ароматическими овощами *(рецепт на стр. 166)*, имеет изысканный вкус и однородную консистенцию, что обязательно для некоторых блюд и весьма желательно для многих других. Отрубы телятины с высоким содержанием костей и хрящей очень удобно использовать для приготовления бульона: они сравнительно недороги и содержат так много натурального желатина, что остывший бульон, в котором они варились, выглядит, как желе.

Для приготовления бульона лучше всего подойдут кости ног, шеи и ребер с достаточно большим количеством оставленного на них мяса; используйте и кость голяшки, она содержит много желатина. Мясо для еды можно срезать примерно через полтора часа после начала варки бульона.

Бульон из телятины необходимо варить на очень слабом огне и достаточно долго, чтобы все экстрактивные вещества перешли в отвар. Мясо и кости залейте холодной водой и очень медленно доводите ее до кипения (процесс нагрева может занимать целый час). По мере повышения температуры воды белки-альбумины, выделяемые из мяса, начинают свертываться, образуя на поверхности бульона обильную пену.

Для получения прозрачного бульона пену необходимо периодически снимать *(этапы 1—3 внизу)*. Кроме того, весь жир, появившийся на поверхности бульона к концу варки, также должен быть снят *(вставка на стр. 47 и этап 9 справа)*.

Во время варки количество жидкости будет уменьшаться. Для того чтобы результат оправдал длительный процесс приготовления бульона, варите его в самой большой кастрюле и в большем количестве воды, чем вам потребовалось бы для приготовления конкретного блюда. Та часть бульона, которая вам не будет нужна сразу, может храниться в холодильнике несколько дней, а в морозильнике — несколько месяцев.



1 **Снятие пены.** Положите кости и мясо в кастрюлю и залейте их холодной водой так, чтобы расстояние от поверхности воды до мяса составляло около 4 см. Медленно доведите воду до кипения. Большой ложкой или ковшиком аккуратно снимайте жирную серую пену с поверхности бульона.



2 **Замедление кипения.** Если бульон начнет бурно кипеть, свернувшиеся белки распространятся по всему объему жидкости, препятствуя образованию хлопьев пены на поверхности. Поэтому при закипании бульона необходимо добавить немного холодной воды, чтобы его температура становилась чуть ниже точки кипения.



3 **Последнее снятие пены.** После появления на поверхности жидкости более светлой пены снимите ее и долейте в кастрюлю чуть больше холодной воды, чем раньше. Повторите эту операцию один или два раза, чтобы на поверхности осталась только белая пена *(вверху)*.



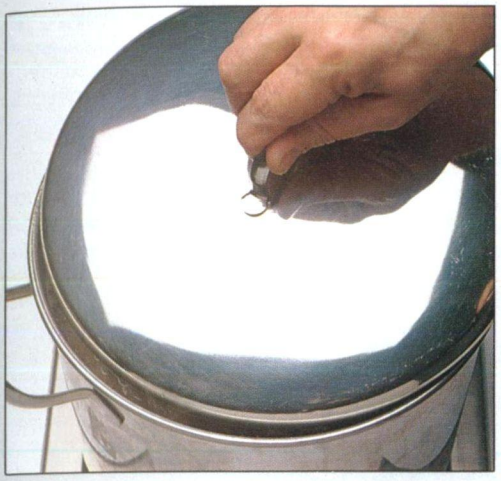
4 **Добавление ароматических ингредиентов.** Ароматические овощи обязательны для получения вкусного бульона. В показанном на снимке бульоне использованы морковь, репчатый лук, гвоздика, неочищенная головка чеснока и пучок душистых трав, составленный из сельдерея, лука-порея, лаврового листа, тимьяна и петрушки *(вставка, стр. 15)*.



5 **Добавление соли.** Посолите бульон. Так как количество жидкости во время кипения уменьшается, соли требуется сравнительно немного — около 1 ст. л. на 5 л воды.



6 **Доведение до кипения.** После добавления овощей температура бульона уменьшится, поэтому дайте ему возможность снова закипеть. Удаляйте появляющиеся на поверхности воды хлопья пены. Убавьте огонь, чтобы жидкость еле кипела.



7 **Регулирование температуры.** Накройте кастрюлю крышкой, оставив небольшую щель для того, чтобы пар не скапливался внутри кастрюли и не увеличивал там температуру. В последующие 15—30 мин продолжайте следить за бульоном и регулируйте температуру так, чтобы на поверхность поднимались равномерные тонкие струйки пузырьков.



8 **Процеживание.** Снимите ложкой весь жир с поверхности бульона. Слейте бульон через дуршлаг в большую миску. Когда мясо и овощи стекут, процедите бульон еще раз через сито, накрытое двумя слоями влажной марли или муслина.



9 **Снятие жира.** Поставьте бульон в холодильник на 8—12 ч. После этого с поверхности получившегося желе соскоблите ложкой жир *(вверху)*. Аккуратными движениями удалите остатки жира кусочком ткани или бумажной салфеткой, предварительно смоченными в горячей воде и отжатыми *(внизу)*.



10 **Хранение бульона.** Положите удобные порции (примерно по 6 ст. л.) холодного желеобразного бульона в небольшие пластиковые мешочки *(справа)* для замораживания или в миски без крышек для сохранения в холодильнике. Чтобы охлажденный бульон не испортился, с периодичностью в несколько дней доводите его до кипения и после остывания снова ставьте в холодильник. □

Использование ароматических овощей

Приготовление качественных блюд из говядины и телятины невозможно без использования ароматических овощей и трав. Их основное назначение — придать аромата мясу или его подливе. Ароматические растения особенно важны при тушении и отваривании, поскольку медленная термическая обработка во влажной среде идеально подходит для извлечения душистых веществ из одних ингредиентов и насыщения ароматом других; хотя такие растения улучшают вкусовые качества и тех блюд, которые готовятся путем жарения в духовке, на открытом огне или на сковороде. Чаще используемые ароматические овощи и травы показаны внизу; вставка на странице справа объясняет, как надо комплектовать душистые травы и связывать их в пучки.

Характер предварительной обработки овощей зависит от способа приготовления блюда; внизу показаны основные виды нарезки овощей. При отваривании овощи обычно оставляют неразрезанными *(на заднем плане)*, чтобы не нарушить прозрачность бульона. Овощи для тушения обычно нарезаются (крупно или мелко) и укладываются в кастрюлю плотным слоем с минимальным количеством жидкости. Перед подачей на стол вываренные овощи могут быть заменены гарниром из свежеприготовленных *(стр. 51)*.

Овощи, нарезанные кубиками, часто комбинируются в определенных пропорциях, как, например, в *мирепуа*. Эта французская овощная смесь, состоящая из равных частей мелко нарезанных репчатого лука и моркови, в которую можно добавить измельченного сельдерея и другие травы, используется в качестве подложки, на которую кладут мясо при тушении или жарении в горшочке.

При жарении говядины или телятины на сковороде овощи нарезают очень мелко, чтобы они размягчались и при добавлении подходящей жидкости создавали соус для мяса. Душистые растения могут придавать аромат маринадам, в которых вымачивают мясо перед жарением в духовке или на открытом огне.



Сельдерей. Это растение обладает удивительно интенсивным пряным запахом, поэтому даже один черешок сельдерея может сделать ароматным все тушеное или отварное блюдо. Жгучие листья можно не срезать; они удаляются после приготовления блюда, однако их не следует включать в овощные смеси типа *мирепуа*.

Морковь. Традиционный партнер мяса, этот корнеплод сладок на вкус, имеет насыщенный цвет и плотную текстуру; более того, морковь может выдерживать несколько часов тепловой обработки без потери своей формы. Если сердцевина моркови чересчур волокниста и жестка, удалите ее перед началом готовки, разрезав для этого каждый корнеплод вдоль на две части.

Репа. Этот немного жгучий на вкус корнеплод придает остроту тушеным и отварным блюдам. Молодая упругая репа достаточно нежна, чтобы подаваться также в качестве овощного гарнира, однако зрелые экземпляры этого корнеплода лучше использовать только для ароматизации отваров.

Приготовление пучка душистых трав

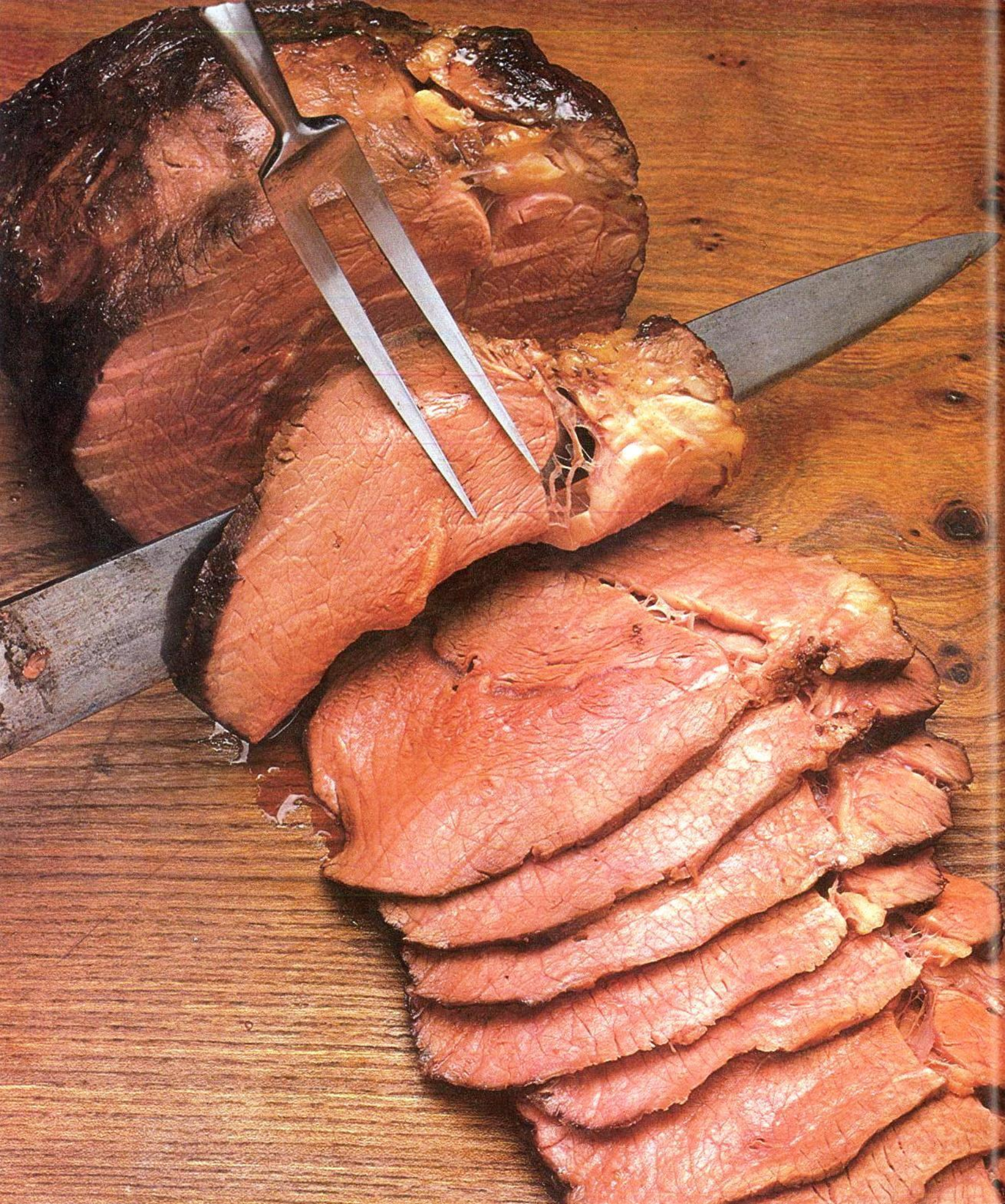
Душистые травы, вне зависимости от того, свежие они или сушеные, нарезанные или целые, в значительной мере способствуют улучшению ароматических и вкусовых качеств большинства сложных блюд. Однако, возможно, в ряде случаев вам захочется вынуть травы из блюда перед его подачей на стол, например, когда вам нужен будет один только отвар. Для облегчения процесса удаления душистых трав их следует связывать нитью в аккуратный плотный пучок. Традиционно пучок душистых трав состоит из тимьяна, лаврового листа и веточки петрушки. Иногда в набор включают листья и стебли овощей и/или другие душистые травы; на снимке справа вместе с классическими компонентами можно увидеть лук-порей и сельдерей.



Чеснок. Придающий желанную остроту и аромат большому количеству блюд, чеснок может использоваться в довольно больших количествах, если прошел длительную термическую обработку, и удаляться перед подачей блюда на стол. Если же блюдо готовится быстро, то обычно вполне достаточно одной или двух измельченных или растолченных долек.

Репчатый лук и шалот. Репчатый лук является наиболее ценным представителем ароматических растений. Его насыщенный запах прекрасно гармонирует с любыми видами мяса и овощей. Более нежный и не столь сладкий шалот обычно обжаривают в масле для подачи с бифштексами или используют в качестве важного ингредиента соусов *(стр. 31 и 34)*.

Лук-порей. Это растение является наименее острым по вкусу представителем семейства луковых. В блюдах с бледной окраской используют только белые части стеблей. Однако никогда не следует выбрасывать и более грубые зеленые листья; они могут быть ценным дополнением к пучку душистых трав.



1

Жарение в духовом шкафу

Выбор правильной температуры

Тест на щипок для определения степени прожаренности

Выдерживание ростбифа после жарения

Секрет приготовления йоркширского пудинга

Обвязывание жиром постных отрубов

Таблица температура—время

Телятина: защита от пересыхания

Два специальных соуса

В ростбифе есть что-то величественное и вместе с тем первобытное. Массивные отрубы, как, например, толстый край или оковалок, могут господствовать на обеденном столе, заставляя гостей прекращать все свои разговоры в ожидании волнующего ритуала разрезания. Если заглянуть в глубину веков, то окажется, что большой кусок жареной говядины предвещал пир и празднество еще со времен искателей приключений, чьи странствия описаны в «Одиссее» Гомера. Путешествуя, они устраивали пиршества, зажаривая похищенных быков на побережье островов Эгейского моря.

На протяжении всей кулинарной истории человечества мясо обжаривалось и запекалось на горячих углях гораздо чаще, чем на открытом огне; в наше время требуемое сухое тепло может дать духовка. С одной стороны, нет более простого способа приготовления мяса и вместе с тем, как это ни парадоксально, ни один из других способов не вызывает столько споров. В основном шпаги скрещиваются вокруг вопроса о температуре: как лучше всего обжаривается говядина — при высокой температуре, при низкой или же при их чередовании? Адепты высокотемпературного жарения настаивают на том, что аромат их говядины не превзойден. Они восхищаются хрустящей корочкой, образующейся при обжаривании в хорошо прогретой духовке. Приверженцы более медленных методов жарения в ответ на это заявляют, что высокая температура сушит мясо, выпаривая из него соки, и делают основной упор на нежность говядины, приготовленной при более низких температурах. Сторонники подрумянивания мяса при высокой температуре и последующего доведения его до кондиции при умеренной считают, что их метод объединяет в себе преимущества двух предыдущих. В действительности правильный выбор технологии жарения часто зависит от того, из какого отруба взято мясо.

Для высокотемпературного жарения и метода, когда жарение начинается при высокой температуре и продолжается при более низкой, лучше всего подходят наиболее качественные сортовые говяжьи отрубы *(стр. 6 и схема на стр. 8)*. Это связано с тем, что элитные куски говядины не нуждаются в медленном обжаривании для приобретения требуемой мягкости; они могут оставаться в духовке при высокой температуре все то время, которое необходимо для проникновения тепла в ткани мяса и доведения его до требуемой степени прожаренности. Менее нежные отрубы, чтобы быть успешно зажаренными, требуют постепенного и устойчивого прогрева для размягчения жестких тканей и поэтому нуждаются в более низкой температуре жарения, если, конечно, они не пересохнут еще до того, как размягчающее действие прогревания даст свой эффект.

Телятина также должна готовиться достаточно медленно. Ее нежное и плотное мясо следует обжаривать в духовке при умеренной температуре, обеспечивающей хорошее прожаривание без высушивания. Чтобы сделать молодое мясо легко усваиваемым, телятину необходимо полностью прожаривать (при этом ее нельзя держать на огне слишком долго) и, кроме того, подобно многим наиболее постным отрубам говядины, ее следует обертывать полосками жира для защиты от высушивающего тепла духовки.

Хорошо наточенный нож и двузубая вилка позволяют нарезать ростбиф из лопатки аккуратными ломтиками. Однородный цвет каждого ломтика является результатом медленного жарения при низкой температуре, которое размягчает мясо, сохраняя его сочность в течение длительного времени пребывания в духовке.

Высокая температура для жарения лучших отрубов

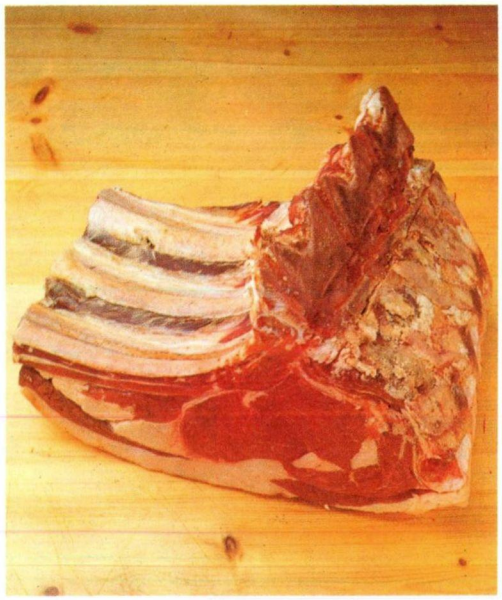
Принцип высокотемпературного жарения заключается в подрумянивании всей поверхности куска мяса под воздействием очень горячего воздуха духовки и последующем быстром доведении внутренних тканей до температуры, необходимой для их прожаривания. Процесс приготовления блюда не заканчивается в тот момент, когда ростбиф вынимается из духовки. Мясо обязательно должно «дойти» в теплом месте в течение достаточно длительного времени, чтобы тепло равномерно распределилось по всему объему куска, а ткани — релаксировали и заново впитали свои соки.

Различие между высокотемпературным жарением и комбинированным высоко- и низкотемпературным методом является скорее технологическим, чем принципиальным. Большой кусок ростбифа, как, например, изображенный на этой странице четырехкилограммовый тонкий край, потребует относительно более длительного времени для проникновения тепла в его внутреннюю часть. Поэтому температура духовки обязательно должна быть уменьшена после завершения подрумянивания, чтобы защитить внешнюю поверхность мяса от пересушивания, пока прожаривается внутренняя. Однако не столь большим кускам, например, цельной вырезке после подрумянивания необходимо всего лишь кратковременное интенсивное жарение, и готовиться они могут только при высокой температуре. (Рекомендации по температурным режимам духовки и времени жарения приведены в таблице на стр. 20.)

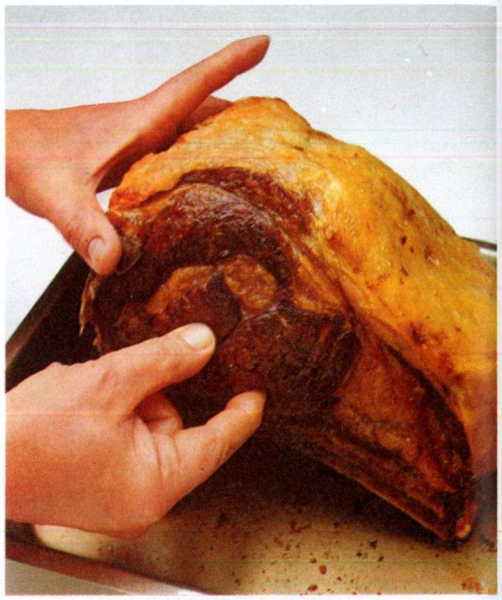
Как для высокотемпературного, так и для комбинированного методов жарения говядина должна быть взята из первосортных спинных отрубов, таких, как тонкий край, оковалок или кострец. Эти отрубы будут достаточно мягкими вне зависимости от скорости их приготовления. Помните о том, что мясо сочнее, когда не полностью прожарено, а настоящая говядина с кровью лучше всего получается при высокотемпературном обжаривании.

Простейший способ определения степени готовности ростбифа — так называемый тест на щипок. Быстро сожмите пальцами центральную часть постной стороны куска *(этап 2, справа)*: чем сильнее пружинит мясо, тем оно сырее. Вы также можете использовать мясной термометр; введите его в самую толстую часть куска перед жарением, избегая контакта чувствительного элемента с костями и жиром. Говядина будет слабопрожаренной, если внутренняя ее температура составляет 60 °С, среднепрожаренной при 70 °С и полностью прожаренной при 75 °С. Внутренняя температура дополнительно увеличится на 2—3 °С при выдерживании мяса в теплом месте, поэтому вынимайте ростбиф из духовки до момента его полного приготовления.

Подавайте ростбиф с подливой, приготовленной из вытекшего на жаровню мясного сока, либо с соусом из хрена и йоркширским пудингом.

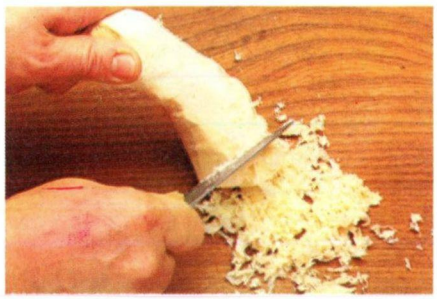


1 **Подготовка мяса для закладывания в духовку.** Если вы используете тонкий край вместе с костями, верхние части позвонков должны быть перепилены или надрублены так, чтобы их легко можно было удалить перед нарезкой готового мяса на куски. Посыпьте мясо солью и перцем и положите его в жаровню ребрами вниз — так, чтобы жировая прослойка оказалась наверху. Когда жир расплавится, он будет пропитывать мясо, а кости послужат естественной подставкой, удерживающей мясо от контакта с жаровней.



2 **Жарение говядины.** Поставьте мясо в духовку, нагретую до 240 °С. Через 15 мин снизьте температуру до 180 °С и сохраняйте ее до конца жарения. Проверяйте готовность мяса, быстро сжав пальцами его постную сторону: если мясо сильно пружинит — значит, оно слабо прожарено; если мясо не столь упруго — оно среднепрожарено; если мясо на ощупь плотное — оно прожарено полностью.

Приготовление соуса из хрена

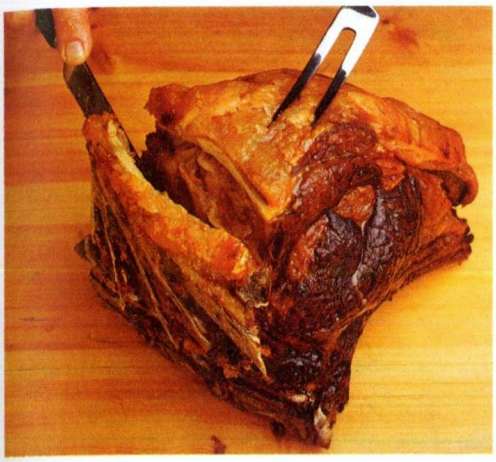


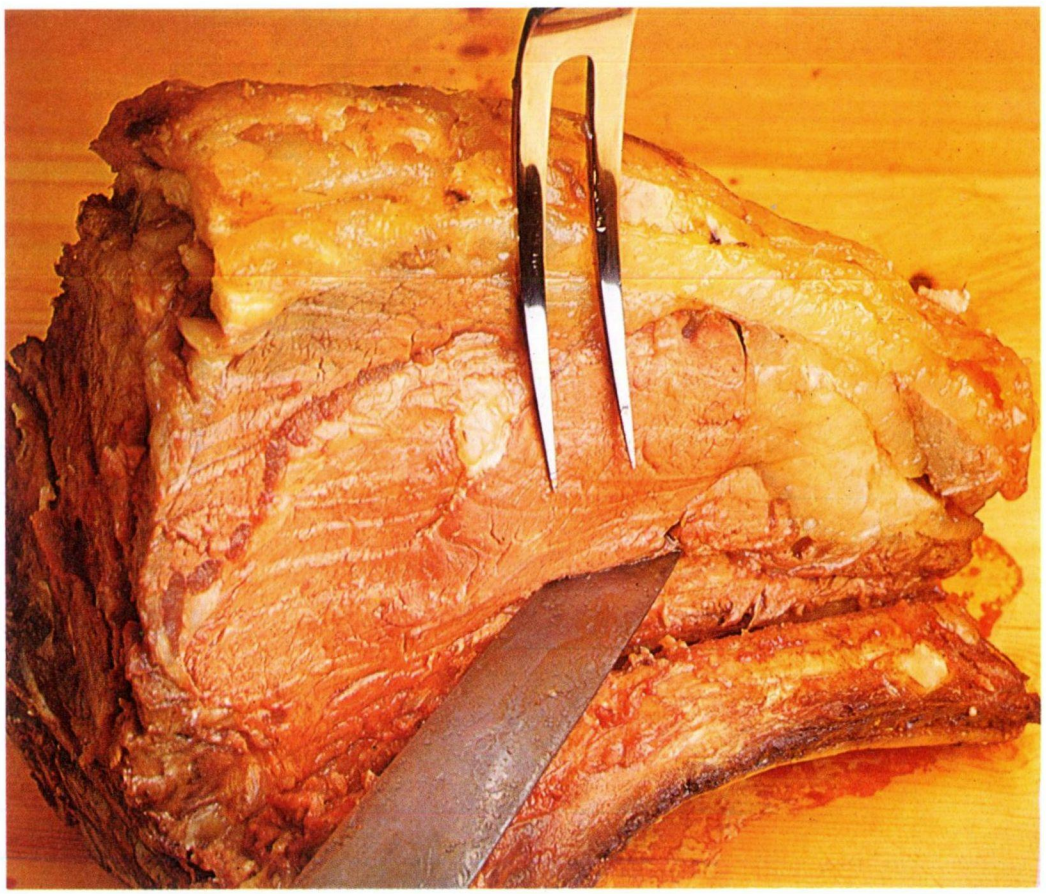
Соус из свежего хрена — острая приправа к жареной говядине — должен быть приготовлен заранее, чтобы успел настояться. Вымойте корень хрена, обрежьте верхушку и очистите его от кожицы. Острым ножом наскоблите тончайших стружек *(вверху)*; теркой лучше не пользоваться, поскольку в соус могут попасть более грубые волокна. Смешайте полученную стружку со взбитыми сливками, чтобы получился густой соус (для большей однородности можно добавить немножко растительного масла), и приправьте по вкусу специями *(рецепт на стр. 90)*.

Воздушный йоркширский пудинг

Первоначально подававшийся в качестве самостоятельного блюда перед ростбифом, йоркширский пудинг затем стал, по крайней мере в Англии, его неразлучным спутником. Это простейшее взбитое тесто *(рецепт на стр. 90)* приобретает свой особый шарм, если его готовить на жиру, стекающем с жарящегося ростбифа.

Очень важно, чтобы пудинг и ростбиф были готовы одновременно. Для этого во время жарения ростбифа возьмите несколько столовых ложек жира, отделившегося от него, и смажьте формы для выпечки пудинга. Примерно за 15 мин до того, как ростбиф будет вынут из духовки, поставьте выпекаться в ее верхнюю часть форму с пудингом, оставив его там и после того, как вынете мясо. К тому времени, когда ростбиф «дойдет» и его можно будет разрезать, йоркширский пудинг поднимется и станет золотисто-румяным.



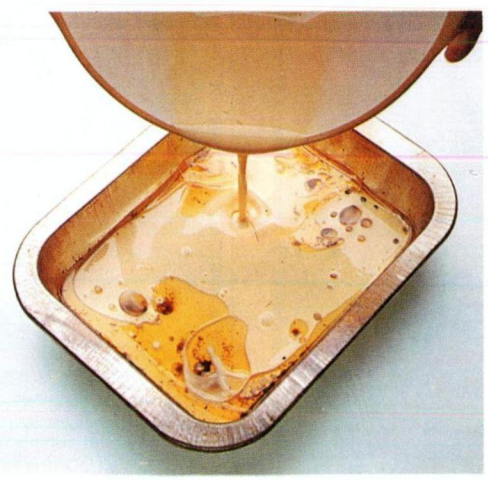


3 **Завершающая стадия приготовления блюда.** Вынув ростбиф из духовки, дайте ему постоять 15—20 мин. Слейте жир из жаровни и сделайте подливу из оставшихся в ней соков, приправив их специями. По желанию добавьте немного бульона, воды или вина и прокипятите, чтобы часть жидкости испарилась. Перед нарезанием ростбифа удалите верхние части позвонков *(снимок вверху)*.

4 **Нарезание мяса.** Нарезайте ростбиф вертикально, придерживая его задней стороной двузубой вилки *(справа)*: от прокалывания мяса ухудшится его внешний вид. Чтобы отрезанные ломтики свободно отходили от куска, отделите сначала мясо от костей, сделав горизонтальный разрез вдоль ребер. □



1 **Приготовление теста.** Слегка взбейте яйца в миске. Добавьте муку, просеивая ее через сито *(вверху)* для устранения комков и насыщения воздухом. Частями влейте молоко, непрерывно взбивая тесто для сохранения его однородности. Смешивайте ингредиенты до получения консистенции жидких сливок и добавьте немного соли.



2 **Подготовка формы для выпечки пудинга.** Налейте в форму жир из жаровни слоем около 1 см и поставьте в духовку прогреваться. Когда жир начнет шипеть, влейте в форму тесто.



3 **Выпекание пудинга.** Поставьте форму в духовку, нагретую до температуры 180 °С (температуры жарения ростбифа). Через 30—40 мин (или когда пудинг хорошо поднимется и покроется золотистой корочкой) выньте форму из духовки, нарежьте пудинг квадратными кусками и подавайте на стол прямо из горячей формы.

Медленное жарение при умеренной температуре

Устойчивое умеренное тепло делает возможным жарение в духовке таких отрубов, которые остались бы жесткими, если бы их готовили более быстро и при высокой температуре. Ростбиф из лопатки, толстого края или щупа *(схема на стр. 8)* хотя и не столь мягок, как из отрубов спинной части туши, но так же превосходен на вкус и при медленном жарении очень сочен. В связи с тем что отрубы для медленного жарения обычно бывают постными, их полезно обвязывать широкими полосками жира, срезанными с других частей туши *(вставка внизу справа)*, для пропитывания и защиты мяса во время запекания в духовке.

Если ростбиф готовится продолжительное время, температура в духовке обязательно должна быть снижена, иначе мясо пересохнет. Одни повара рекомендуют готовить такой ростбиф при температуре 180 °С, другие считают, что она должна быть уменьшена до 130 °С для обеспечения минимальной потери влаги. Температура в районе 150 °С, вероятно, является «золотой серединой», однако вы сможете составить об этом собственное мнение только на основе личного опыта.

Поскольку при медленном приготовлении мясо прожаривается очень равномерно, получить столь восхищающую многих людей комбинацию хрустящей, слегка подгоревшей темно-коричневой корочки и красной, слабопрожаренной сердцевины нельзя. Но ведь вы сможете приготовить сочную, среднепрожаренную говядину и добиться появления соблазнительного темно-коричневого цвета.

Если обвязывание жиром сделает затруднительным для вас определение степени готовности мяса пальцами *(стр. 18)*, вы можете приблизительно рассчитать требуемое для жарения время по весу куска и температуре духовки или же использовать мясной термометр. (Рекомендуемые время и температура приведены в таблице под текстом.) При медленном жарении небольшие отклонения во времени не очень существенны.

Когда ростбиф готовится по технологии медленного жарения, его совсем не обязательно выдерживать после удаления из духовки, как в случае высокотемпературного процесса приготовления. Тем не менее мясу пойдет на пользу, если перед нарезанием оно немного постоит в теплом месте. Ростбиф будет лучше резаться и потеряет меньше сока.

Время и температура жарения

В таблице, приведенной ниже, предлагаются примерные температурные режимы и время жарения говядины и телятины. Обратите внимание на то, что время жарения *включает* в себя и период начального обжаривания мяса при высокой температуре. Поскольку духовки отличаются по своему качеству, а термостаты не всегда точны, данные ниже цифры следует рассматривать лишь в качестве рекомендации, а не правила; вы можете свободно их изменять, приспосабливая к своему вкусу и своей духовке.

Говядина

Высокотемпературное жарение

Степень прожаренности	С костями	Без костей
Слабопрожаренная	10—12 мин на 500 г	8—10 мин на 500 г
Среднепрожаренная	12—15 мин на 500 г	10—12 мин на 500 г
Полностью прожаренная	18—20 мин на 500 г	15—18 мин на 500 г

Первые 15 минут подрумянивайте мясо при 240 °С
Остальное время обжаривайте мясо при 180 °С

Совет: цельную вырезку обжаривайте при 240 °С, выделяя по 7 мин на каждые 500 г веса для получения слабопрожаренного мяса и по 10 мин на 500 г — для среднепрожаренного

Низкотемпературное жарение

Степень прожаренности	С костями или без них
Среднепрожаренная	20—25 мин на 500 г
Полностью прожаренная	30—35 мин на 500 г

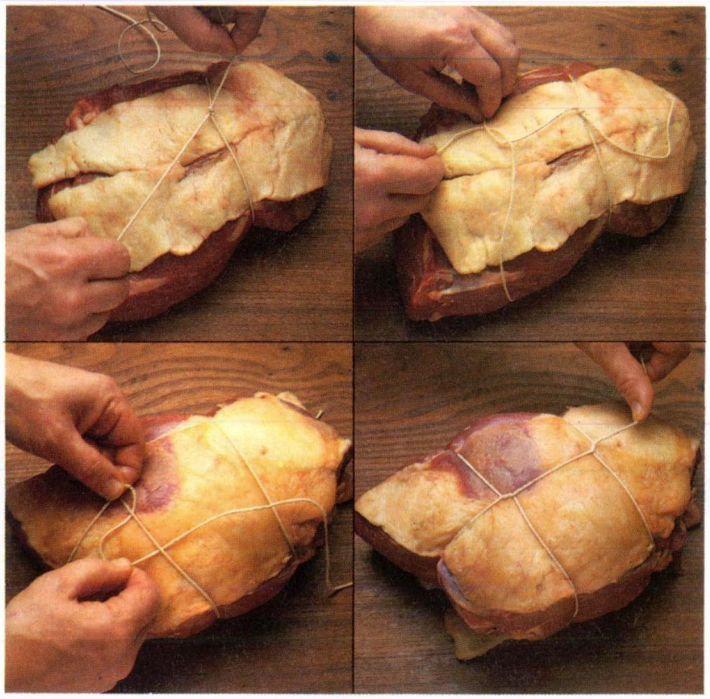
Все время обжаривайте мясо при 150 °С

Телятина

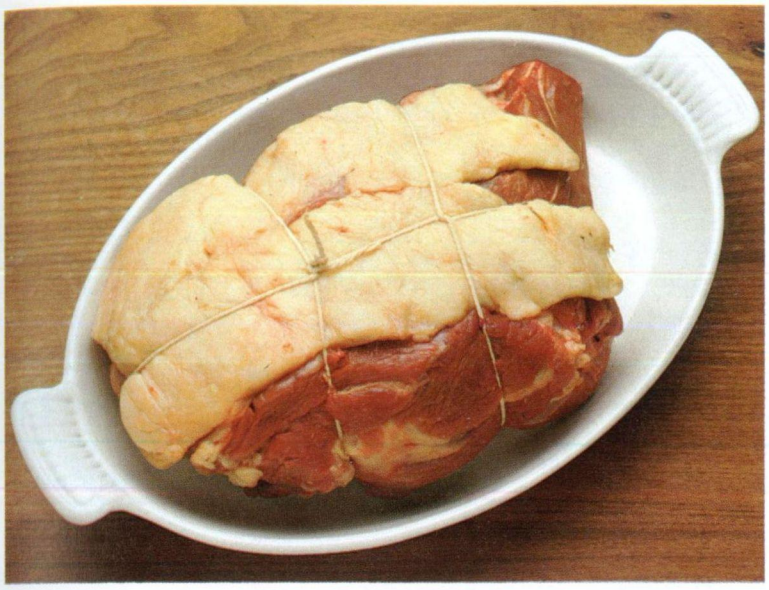
Степень прожаренности	С костями или без них
Полностью прожаренная	20—25 мин на 500 г

Первые 15 минут подрумянивайте мясо при 190 °С
Остальное время обжаривайте мясо при 180 °С

Добавление жира к постным говяжьим отрубам



Если вы собираетесь готовить ростбиф из постного отруба говядины, защитить мясо от высушивающего жара духовки вам поможет обвязывание отруба широкими полосками жира. Используйте срезанный тонким слоем говяжий жир, так как именно он делает мясо более вкусным и обладает хорошими защитными свойствами. Обрежьте полоску жира по очертаниям отруба, положите ее сверху на мясо и надежно обвяжите все вместе. Используйте тонкий, но прочный шпагат; аккуратно и достаточно туго обматывайте им кусок в длину и в ширину *(вверху)*. Закончив обвязывание, завяжите двойной узел и обрежьте концы шпагата.



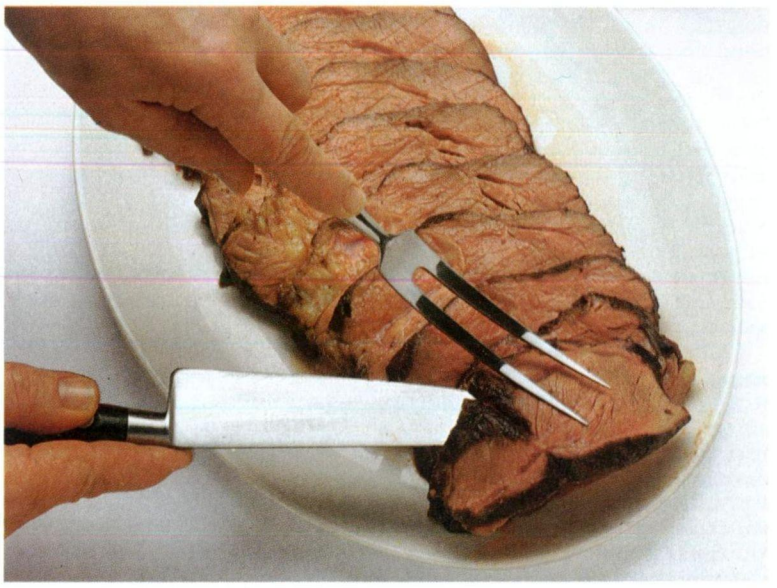
1 Подготовка говядины к жарению. Если отруб не содержит костей, как, например, показанная на рисунке мякоть лопатки (иногда называемая «бараньей ногой»), обвяжите мясо шпагатом для придания отрубу более компактной формы, которая обеспечит равномерность его прожаривания. Отруб с костями необходимо перевязывать лишь в том случае, если вы обкладываете его дополнительными полосками жира. Такой жир необходим *(вставка на странице слева)*, если собственного жира на отрубе недостаточно для пропитывания мяса во время жарения. Духовка должна быть прогрета до 150 °С.



2 Соление мяса. Положите мясо в жаровню и поставьте ее в среднюю часть духовки. Не солите сырой ростбиф. Поскольку при медленном жарении на поверхности мяса не происходит быстрого образования корочки, соль будет его обезвоживать. Примерно после часа жарения верхний слой мяса сможет задерживать соки. Только тогда его необходимо вынуть из духовки, посолить и поставить обратно для завершения процесса жарения.



3 Завершающий этап приготовления блюда. Проверьте степень прожаренности мяса щипком или надавив пальцем на центральную часть постной поверхности *(стр. 18)*. Если вы используете мясной термометр, помните о том, что ростбиф надо вынимать, когда его температура на 2—3 °С ниже требуемой. Как только мясо будет вынуто из духовки, сразу же разрежьте шпагат и снимите полоски жира.



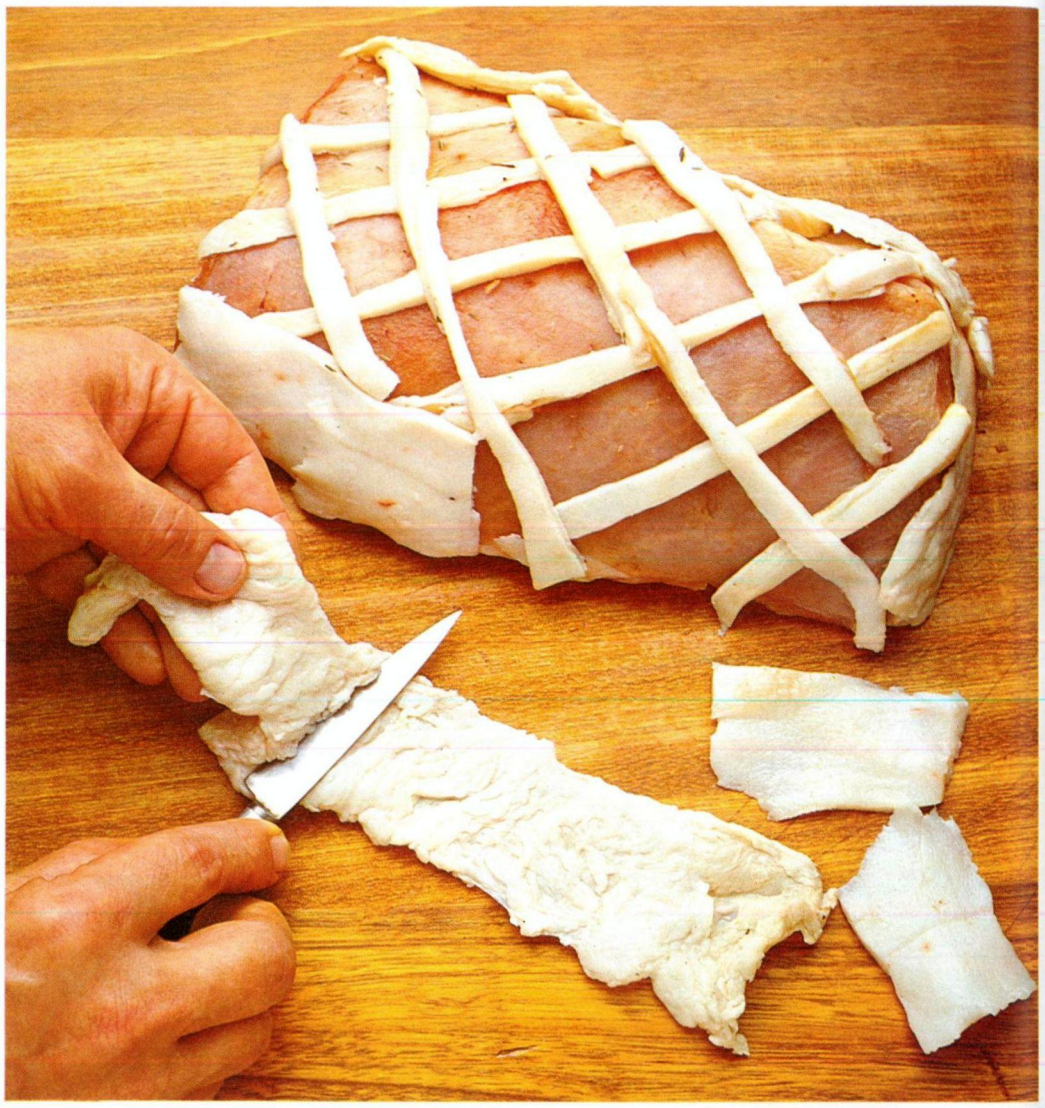
4 Нарезание и сервировка ростбифа. Дайте мясу постоять около 10 мин в теплом месте. Удалите жир из жаровни *(стр. 47)*, добавьте немного жидкости в оставшиеся в ней мясные соки и прокипятите на сильном огне, чтобы загустить подливу до желаемой консистенции. Нарежьте ростбиф ломтиками (толщина — по вашему усмотрению) и подавайте их вместе с горячей подливой. □

Как сохранить сочность телятины

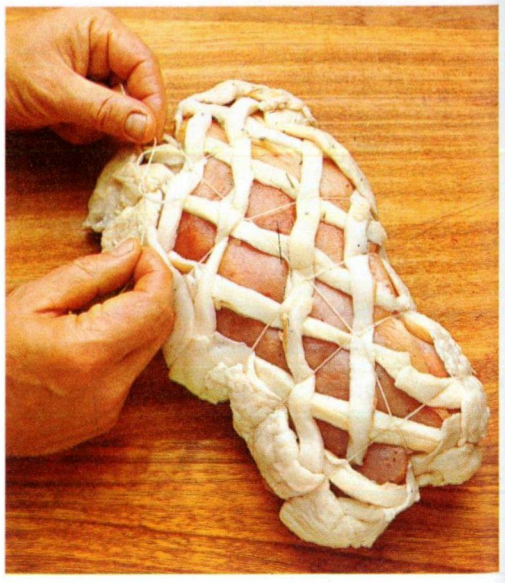
Жареную телятину приготовить довольно сложно. Лучшая телятина получается из молочных телят, забитых в возрасте нескольких месяцев. Так как мясо молодых животных хорошо переваривается только при полной готовности, его нельзя подавать на стол недостаточно прожаренным. В то же время телятина является одним из самых нежных видов мяса, поэтому высокая температура может высушить его и сделать жестким, особенно если кусок невелик. Для приготовления полностью прожаренной и вместе с тем сочной телятины выбирайте отруб весом не менее 1,5 кг и обжаривайте его в умеренно прогретой духовке сравнительно долгое время. Таблица на стр. 20 поможет вам выбрать режим, однако имейте в виду, что форма куска всегда влияет на время жарения, поэтому проверяйте степень готовности мяса одним из методов, описанных на стр. 18 применительно к ростбифу. Телятина полностью готова, когда температура внутри куска достигает 75 °С.

Пригодные для жарения в духовке постные телячьи отрубы, такие, как кострец, поясничная часть или ссек, изображенный на этих иллюстрациях, нуждаются в дополнительном жире для сохранения своей сочности. Смазывайте телятину перед обжариванием сливочным маслом или обвязывайте ее полосками жира *(справа)*, который в процессе жарения частично расплавится и впитается мясом. Наиболее подходящим для обвязывания является свежий свиной жир, мягкий и однородный по структуре; на мясе молодых телят собственного жира недостаточно, а говяжий жир имеет резковатый запах, ухудшающий вкусовые качества телятины. Нарежьте жир полосками шириной 1 см и уложите их крест-накрест на телятину так, чтобы оставались свободные места; если мясо будет полностью обернуто жировыми полосками, его поверхность не подрумянится. К тому же фигурное обкладывание жиром придаст блюду привлекательный внешний вид: во время жарения на поверхности мяса образуется золотистая хрустящая решетчатая корочка.

Классическим способом придания жареной телятине большей пикантности является приготовление ее с горчицей и сливками *(рецепт на стр. 142)*. В приведенном на этих страницах рецепте рекомендуется намазать мясо, когда оно готово на три четверти, умеренно горчицей, например, дижонской, которая достаточно остра для того, чтобы оттенять нежный вкус телятины, и вместе с тем не столь зла, чтобы его забивать. Сливки, которыми телятина поливается поверх горчицы, смешиваются в жаровне с соками, образуя восхитительный соус и аппетитную глазурь на поверхности мяса.



1 **Обкладывание телятины жиром.** Нарежьте полоски телячьего или свиного жира и уложите их крест-накрест на верхнюю поверхность мяса. На снимке узор выложен тонкими полосками свиного жира, а боковые стороны мяса закрыты более широкими полосками *(вверху)*.

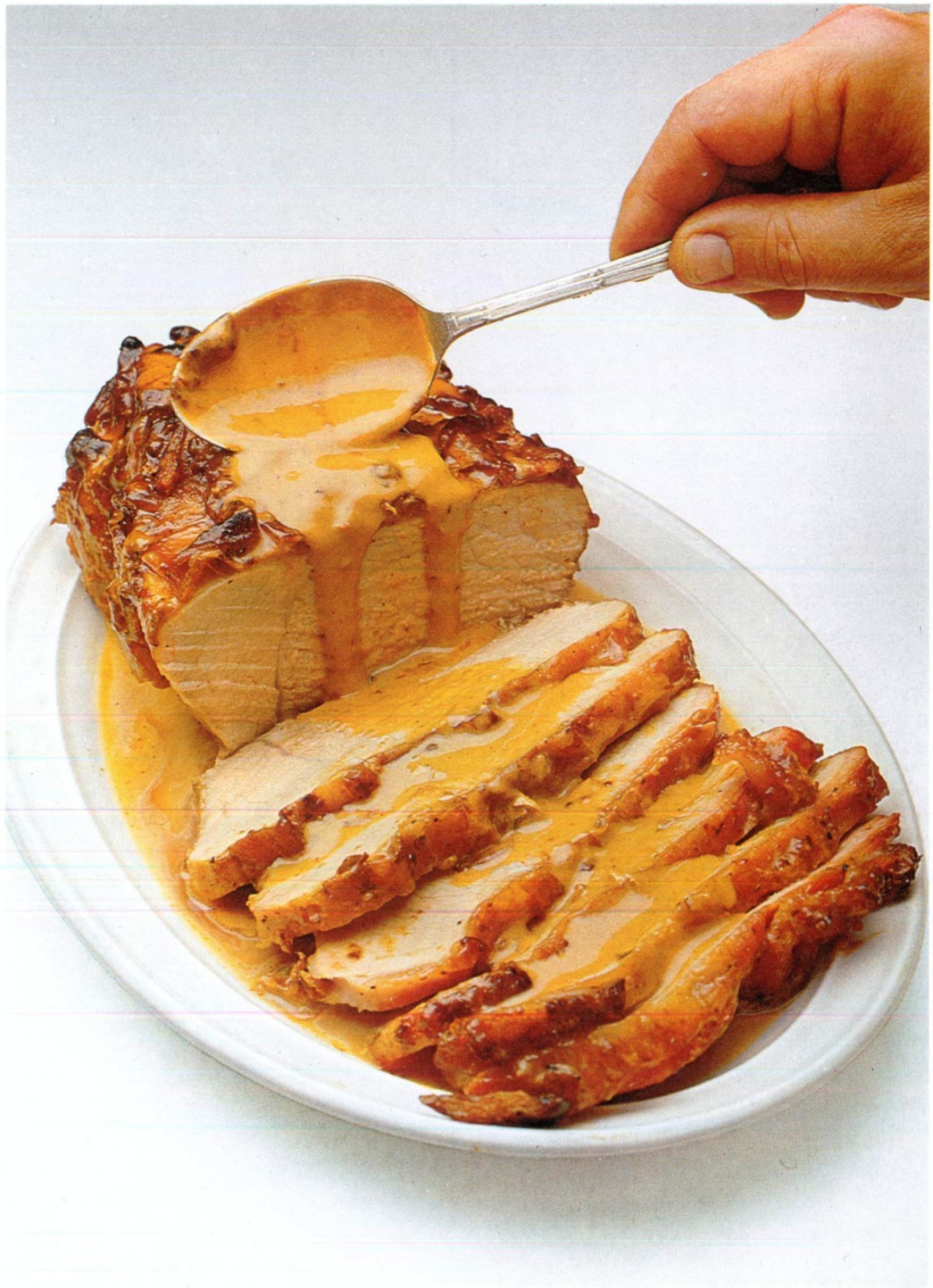


2 **Обвязывание телятины.** Обвяжите телятину вместе с жиром так, чтобы получился компактный, аккуратный кусок. Положите мясо в достаточно большую плоскую жаровню и обжаривайте его в умеренно горячей духовке до тех пор, пока оно не будет на три четверти готово. При прокалывании мяса поварской иглой вытекающий сок должен иметь розовый цвет.

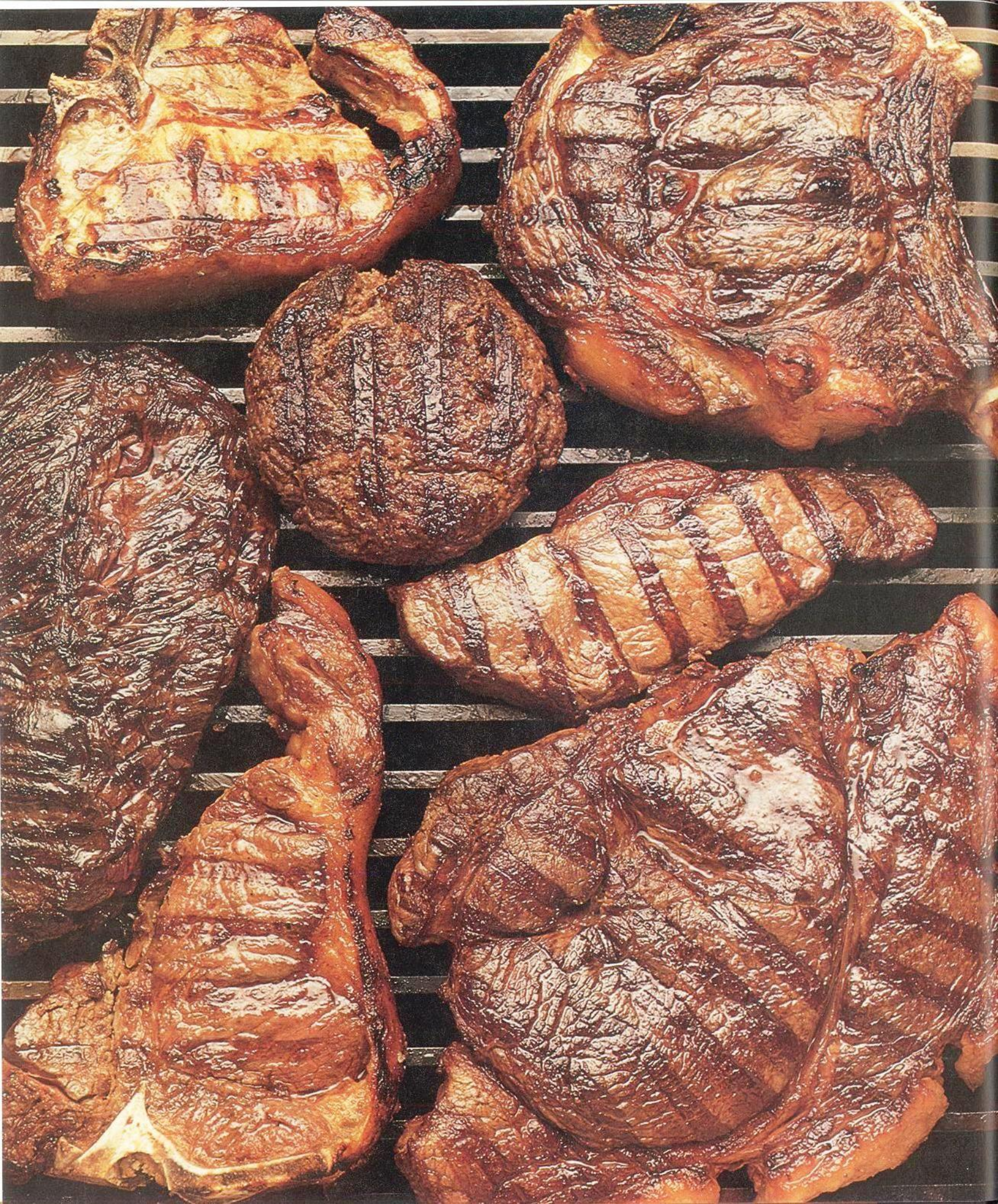




3 Приготовление соуса. Переложите телятину в теплое блюдо и снимите с нее шпагат. Удалите ложкой из жаровни растопленный жир, после чего деглазируйте жаровню белым вином *(стр. 34)*. Положите телятину снова в жаровню и намажьте поверхность мяса равномерным слоем горчицы *(верхний снимок)*. Затем полейте поверх горчицы густые сливки *(снимок внизу)*.



4 Сервировка телятины. Поставьте мясо снова в духовку и увеличьте температуру до 200 °C. Периодически поливайте мясо жидкостью из жаровни, пока на его поверхности не образуется красивая глазурь, а жидкость в жаровне не превратится в густой соус: это займет около 30 мин. Выньте мясо из духовки, нарежьте его толстыми кусками и, полив соусом, сразу же подавайте на стол. □



2

Жарение на открытом огне

Лучший способ приготовления небольших кусков высококачественного мяса

«Готовый бифштекс»... и как его разрезать на порционные куски

Пять степеней прожаренности

Справочная таблица времени жарения

Улучшение шашлыка

Приготовление соусов к бифштексам

По традиции под жарением на открытом огне понимается жарение в гриле, т. е. на металлической решетке, расположенной непосредственно над высокотемпературным источником тепла. Мясо кладут на прогретую решетку, и оно очень быстро покрывается корочкой. Жар опаляет поверхность мяса и тем самым не позволяет вытекать из него соку, благодаря чему внутренняя влага удерживается. Буквально через мгновения мясо переворачивается, чтобы подрумянилась другая сторона, а затем процесс жарения продолжается при более умеренной температуре до тех пор, пока мясо не будет готово.

Многие современные кухонные плиты оборудованы таким образом, что тепло во время жарения мяса на решетке исходит сверху. В результате процесс образования корочки в таких плитах протекает гораздо труднее, чем на горячих прутьях решетки, расположенной над тлеющими древесными углями. Эта проблема обычно решается, если перед приготовлением пищи гриль хорошо прогреть, а мясо разместить как можно ближе к источнику тепла, чтобы обеспечить целенаправленный тепловой поток.

Во всех других отношениях оба вида жарения на решетке — над источником тепла или под ним — практически одинаковы и заключаются в регулировании интенсивности тепла и определении времени, когда мясо надо вынимать из гриля, чтобы был достигнут нужный результат.

Поскольку жарение на решетке — это сравнительно кратковременный, высокотемпературный процесс, для него требуется высококачественное мясо, достаточно мягкое для быстрого приготовления. Куски не должны быть очень толстыми, чтобы их внешняя поверхность не обуглилась еще до того, как мясо будет готово внутри, и также не должны быть настолько тонкими, чтобы прожариться насквозь еще до образования на поверхности корочки. До тех пор, пока вы не приобретете необходимый опыт, будет весьма разумно не пытаться жарить на решетке мясо толщиной более 7—8 см и менее 2—3 см.

Идеальным мясом для жарения на решетке являются бифштексы. Их многообразие, варьирующееся от огромного бифштекса с косточкой до маленького аккуратного ломтика вырезки или от порционных кусков оковалка, костреца и мясистой части диафрагмы до антрекота, обеспечивает трудноуловимый и вместе с тем широкий диапазон вкусовых оттенков, мягкости и сочности жареного мяса. Несмотря на то что блюстители традиций обычно предпочитают жарить бифштексы без каких-либо добавок (исключение делается для небольшого количества растительного масла, которое предохраняет мясо от пересыхания), возможны и многочисленные вариации: вы можете мариновать бифштексы перед жарением, поливать их маринадом или соусом во время жарения или же придавать дополнительный аромат дыму древесноугольной плиты, бросив в нее несколько веточек свежих душистых трав.

Помимо бифштексов для жарения, на открытом огне прекрасно готовятся нанизанные на шампуры кусочки мяса (шашлыки и кебабы), массивные рубленые говяжьи или телячьи гамбургеры и толстые телячьи отбивные котлеты из поясничной или спинной части туши.

Прекрасный натюрморт, составленный из обжаренных кусков первосортной говядины и телятины, дает представление о том, насколько широк диапазон отрубов, мясо которых наиболее пригодно для жарения на решетке. Названия отрубов и блюд из них читайте по часовой стрелке, начиная с левого верхнего угла: телячья отбивная, бифштекс с косточкой, бифштексы из оковалка, костреца, заднепоясничной части оковалка и мясистой части диафрагмы, в центре — толстый сочный гамбургер.

Важность предварительной подготовки

Время жарения бифштекса измеряется в минутах; однако для достижения наилучших результатов вам придется потратить изрядное количество времени на надлежащую подготовку мяса и гриля.

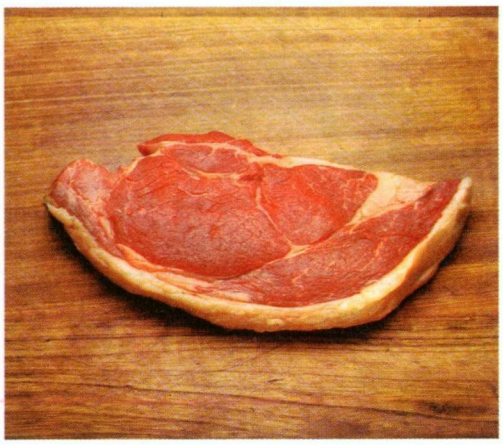
Для начала бифштекс должен принять комнатную температуру: если мясо охлаждено, скорость его прожаривания уменьшится, в результате чего вы получите пережаренную внешнюю часть и непрожаренную внутреннюю. Прежде чем класть мясо на решетку, обработайте его и приправьте специями. И поскольку за бифштексом в процессе его приготовления придется постоянно наблюдать, о соусах необходимо позаботиться заранее *(стр. 31, рецепты на стр. 166—167)*.

Гриль должен быть тщательно прогрет. Плите, работающей на древесном угле или дровах, в зависимости от качества топлива может понадобиться до часа времени для установления нужной температуры *(вставка на стр. 29)*. Газовой или электрической плите для этого потребуется около 10 мин.

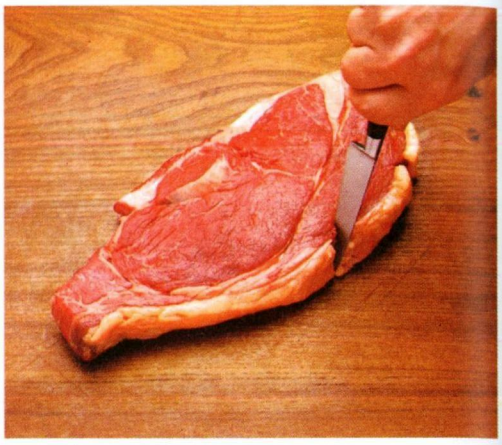
В некоторых плитах гриль просто не способен прогреться до нужной температуры. Если вы обнаружите, что даже после длительного предварительного прогрева гриля бифштексы не подрумяниваются должным образом, последуйте нашему совету и пожарьте их на сковороде *(стр. 34)*; тяжелая сковорода с толстым дном довольно легко прогревается, и мясо готовится даже на умеренном огне.

Общее правило: чем тоньше бифштекс, тем ближе он должен быть к источнику тепла во время приготовления. Для бифштексов толщиной менее 4 см это расстояние должно составлять около 7,5 см. Если расстояние больше, бифштексы прогреются насквозь еще до подрумянивания, и вы не получите слабопрожаренное блюдо с хрустящей коричневой корочкой. Более толстые бифштексы первичное обжаривание могут проходить на таком же расстоянии от источника тепла, но потом оно должно быть увеличено до 12 см (а то и больше) и оставаться неизменным до тех пор, пока не будет достигнута необходимая степень прожаренности *(стр. 28)*.

Многие люди предпочитают есть бифштекс прямо с огня. Однако вкусовые качества этого мяса так же, как и ростбифа, выигрывают от выдерживания его в течение нескольких минут в тепле, в результате чего оно становится мягче и сочнее.



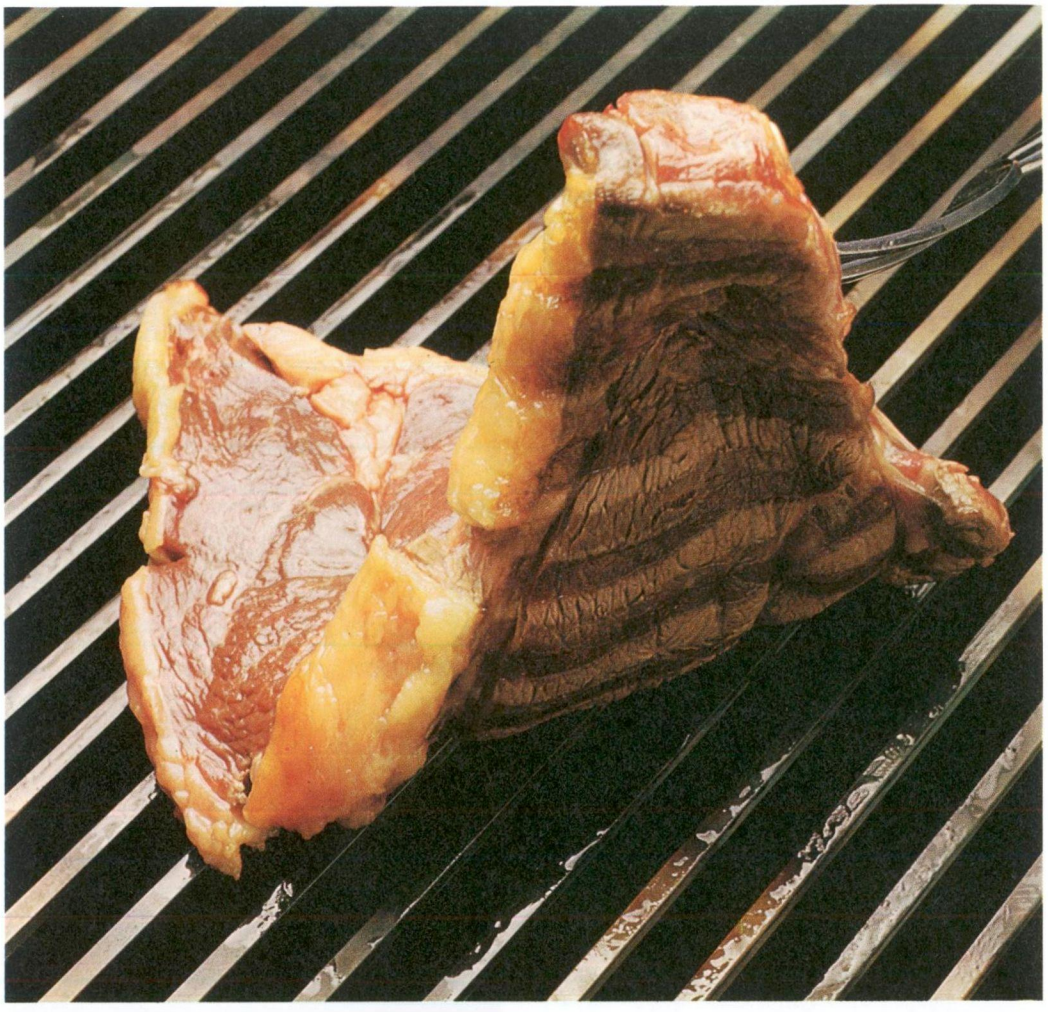
1 **Начальный этап подготовки.** Выньте бифштекс из холодильника примерно за час до жарения. Срежьте лишний жир, оставив, если вам нравится, ободок толщиной около 1 см вдоль внешней кромки больших кусков, таких, как этот бифштекс из костреца; за время жарения этот жир превратится в аппетитную хрустящую корочку.



2 **Обработка мяса.** Между жиром и постной частью мяса расположена очень тонкая пленка, стягивающаяся при нагревании. Для того чтобы бифштекс при жарении сохранял плоскую форму, перережьте эту пленку, сделав через каждые 3 см надрезы в мякоти (прямо через жир).



3 Добавление специй. Для более равномерного подрумянивания и улучшения вкусовых качеств бифштекса натрите перед жарением обе его стороны оливковым маслом; чтобы масло распределилось ровным слоем, делайте это легкими движениями ладоней. Поскольку корочка на бифштексе образуется очень быстро, соль не успеет вытянуть из него сколько-нибудь заметное количество сока.



4 **Жарение бифштекса.** Положите бифштекс на решетку в прогретый гриль. Когда одна сторона подрумянится и покроется корочкой (примерно через минуту), переверните бифштекс и обжарьте аналогичным образом его вторую сторону. Готовьте мясо ровно столько времени, сколько необходимо для получения желаемой степени прожаренности *(стр. 29)*. Не переворачивайте бифштекс больше одного раза во время дожаривания: при каждом таком действии мясо будет терять соки, скапливающиеся на его поверхности.



5 **Разрезание бифштекса на естественные части.** Выньте бифштекс из гриля и дайте ему постоять несколько минут в теплом месте. Если бифштекс большой, перед подачей на стол разрежьте его на несколько частей. Начните с разрезания по местам сочленения мышц *(вверху слева)*, а затем уже делайте порционные куски *(вверху в центре и справа)* так, чтобы каждому человеку за столом вы могли дать куски мяса и с самыми тонкими, и с более крупными волокнами. □

Как определить степень прожаренности бифштекса

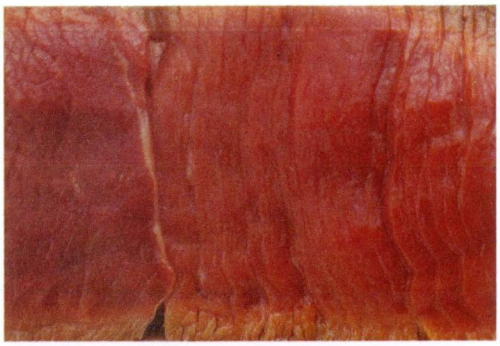
Тепло, проникающее через поверхность бифштекса в его внутреннюю часть, постепенно изменяет белковую структуру мяса, как, впрочем, и его цвет, и количество влаги. Такие термины, как «слабопрожаренный», «среднепрожаренный» и «полностью прожаренный», используются для характеристики различных состояний бифштекса — от сырого мяса до полностью приготовленного. Эти стадии проиллюстрированы справа фотографиями близких по фактуре бифштексов, обжаривавшихся на решетке в течение различного времени.

Многие люди заботятся о том, чтобы их бифштексы были прожарены в полном соответствии с личными пристрастиями. Однако, поскольку всего лишь секунды жарения отделяют слабопрожаренный бифштекс от среднепрожаренного, а среднепрожаренный — от полностью прожаренного, для достижения нужного результата необходимо уметь определять точное потребное время приготовления блюда.

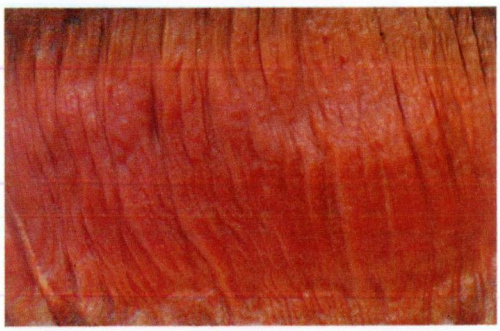
Простейший и наиболее верный способ проверки бифштекса на прожаренность — это кратковременное нажатие на него пальцем. Помимо этого можно применять тест «на щипок» *(стр. 18)*: чем выше упругость мяса, тем меньше оно прожарено. Другой способ оценки степени готовности мяса (применяемый, как правило, в тех случаях, когда бифштекс расположен над источником тепла) — наблюдение за цветом мясного сока *(принцип описан на стр. 34)*. Если из надреза на верхней поверхности бифштекса во время обжаривания его второй стороны появляются красные капельки, значит, он — слабопрожаренный. Розовые мясные соки означают, что бифштекс среднепрожаренный, а прозрачные — что он прожарен полностью. При этом для правильной идентификации цвета сока надрезы должны быть очень тонкими.

Пока вы не приобретете соответствующие навыки в определении степени прожаренности бифштекса на ощупь или по цвету сока, в качестве справочного пособия можно использовать таблицу, расположенную на следующей странице. Поскольку эффективность грилей неодинакова, вполне возможно, что вам придется изменять рекомендуемые цифры в ту или иную сторону методом проб и ошибок.

Очевидно, что толщина бифштекса является наиболее важным критерием для определения продолжительности жарения: чем толще бифштекс, тем больше времени понадобится для его приготовления. Однако в справочной таблице учтены и некоторые дополнительные факторы. Бифштексам из мякоти (стоящим в списке первыми) требуется немного меньше времени для прожаривания, чем бифштексам с неотделенными костями. Мягкое мясо готовится быстрее, чем более жесткие отрубы; например, вырезку, являющуюся наиболее мягким и нежным отрубом, для достижения определенной степени прожаренности необходимо готовить гораздо меньше времени, чем кострец или пашину.



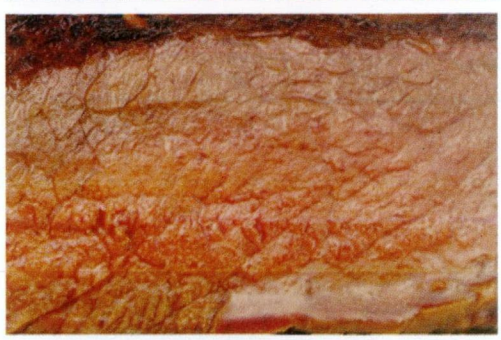
Слегка прожаренный бифштекс (бифштекс с кровью). После минутного подрумянивания и двухминутного обжаривания каждой стороны этого толстого бифштекса из кострец верхние слои мяса стали коричневыми, однако температура внутри не успела увеличиться настолько, чтобы изменить его структуру или цвет.



Слабопрожаренный бифштекс. После подрумянивания и примерно трехминутного обжаривания каждой стороны бифштекса основная его часть осталась красной, за исключением внешних прожаренных слоев. (Бифштекс из мясистой части диафрагмы следует всегда готовить слабопрожаренным, иначе он будет жестким и несочным.)



Средне-слабопрожаренный бифштекс. Дополнительные 1—2 мин обжаривания позволяют получить такой же бифштекс, как изображенный на этом снимке: толщина прожаренных внешних слоев увеличилась, а центральная часть, хотя и осталась очень сочной, приобрела более светлый оттенок по сравнению с предыдущими вариантами, так как температура внутри продолжала расти.



Среднепрожаренный бифштекс. Примерно после 12 мин общего времени жарения только средние слои бифштекса сохранили розовый оттенок; несмотря на то, что внешние слои приобрели насыщенный коричневый цвет, в мясе еще много розоватых, почти прозрачных соков.



Полностью прожаренный бифштекс. Примерно после 18 мин приготовления бифштекс прожаривается насквозь; дальнейшее обжаривание приведет к пересушиванию мяса. Никогда бифштекс из вырезки не готовьте полностью прожаренным: столь нежное мясо станет сухим и безвкусным еще до момента полного прожаривания.

Время жарения на решетке для говядины и телятины

В таблице справа указано примерное время приготовления бифштексов и отбивных котлет для достижения разных степеней их прожаренности. Цифры указывают общее время жарения мяса с обеих сторон и время, необходимое для его первоначального подрумянивания при высокой температуре. Если ваш бифштекс немного толще указанных в таблице, увеличивайте время жарения из расчета 1 минута на каждый дополнительный сантиметр толщины.

Рекомендуемое время жарения подходит для высококачественного мяса, которое после подрумянивания обжаривается на расстоянии 7,5 см над тлеющими углями (или на расстоянии 7,5—12 см от расположенной над мясом излучающей поверхности газового или электрического гриля) при температуре около 250 °С. Более жесткое мясо необходимо готовить дольше; менее интенсивный тепловой поток в гриле также несколько увеличит время жарения.

Из-за большого количества переменных — качества мяса, толщины отруба и интенсивности теплового потока — представленные в таблице цифры могут рассматриваться лишь в качестве рекомендаций. Начинайте проверку мяса на его готовность за 2—3 мин до окончания рекомендуемого времени жарения.

Общее время жарения бифштекса на решетке в минутах

	Примерная толщина	Слегка прожаренный	Слабо-прожаренный	Средне-слабо-прожаренный	Средне-прожаренный	Полностью прожаренный
Говядина	Отделенная от костей					
Вырезка	2,5 см	3—4	4—5	5—6	6—7	—
	5 см	5—6	6—8	8—10	10—12	—
	7,5 см	7—8	8—10	10—12	12—15	—
Оковалок/антрекот	2,5 см	4—5	5—6	6—7	7—9	12+
Кострец	2,5 см	4—5	5—6	6—7	8—9	15+
	5 см	6—7	7—8	8—9	10—12	18+
Мясистая часть диафрагмы	2,5 см	5—6	7—8	9—10	11—13	—
Гамбургер	5 см	4—5	5—8	8—12	12—14	—
	С костями					
Тонкий край (одно ребро)	7,5 см	12—15	15—18	18—20	20—25	25—30
Бифштекс с косточкой	2,5 см	5—6	7—8	10—12	14—16	20—22
	5 см	7—8	9—10	12—15	16—18	22—25
Заднепоясничная часть оковалка (с филе)	2,5 см	4—6	6—7	8—10	12—13	15—16
Телячья отбивная	2,5 см	—	—	—	—	12—15

Как подготовить угли для жарения

При всех удобствах газа и электричества жарение на решетке над тлеющими углями вряд ли когда-нибудь будет превзойдено. Для того чтобы полностью использовать все возможности этого способа жарения, постарайтесь следовать приведенным ниже рекомендациям.

Всегда, когда это возможно, используйте в качестве топлива дрова, а не продающийся древесный уголь; древесно-угольные брикеты не придают обжариваемому мясу такого аромата, как тлеющая древесина, особенно от плодовых деревьев. Поленья должны быть не очень крупными и примерно одинаковыми по размеру; частично прогорев, они превратятся в угли практически одновременно. Время, за которое горящие поленья достигнут нужной кондиции, также зависит от их размера. Небольшие куски дерева хорошо подойдут для приготовления бифштексов; это занимает так мало времени, что отпадает необходимость длительного сохранения тепла углей. Напиленные сухие ветки будут готовы к использованию через 10—15 мин после того, как исчезнут языки пламени, однако для приготовления более толстого слоя углей понадобится и больше дров. На подготовку древесного угля уйдет от 45 до 60 минут. Чтобы подрумянить бифштексы, поднесите их как можно ближе к углям — на расстояние 2—3 см.

Если вы захотите полить мясо во время жарения растительным маслом или маринадом *(стр. 30)*, делайте это не ложкой, а кисточкой или, лучше всего, небольшим пучком таких трав, как тимьян, розмарин,— для большей ароматизации мяса; благодаря поливке существенно снизится вероятность появления на углях языков пламени. В качестве финального аккорда бросьте на угли несколько листьев свежих душистых трав (в том числе розмарина): их дым придаст мясу едва заметный, нежнейший аромат.

Почему телятину необходимо поливать при жарении

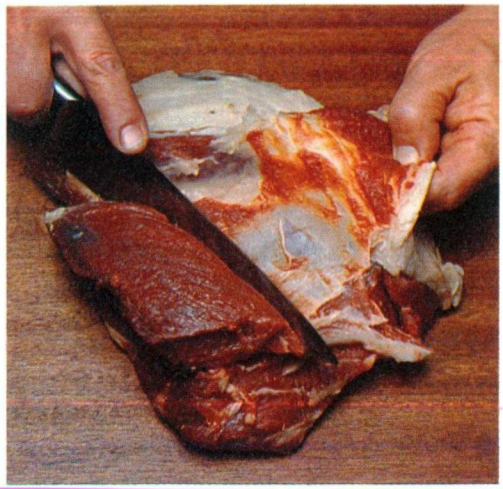
Телятина всегда мягче говядины, однако для того, чтобы молодое мясо телят лучше переваривалось, оно должно быть доведено до состояния полной прожаренности. Выбирайте для жарения толстые отрубы наиболее мягкого мяса, чтобы оно прожаривалось насквозь без пересыхания. На практике таким требованиям отвечают отбивные из поясничной и спинной частей туши *(таблица на стр. 10)*. Подрумянивайте телятину с обеих сторон при умеренной температуре, а обжаривайте — при более низкой, переворачивая отруб только один раз. Так как телятина очень постная, во время жарения ее необходимо периодически поливать растительным или растопленным сливочным маслом.

Для телячьих отбивных толщиной 4—5 см общее время жарения составляет от 15 до 18 мин. Мясо прожаривается полностью, в результате чего становится белым с еле заметной светло-розовой полоской около кости.

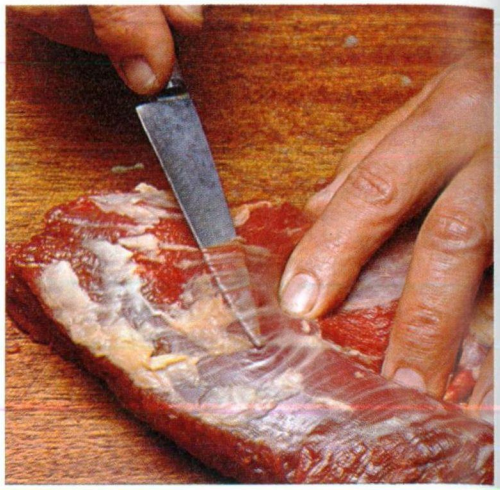
Шашлыки: основное внимание — зачистке и маринованию мяса

Шашлык является фирменным блюдом ближневосточной кухни, воспринятым с восторгом всем человечеством. Классический шашлык готовится из вымоченных в маринаде и нанизанных на шампуры кубиков мяса, которые обжариваются на открытом огне. Так как содержащееся в маринаде вино делает мясо более мягким, совсем не обязательно для данного блюда ограничивать свой выбор только лучшими отрубами говядины. Превосходные шашлыки получаются из хребтового края шеи, с которого срезаются излишки жира и соединительной ткани.

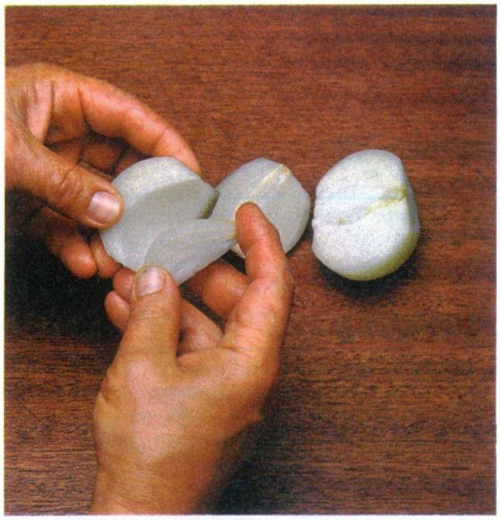
Чтобы создать законченное блюдо, кусочки мяса на шампуре вы можете перемежать кусочками свежих или бланшированных овощей. Ближневосточные повара для получения широкой гаммы вкусовых и цветовых оттенков чаще всего используют кусочки зеленого и красного перца, помидоров и репчатого лука. Другие комбинации могут включать грибы, ломтики кабачка, а также, как на этой странице, лавровый лист и кусочки бекона толстой нарезки.



1 **Срезание излишков жира.** Говяжьи отрубы, подходящие для приготовления шашлыков, такие, как хребтовый край шеи или кострец, часто содержат внешний слой жира, который перед нарезкой мяса должен срезаться. Уберите жир вместе с тонкой прочной пленкой, отделяющей его от постной части мяса.



2 **Удаление пленок.** Все соединительные ткани срежьте с поверхности мяса. Нарежьте мясо кубиками высотой 4 см, срезая с них весь жир и хрящи. Замочите мясо в маринаде, приготовленном из оливкового масла, небольшого количества вина и трав, и поставьте на 2—3 ч или на ночь в холодильник.



3 **Нарезание репчатого лука для нанизывания на шампуры.** Нарежьте овощи кусочками такого размера и формы, чтобы их было удобно нанизывать на шампур. Головки репчатого лука разрезайте вдоль на четыре части (но не поперек, так как после нанизывания на шампур они могут рассыпаться на колечки).



4 **Нанизывание ингредиентов на шампуры.** Используйте плоские или четырехгранные шампуры, но не цилиндрические, так как при их вращении кусочки могут соскользнуть и неравномерно прожариваться. Нанизывая на шампуры мясо, чередуйте его с кусочками овощей. Готовые шампуры положите на плоское блюдо и полейте маринадом из-под мяса для того, чтобы шашлык получился более сочным.

5 **Жарение и сервировка шашлыка.** Обжаривайте шашлык 10—15 мин над углями или в гриле, поворачивая шампуры на четверть оборота через равномерные интервалы времени. Почаще смачивайте готовящееся мясо маринадом. Подавайте шашлык сразу же после окончания жарения, сняв его вилкой на тарелки *(справа)*. □

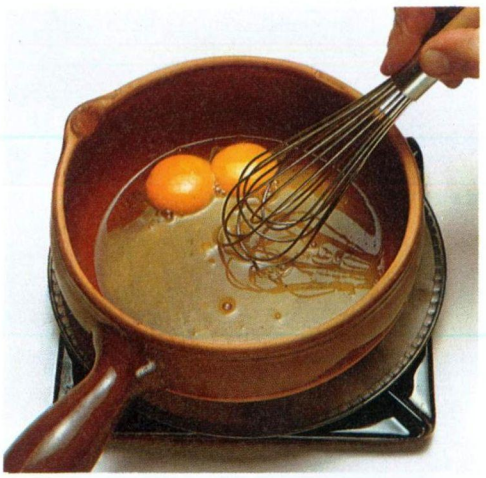


Два верных спутника бифштекса

Бифштекс, подаваемый горячим после жарения на решетке над углями, подрумяненная поверхность которого так замечательно пахнет древесным дымом, не нуждается в большом количестве приправ. Обычно вполне достаточно бывает соли, перца и хорошего куска сливочного масла. Однако в более торжественных случаях вы можете подать бифштекс, вне зависимости от того, жарился он на улице или на кухне, с соусом Беарнез. Соус Беарнез — это однородная эмульсия из яиц, сливочного масла, белого вина и винного уксуса. В этом отношении он похож на голландский соус, подающийся к рыбе, яйцам и овощам. Однако неповторимую индивидуальность соусу Беарнез придают добавляемые в него шалот, эстрагон и кервель *(рецепт на стр. 167)*. Другим спутником бифштекса является составное сливочное масло — смесь размягченного несоленого сливочного масла с травами и разными ингредиентами, среди которых можно назвать измельченную петрушку с лимонным соком, растолченный чеснок или филе анчоуса, бланшированные листья эстрагона, пюре из ядер миндаля или тертый корень хрена. Изображенное на нижних иллюстрациях масло — это Маршан де ве, в которое добавляется мелко нарезанный шалот, предварительно отваренный в красном вине *(рецепт на стр. 166)*.



1 **Приготовление соуса Беарнез.** Этот изысканный соус готовится на медленном огне в керамическом сотейнике с пламезащитной подставкой либо на паровой бане. Для начала добавьте в белое вино и уксус мелко нарезанный шалот, травы и специи и кипятите на медленном огне до тех пор, пока смесь не приобретет консистенцию сиропа. Затем процедите.



2 **Добавление яиц и сливочного масла.** Уменьшите огонь до минимально возможного. Вмешайте венчиком в жидкость яичные желтки. Нарежьте сливочное масло маленькими кусочками и добавляйте его частями, аккуратно взбивая. Если соус вот-вот свернется, снимите его с огня и вмешайте чайную ложку ледяной воды.



3 **Заключительный этап приготовления соуса.** Продолжайте взбивать соус до тех пор, пока он не приобретет консистенцию густых сливок. Добавьте немного мелконарезанных листьев эстрагона и кервеля. Затем приправьте соус по вкусу солью и свежеразмолотым черным перцем.



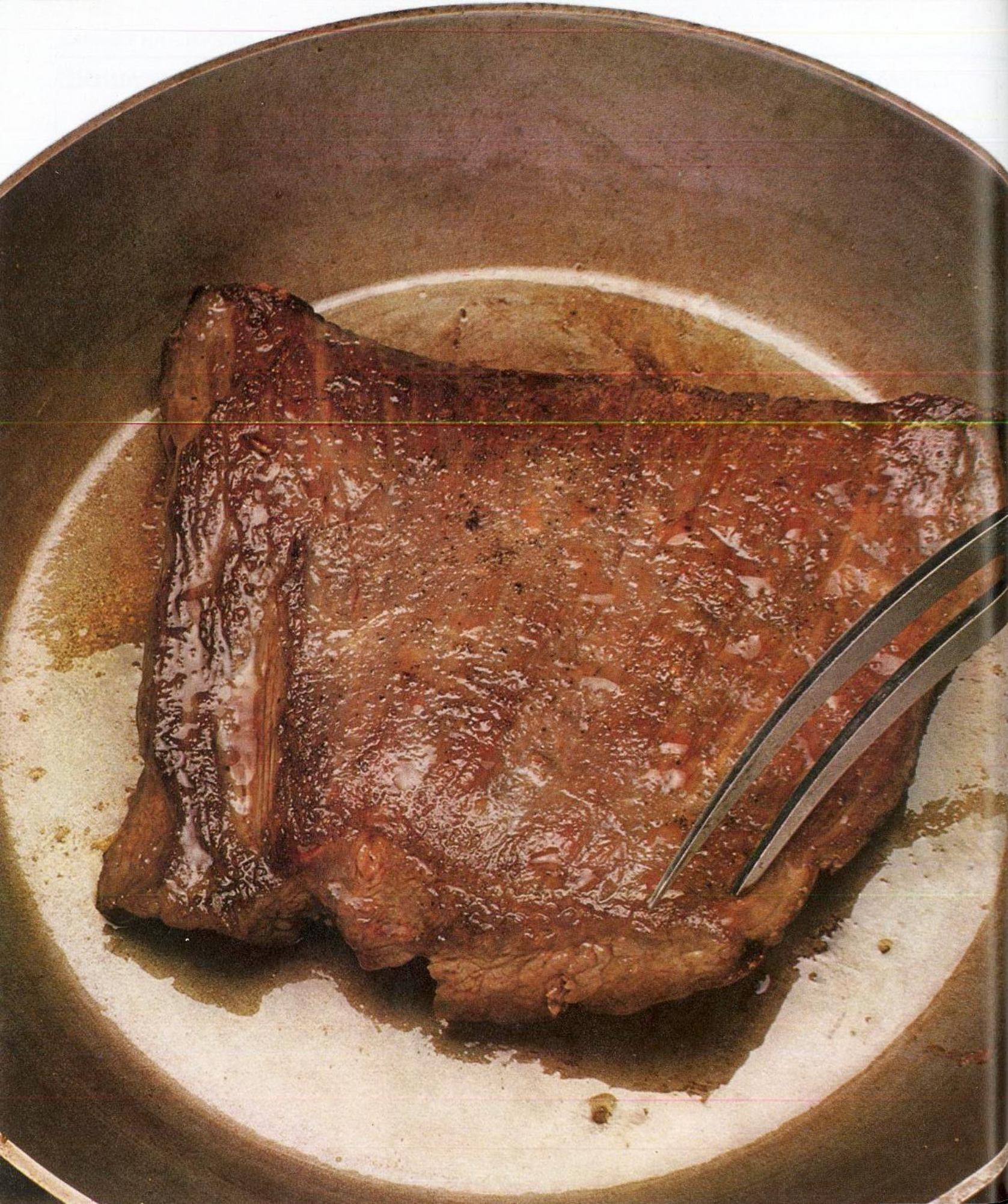
1 Соединение ингредиентов масла Маршан де ве. Кипятите на медленном огне в красном вине мелко нарезанный шалот до тех пор, пока он не размягчится, а объем жидкости не уменьшится на две трети (около 30 мин). Охладите, а затем вылейте в посуду с кубиками размягченного сливочного масла, петрушкой, солью и молотым черным перцем. Начните размешивать венчиком.



2 **Размешивание ингредиентов.** Хорошенько перемешайте масло с приправами, чтобы получилась однородная масса. Сначала вам придется разминать и растирать комки масла медленно, но по мере того как смесь будет становиться мягче, вы сможете взбивать ее венчиком побыстрее.



3 **Заключительный этап приготовления масла.** Продолжайте взбивать смесь до тех пор, пока приправы не распределятся равномерно по объему масла и оно не приобретет устойчивую сливочную консистенцию. Не охлаждайте масло перед подачей. Оно должно быть достаточно мягким для намазывания ложкой на бифштекс.



3

Жарение на сковороде

Выбор сковороды, жира, температуры и времени жарения

Драгоценные соки на сковороде

Приготовление рубленого мяса двумя ножами

Необыкновенные превращения гамбургера

Четыре простых соуса

Надрезание, предохраняющее панировку от вспучивания

Жарение на сковороде всегда означает жарение в горячем растительном масле или жиру, однако количество применяемого жира может варьироваться в широких пределах. Толстый бифштекс может быть буквально обожжен на сковороде, смазанной кусочком почечного сала, в то время как тонкие ломтики телятины могут быть аккуратно обжарены в изрядном количестве кипящего сливочного масла, а запанированные телячьи отбивные могут быть полностью погружены в горячее растительное масло и обжариваться до тех пор, пока на их поверхности не образуется хрустящая золотистая корочка. Хотя горячий жир, вне всякого сомнения, является жидкостью, жарение на сковороде чисто технически считается «сухим» методом кулинарной обработки, поскольку вода и другие водосодержащие жидкости не играют в нем существенной роли. Кроме того, жарение на сковороде обычно требует весьма высокой температуры, по крайней мере на первой стадии, и занимает относительно мало времени. И, наконец, аналогично жарению на открытом огне, для жарения на сковороде подходят только мягкие куски говядины и телятины, не требующие длительной термической обработки. Пережаривание может сделать такие куски похожими на старую подметку.

При жарении во фритюре растительное масло или жир являются самостоятельной жарочной средой. Телячьи отбивные, нарезанные достаточно тонко для быстрого проникновения в них тепла и обвалянные в яйце и панировочных сухарях для сохранения внутренних соков, могут быть использованы для жарения на сковороде. Говядина обычно более подходит для жарения на сковороде с небольшим количеством жира, так как в этом случае гораздо легче приспосабливать температурный режим к толщине и размеру куска.

При жарении в тонком слое жира мясо сначала должно подрумяниться на тяжелой, хорошо разогретой сковороде, а затем — до конца готовиться на уменьшенном огне. Жир, покрывающий дно сковороды (лярд, почечное сало, сливочное или растительное масло), предохраняет мясо от прилипания к металлу. Этот метод восхитительно работает при жарении бифштексов и гамбургеров; он также является единственным подходящим способом приготовления эскалопов — нежнейших ломтиков телятины из бедра или поясничной части туши. В сковороде с достаточным количеством сливочного масла, защищающего их от пересыхания и пригорания, эскалопы могут достаточно долго готовиться на среднем огне, сохраняя свою сочность. Дополнительным преимуществом жарения говядины и телятины в небольшом количестве жира является высвобождение мясных соков, которые легко могут быть использованы для приготовления сопутствующего соуса *(стр. 34)*.

Для всех типов жарения в жире очень большое значение имеет размер сковороды. При жарении блюда во фритюре в сковороде должно быть много места и много растительного масла, чтобы в момент погружения мяса температура масла не снижалась слишком сильно. Для жарения в небольшом количестве жира необходимо подбирать сковороду, обеспечивающую достаточно свободное расположение кусков мяса; плотная укладка приведет к скапливанию мясных соков на дне сковороды, и мясо вместо подрумянивания будет тушиться, однако, если сковорода будет наполовину пустая, жир и соки начнут пригорать там, где не будет мяса.

Розовый цвет капелек мясных соков свидетельствует о том, что обжаривающийся на сковороде бифштекс из мясистой части диафрагмы пока еще среднепрожарен. Коричневатые соки под бифштексом после деглазирования сковороды небольшим количеством воды, вина или бульона могут служить основой для соуса.

Жареные бифштексы в собственном соусе

Какой бы отруб говядины вы ни обжаривали на сковороде, основная часть этой процедуры неизменна. Начинайте жарение на очень горячей сковороде с небольшим слоем жира или растительного масла на дне; подрумяньте мясо с обеих сторон, чтобы образовалась корочка; затем проводите заключительный этап обжаривания, рабочая температура которого должна быть тем меньше, чем толще бифштекс.

И хотя сам метод довольно прост, конечный результат будет зависеть от того, насколько внимательно вы отнесетесь к деталям. Перед началом жарения говядина должна иметь комнатную температуру; в противном случае внешние слои мяса будут пережарены еще до того, как прожарится его внутренняя часть. Мясо в сковороде должно лежать достаточно свободно; чрезмерная стесненность приведет к созданию паровой подушки, и мясо вместо жарения будет тушиться. Сковорода должна быть нагрета настолько, чтобы при опускании в нее бифштекса раздалось характерное шипение.

Время жарения определяется толщиной бифштекса и желаемой степенью прожаренности. Ориентировочно, бифштекс толщиной 3 см становится слабопрожаренным к тому времени, когда обе его стороны покрываются румяной корочкой; весь процесс занимает около 4 минут. Обжаривание каждой стороны еще по 1,5—2 минуты делает бифштекс среднепрожаренным, а 9—10 минут общего времени жарения позволяют получить полностью прожаренный бифштекс.

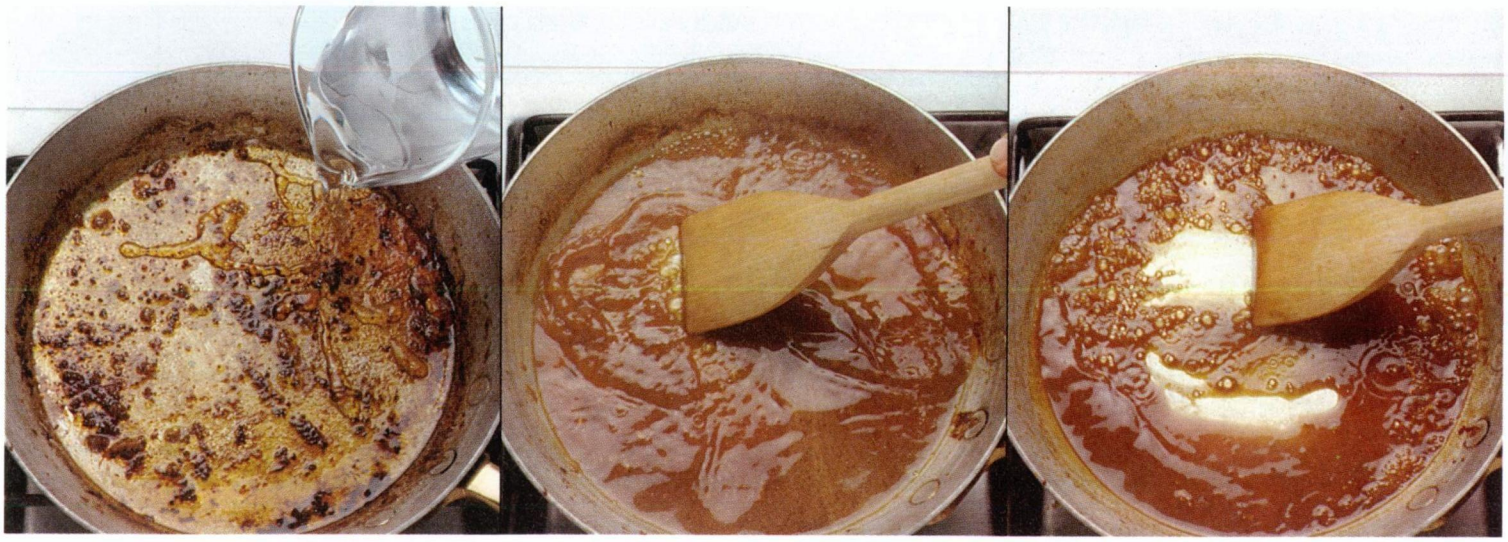
Чтобы определить степень прожаренности, проверьте мясо «щипком» или надавите на него пальцем, как это описано на *стр. 18*. О готовности мяса можно судить и по внешним признакам. Говядина достигает среднеслабой прожаренности в тот момент, когда первая жемчужинка красного сока появляется на подрумяненной поверхности. Если через какое-то время наколоть мясо кончиком ножа, из него будет вытекать светло-розовый сок,— бифштекс среднепрожаренный; а если сок прозрачный — бифштекс прожарен полностью. Приготовленные на сковороде бифштексы могут быть дополнены одним из соусов на основе вытекших из мяса соков *(вставка внизу)*. Для этого перед деглазированием сковороды красным вином обжарьте в ней мелконарезанный шалот *(справа)* или сделайте бифштексам перечную панировку *(справа внизу)*.

Деглазирование: сокровище на дне сковороды

Когда вы обжариваете на сковороде кусок говядины или телятины, под воздействием тепла соки медленно вытекают из мяса. Содержащаяся в них влага испаряется, оставляя осадок из твердых и вместе с тем растворимых белковых отложений, которые накапливаются на сковороде в процессе жарения. Вы можете использовать этот прекрасный ароматизатор, растворив его в нагретой в сковороде жидкости, чтобы приготовить соус (такой процесс называется деглазированием).

Деглазированные соки обычно составляют основу соуса, подаваемого с обжаренным на сковороде бифштексом или телячьим эскалопом. Однако процесс деглазирования не ограничен одним только жарением на сковороде. В частности, тушеное мясо довольно часто предварительно подрумянивают на сковороде, а остающиеся на ее дне отложения могут быть деглазированы для обогащения жидкости, используемой для тушения *(стр. 48)*. Во время жарения мяса в духовом шкафу также выделяются мясные соки, которые образуют белковый осадок на дне жаровни и являются естественной основой для приготовления подливы *(стр. 19 и 21)*.

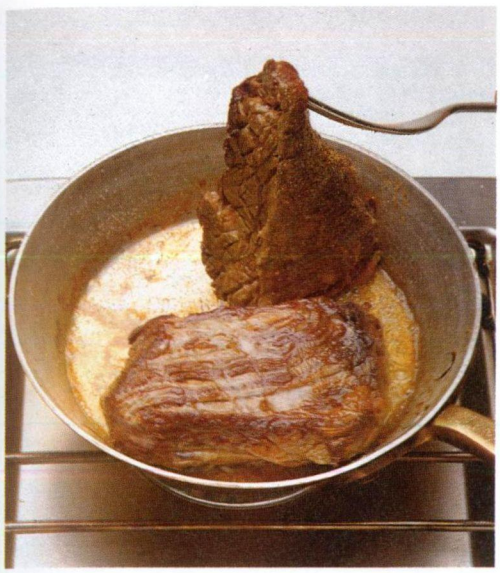
Если вы хотите сохранить мясной аромат, делайте деглазирование водой или, для большей питательности, бульоном. Довольно часто в качестве деглазирующей жидкости используют вино, которое передает свой чарующий аромат соусу, подливе или жидкости для тушения. Однако не забудьте прокипятить смесь на винной основе в течение нескольких минут для улетучивания спирта. Для некоторых блюд иногда используют особые деглазирующие жидкости. Например, лимонный сок придает пикантную остроту соусу для жареной телятины *(стр. 41)*; сливки смягчают жгучесть бифштекса в перечной панировке *(противоположная страница)*; пиво хорошо гармонирует с тушеной говядиной и репчатым луком в блюде, называющемся карбонадом *(стр. 48)*.



Осторожно слейте жир со сковороды так, чтобы темные мясные соки остались в ней. Сковороду снова поставьте на сильный огонь и сразу же обильно полейте дно жидкостью, в данном случае водой *(вверху слева)*. Когда жидкость закипит, помешивайте ее деревянной лопаточкой, соскабливая прилипшие к сковороде белковые отложения *(в центре)*.

Когда все отложения счищены и растворены, процесс деглазирования считается законченным и жидкость может быть добавлена в тушащееся мясо. Однако для соуса или подливы необходимо загущение: продолжайте выпаривание кипящей жидкости, помешивая ее *(вверху справа)*, пока она не приобретет консистенцию негустого сиропа.

Винный соус с шалотом



1 **Жарение бифштекса.** Разогрейте жир или растительное масло в сковороде. Когда жир (масло) нагреется до высокой температуры, обжарьте бифштексы (на снимке — куски мясистой части дифрагмы) с обеих сторон, примерно по 2 мин на сторону, переворачивая мясо вилкой, аккуратно воткнутой в торцевую часть куска. Убавьте огонь и продолжайте обжаривание бифштексов до нужной степени их прожаренности.

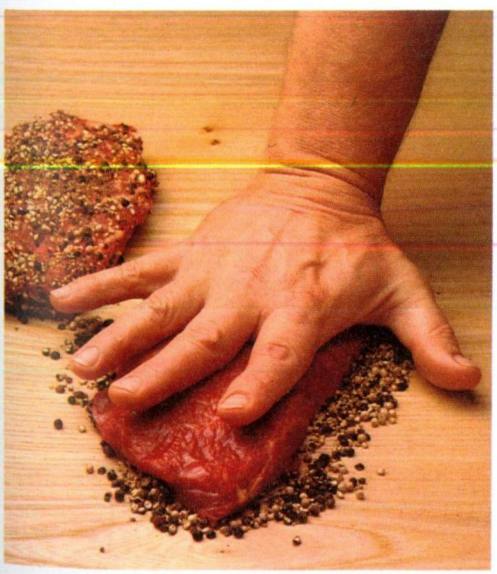


2 **Жарение шалота.** Положите бифштексы на теплое блюдо. Слейте из сковороды весь лишний жир. Равномерно распределите по сковороде шалот, нарезанный помельче для быстрого приготовления. Обжаривайте шалот на среднем огне около 1 мин, периодически помешивая; следите, чтобы лук стал мягким, но не изменил свой цвет.



3 **Заключительный этап приготовления блюда.** Деглазируйте сковороду красным вином. Прокипятите жидкость на медленном огне, чтобы она приобрела консистенцию соуса. Бифштексы могут быть гарнированы костным мозгом *(стр. 11)*, вытряхнутым из костей, нарезанным ломтиками и отваренным до прозрачности в подсоленной воде. Разложите ломтики на бифштексах и полейте сверху соусом. □

Панировка из перца



1 **Панирование бифштексов перцем.** Растолките горошины (на снимке — смесь белого, черного и нескольких горошин душистого перца) и равномерно распределите полученную панировку на поверхности доски. Положите бифштекс (на снимке — из костреца) на панировку и хорошенько прижмите сверху ладонью, чтобы кусочки перца вдавились в мясо; проделайте то же самое с другой стороной бифштекса.



2 **Жарение бифштексов.** Налейте жир или растительное масло в сковороду. Когда жир (масло) нагреется до высокой температуры, подрумяньте бифштексы, обжаривая каждую сторону примерно 1—2 мин. Для переворачивания мяса используйте лопаточку или втыкайте вилку в торцевую часть куска, чтобы не повредить слой панировки. Убавьте огонь и продолжайте обжаривание, не переворачивая мясо, до желаемой степени прожаренности.



3 **Приготовление соуса.** Бифштексы с перцем могут быть поданы в панировке или без нее — как вам больше нравится. Они могут также подаваться с контрастным соусом, например, из сливок с бренди *(рецепт на стр. 97)*. Деглазируйте сковороду на сильном огне, чтобы из бренди улетучился спирт, затем добавьте сливки и загустите. Полейте полученным соусом бифштексы. □

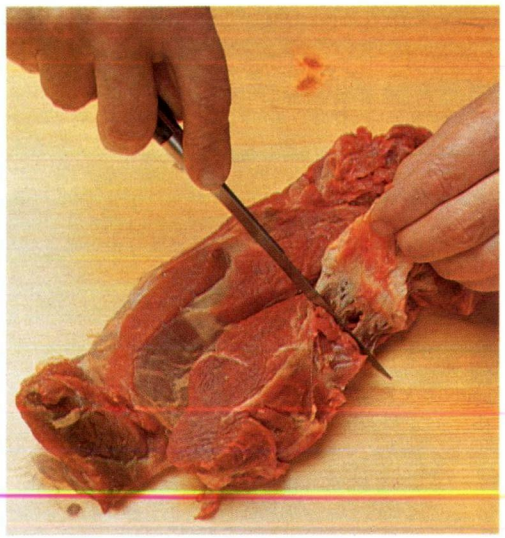
Ручной способ приготовления рубленого мяса

Если блюдо готовится недолго или подается без соуса и острых приправ, очень важно, чтобы основные ингредиенты имели очень высокое качество. Если ключевым ингредиентом является рубленая говядина или телятина, повар, подготавливающий это мясо, может быть вдвойне уверен, что оно безупречно свежее и свободно от нежелательного жира и хрящей.

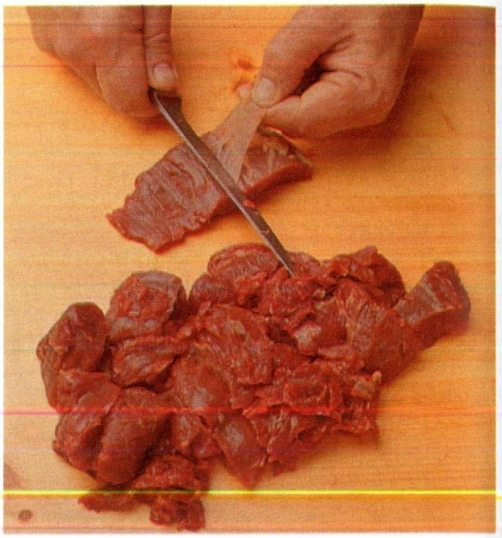
Бифштекс по-татарски, приготовленный из рубленой говядины и подаваемый в сыром виде *(стр. 80)*, подтверждает этот тезис. Для того чтобы бифштекс имел безупречный цвет и текстуру, мясо должно быть зачищено от жира и нарублено буквально за несколько минут до подачи на стол. Рубленый бифштекс на вершине своей свежести нуждается в приправах только для обогащения собственных вкусовых качеств, а отнюдь не для их маскировки.

Хотя ручная рубка является практически обязательным условием для приготовления бифштекса по-татарски, особая текстура такого мяса *(вставка на странице справа)* позволяет приготовить из него и любое другое блюдо, не требующее длительной термической обработки: например, биточки по-русски *(рецепт на стр. 101)* или тушеные фрикадели из телятины *(рецепт на стр. 147)*. Гамбургеры становятся необычайно нежными на вкус, если их готовят из говядины ручной рубки (лучше всего слабопрожаренными) с таким же почтением и вниманием, как бифштекс из первосортного отруба. (Для мясного хлеба и тушеных или отварных фрикаделей, подвергающихся более длительной термической обработке, преимущества ручной рубки не являются столь заметными, поэтому они могут быть приготовлены и из покупного молотого фарша.)

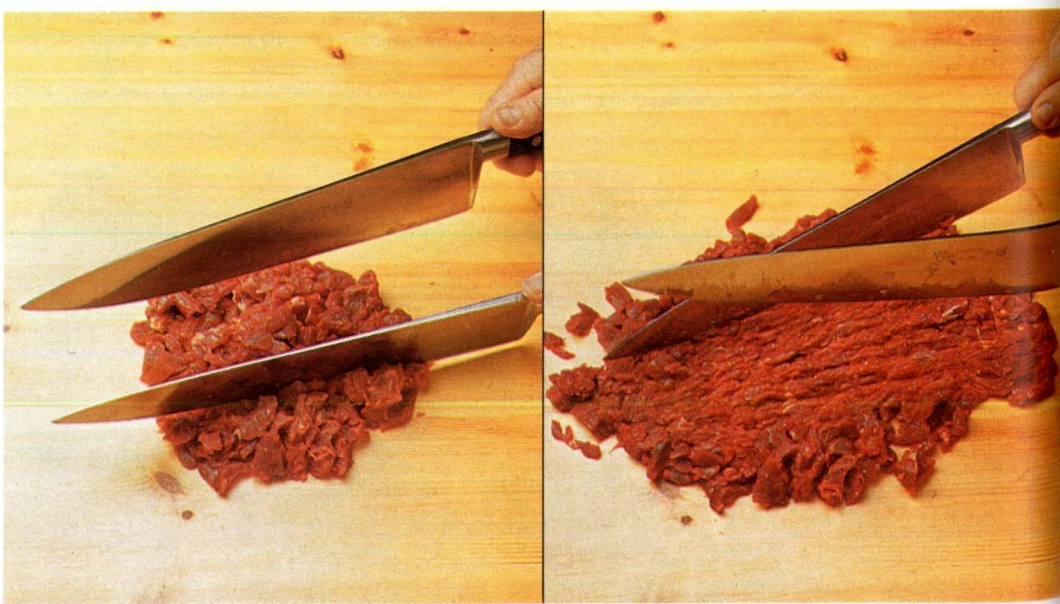
Лучшим инструментом для рубки мяса является пара тяжелых кухонных ножей одинаковой длины и веса. С подходящими ножами вы легко достигнете такого ритма рубки, который позволит быстро и качественно выполнять основную часть работы. Если у вас таких ножей нет, не пытайтесь импровизировать; в любом случае один нож сделает работу лучше, чем два разномастных. При этом, вне зависимости от того, используете вы один нож или два, позаботьтесь о том, чтобы они были хорошо наточены; тупое лезвие превратит мясо в безобразное месиво, а хорошо отточенное будет оставлять за собой чистые, аккуратные кусочки.



1 **Зачистка мяса.** Используя очень острый нож, срежьте мясо с кости (если она есть), затем разрежьте его вдоль линий соединения мышц на постные куски, срезая пленку соединительной ткани и сухожилия. Зачищаемый на снимке хребтовый край шеи отлично подходит для приготовления гамбургеров или бифштекса по-татарски, поскольку это мясо имеет превосходный вкус, а рубка делает его более мягким.



2 **Нарезание кубиками.** Срежьте остатки жира и пленок с мяса и нарежьте получившиеся постные куски сравнительно небольшими кубиками. Рубка будет протекать быстрее, если исходные кусочки мяса имеют примерно одинаковые размеры.

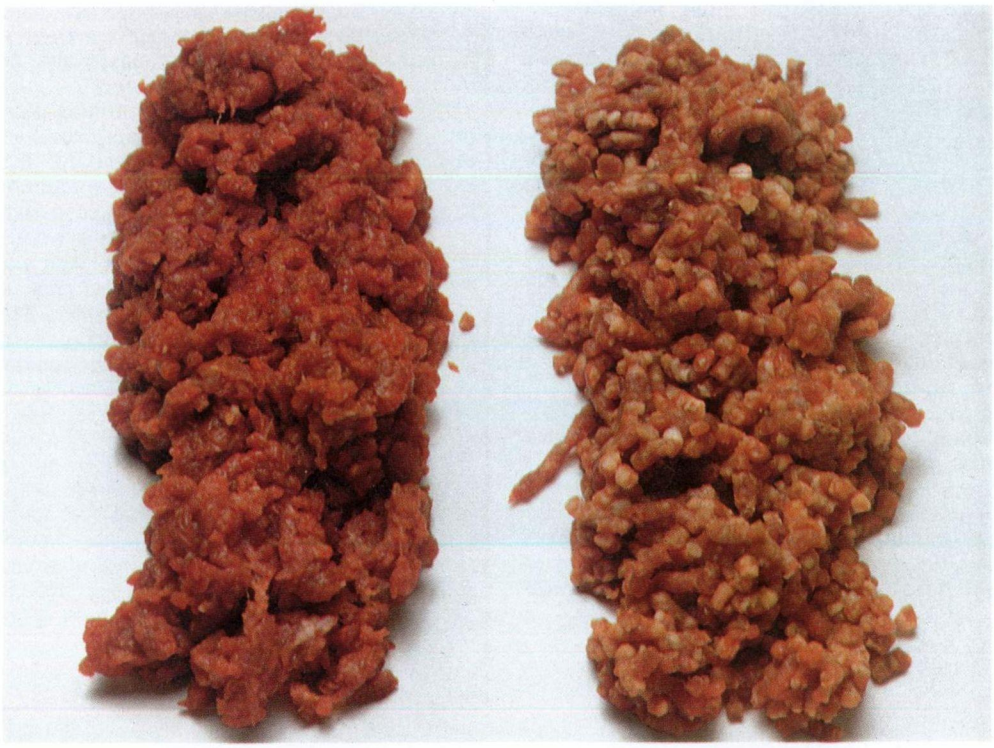


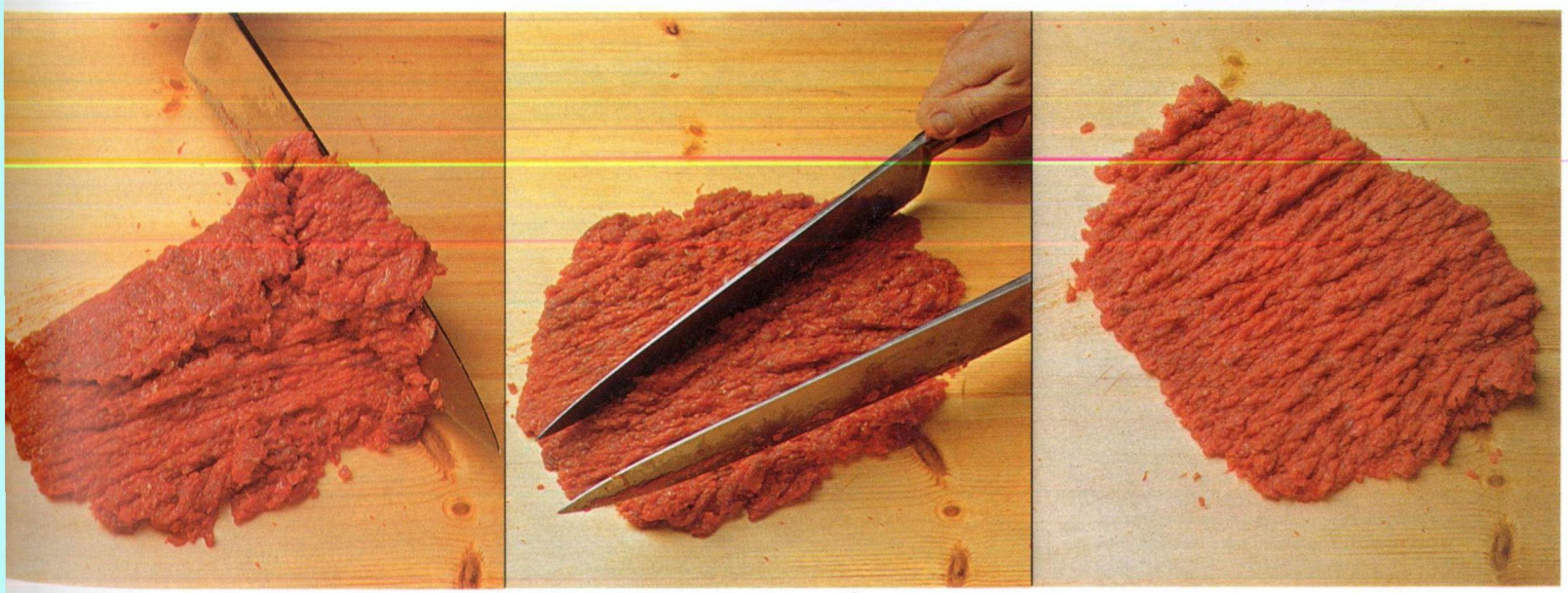
3 **Рубка.** Разложите кубики мяса на доске в один слой и рубите двумя одинаково тяжелыми и острыми ножами, опуская их поочередно и ритмично, как при игре на барабане. Работайте одними запястьями, стараясь держать ножи параллельно друг другу, и не напрягайте кисти, чтобы сила удара была равна весу ножей. По мере измельчения мяса его кусочки будут занимать все большую

Покупной фарш против самостоятельно приготовленного

Мясо, размолотое мясником в мясорубке и продающееся под видом рубленой говядины *(дальний снимок справа)*, обычно содержит много жира. Говядина, зачищенная и нарубленная самостоятельно *(ближний снимок справа)*, не только постнее молотого фарша, но и существенно отличается от него по текстуре. Механические мясорубки мнут и раздавливают волокна, что приводит к потере мясных соков. При ручной рубке волокна обычно перерезаются без раздавливания и бóльшая часть внутренних соков сохраняется. Кусочки рубленого мяса, вне зависимости от степени измельчения, остаются обособленными друг от друга даже при последующем перемешивании и термической обработке, придавая готовому блюду характерную структуру.

Если у вас есть электрический кухонный комбайн, можно попробовать приготовить фарш в нем. Такие машины позволяют получать однородное мясное пюре, которое подходит для приготовления многих видов фрикаделей средиземноморской кухни, например, фрикаделек по-гречески *(рецепт на стр. 100)*. Однако кухонный комбайн нельзя использовать для приготовления крупнодисперсного фарша, из которого делают гамбургеры.





площадь; время от времени останавливайтесь и лезвием ножа сгребайте полученную массу от краев к середине, переворачивая каждый раз захваченный слой. Это поможет вам получить фарш с однородной структурой. Продолжайте рубку до тех пор, пока не получите фарш требуемой степени измельчения — в соответствии со своим вкусом или рецептом. □

Классический гамбургер и пути его усовершенствования

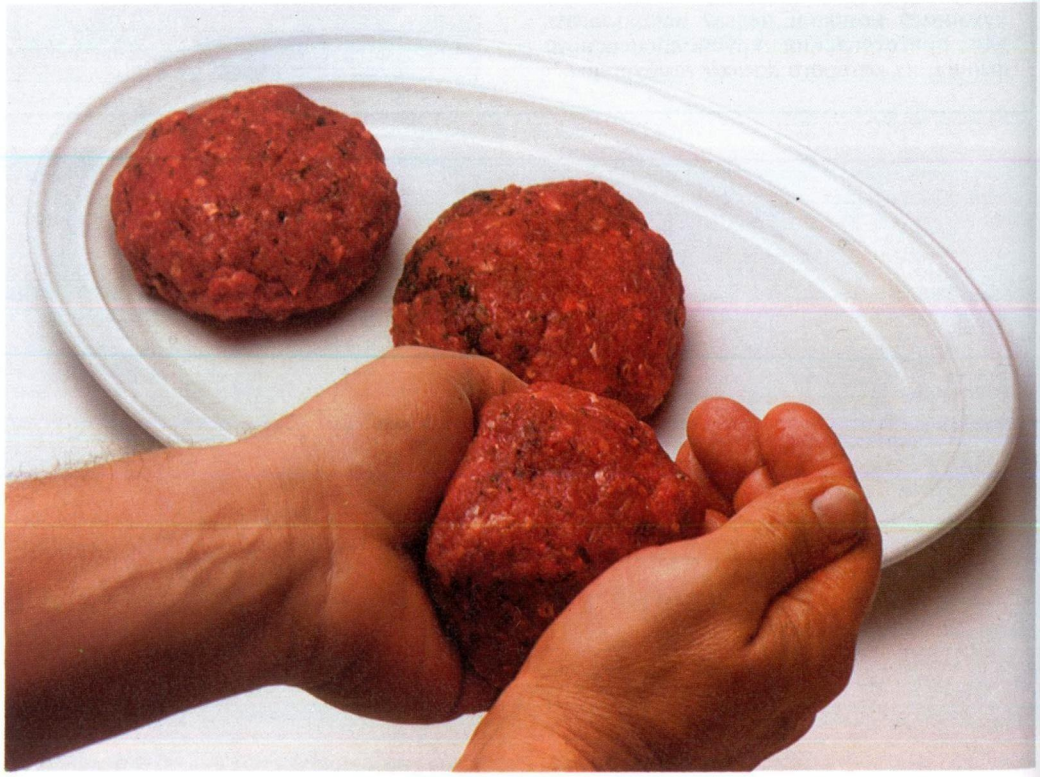
В соответствии с одной из множества существующих теорий о его происхождении, вездесущий гамбургер «начинался» как блюдо из сырой рубленой говядины, входившее в рацион обитателей балтийского побережья России. Немецкие торговцы привезли рецепт в Гамбург, но стали подвергать это кушанье термической обработке. Считается, что в XIX столетии немецкими иммигрантами рецепт был завезен в Америку. Вложив гамбургер в мягкую булочку, американцы упростили до предела способ подачи этого блюда, превратив его в плотную закуску, которую очень удобно держать в руке. В таком обличье рубленая говяжья котлета начала свое победное шествие по всему миру. Хотя гамбургер довольно сильно пострадал от грубых рук поваров дешевых закусочных, в своем лучшем виде — из высококачественной говядины, слабопрожаренный, с сочной красной сердцевиной,— он достоин сравнения с бифштексом. Подобно бифштексу, гамбургер можно жарить на решетке или на сковороде. Жарение на решетке, особенно над тлеющими древесными углями, делает гамбургер более ароматным, но требует и более умелого приготовления: обрезанные кромки кусочков могут выделить много влаги еще до того, как гамбургер будет эффективно подрумянен, и мясо пересохнет *(стр. 25)*. При жарении на сковороде все соки, выделяющиеся из гамбургера, остаются на ее дне и могут быть снова использованы путем деглазирования *(стр. 34)*.

Идеальный фарш для гамбургеров получается из постных отрубов, таких, как кострец. Менее дорогие отрубы, например, щуп, хребтовый край и даже шея или пашина, также дают превосходный фарш, если мясо тщательно зачищено от соединительных тканей; эти отрубы обладают высокими вкусовыми качествами и в рубленом виде не могут быть жесткими. Чтобы получить действительно сочный гамбургер с измельченным по вашему вкусу мясом, рубите говядину ручным способом, как это объяснено на предыдущих страницах.

Многим людям нравится аромат и сочность гамбургера, получаемые за счет добавления в мясо определенной порции жира. Однако непрожаренный говяжий жир плохо переваривается, поэтому, если вы любите слабопрожаренные гамбургеры, используйте постное мясо и смешивайте его с небольшим количеством сливочного масла или, что даже лучше, с сырым говяжьим костным мозгом *(стр. 11)*. Добавляйте в мясо перед его приготовлением специи, но используйте их в ограниченном количестве: ваша цель — раскрыть вкус мяса, а не запрятать его поглубже. Во время формовки котлет сдавливайте руками смесь достаточно аккуратно: «воздушный» гамбургер лучше прожаривается, аппетитнее выглядит и гораздо вкуснее, чем плотная компактная котлета; однако запас прочности должен быть достаточным для сохранения формы мяса во время жарения. Обжаривайте гамбургер на сковороде точно так же, как если бы вы жарили бифштекс. Переворачивайте гамбургер только один раз, используя лопаточку, чтобы не раскрошить его на куски. После приготовления гамбургер может подаваться с одним из соусов или гарниров, используемых для бифштексов. Гамбургер, политый винным соусом с шалотом *(стр. 35)*, изумителен на вкус, а котлеты, предназначенные для вкладывания в традиционную булочку, могут стать гораздо вкуснее от соуса, сделанного из деглазированных сковородных соков.



1 **Добавление специй в говядину.** Аккуратно снизу вверх перемешайте руками фарш с используемыми вами специями. На снимке вверху показан мелко нарезанный укроп, но вы можете заменить его любыми свежими или сушеными травами, тертым сыром, жареным репчатым луком или измельченными каперсами.



2 **Разделывание котлетной массы.** Разделите смесь на порции и сформуйте сначала шары, а затем плоские толстые лепешки (никогда не расплющивайте подготовленные к жарению котлеты). Для слабопрожаренного гамбургера котлета должна иметь толщину около 4 см; для полностью прожаренного — до 2 см, чтобы внешние слои мяса не пересохли, пока будут прожариваться внутренние.



3 **Подрумянивание гамбургеров.** Налейте масло тонким слоем в сковороду, поставленную на сильный огонь. Когда масло хорошо прогреется, положите в сковороду гамбургеры, обжарьте в течение 3—5 мин, а затем переверните и подрумяньте с другой стороны. Убавьте огонь и дожаривайте гамбургеры по своему вкусу.

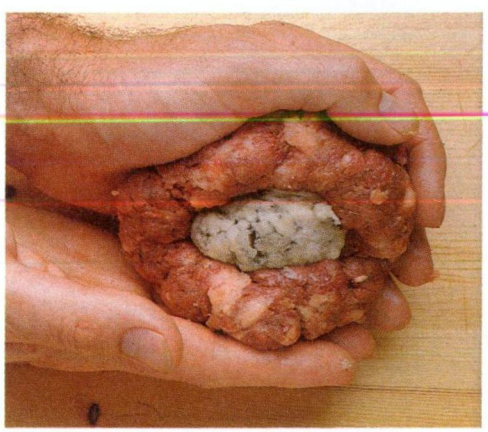
4 **Деглазирование сковороды.** Подавайте гамбургеры (по желанию, на жареном хлебе) с деглазированными мясными соками. Слейте из сковороды лишний жир, плесните в нее немного воды и быстро размешайте, чтобы растворить загущенные соки. Полейте получившимся соусом гамбургеры. □



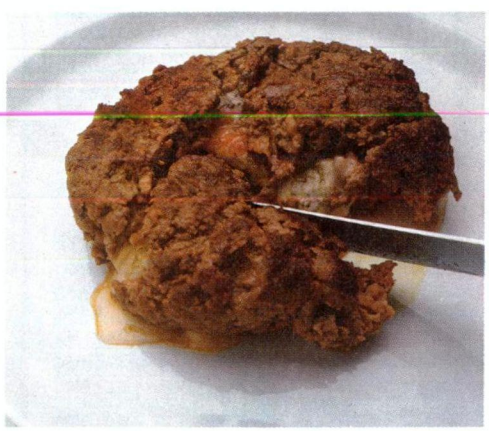
Сюрприз внутри гамбургера

Одним из способов модифицирования гамбургеров является смешивание сырого рубленого мяса с различными добавками *(этап 1 на предыдущей странице)*. Другим методом, использующимся для придания этому блюду большего разнообразия, является фарширование котлет контрастной по структуре и вкусу начинкой *(снимки справа)*.

Прекрасным базисом для гамбургерной начинки является мягкий сыр. Показанный на снимке сыр Рокфор имеет ярко выраженный вкус и аромат, достаточные для его использования без других добавок, однако вы можете предпочесть и мягкий творог или домашний сыр, акцентированные каперсами, измельченными анчоусами или оливками. Возможности для импровизации практически безграничны. Попробуйте вложить в гамбургер несколько измельченных вареных грибов, моркови или других овощей. Начинка будет изумительно хрустеть, если вы добавите в нее смесь из измельченных орехов, рубленой петрушки и репчатого лука.



1 **Закладывание начинки.** Для фарширования гамбургера сделайте большим пальцем в его средней части вмятину, заполните ее начинкой и закройте с боков мясом. Осторожно придайте гамбургеру необходимую форму и готовьте его дальше как обычно.



2 **Индивидуальность вкуса.** Спрятанный внутри гамбургера сыр Рокфор будет приятным сюрпризом для обедающего человека. Для большего разнообразия вы можете использовать и сыр потверже, например, Чеддер, а также измельченный зеленый лук или лук-резанец, размятые вместе с мягким сыром.

Телячьи эскалопы с масляным соусом

Так как телятина должна быть всегда хорошо прожарена, температурные режимы и время жарения необходимо выбирать в зависимости от ее толщины. Телячьи котлеты с косточкой, которые обычно нарезаются толщиной около 2 см, обязательно должны быть кратковременно обжарены на сильном огне, после чего их готовят очень медленно — чтобы внешние слои мяса не стали жесткими и сухими до того, как прожарятся внутренние.

Телячьи эскалопы, нарезанные тонкими ломтиками, или отбивные котлеты без косточки редко имеют толщину больше 1 см, поэтому лучше всего получаются при кратковременном обжаривании в жире на умеренном огне *(снимки внизу)*.

Вне зависимости от толщины куски телятины должны располагаться на сковороде довольно свободно; если они будут перекрывать друг друга, мясо не подрумянится должным образом, а слишком большие зазоры между кусками приведут к подгоранию жира. Телятину следует обжаривать в достаточном количестве сливочного или растительного масла (или их смеси), чтобы жир обильно покрывал дно сковороды. Тонкий аромат сливочного масла прекрасно подходит к телятине, и, кроме того, оно не пригорает при умеренной температуре, требующейся для жарения телятины на сковороде.

Практически всегда перед жарением телятину слегка отбивают. После приготовления ее можно поставить в сторонку на время деглазирования сковороды *(стр. 34)*, позволяющего сохранить питательные мясные соки.

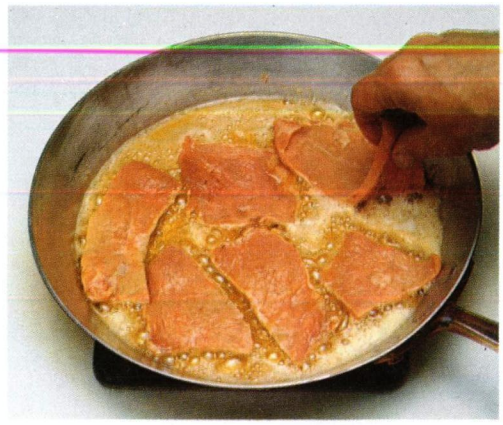
В приведенном примере для деглазирования используется стакан сухого вина и полстакана лимонного сока, а также сливочное масло — для загущения соуса; завершить процесс приготовления блюда вы можете, также используя бульон из телятины, сливки или один из соусов, описанных во вставке на противоположной странице.

Плюсы и минусы отбивания

Многие повара для раздробления волокон и размягчения мяса отбивают телячьи эскалопы или натуральные котлеты перед жарением. Однако чрезмерное отбивание тяжелой тяпкой или деревянным молотком превращает сочную телятину в сухую и безжизненную. Телятина из качественных отрубов, купленная у хорошего мясника, не нуждается в подобной обработке.

Тем не менее даже самая высококачественная телятина выиграет от легкого отбивания или прессования, позволяющего разглаживать мясо в плоские куски толщиной около 5 мм, хорошо прилегающие к дну сковороды и равномерно прожаривающиеся. Перед прессованием эскалопов срежьте с них все пленки соединительной ткани, которые стягиваются при контакте с горячим жиром и искажают форму мяса. Положите эскалопы на разделочную доску и сделайте куски плоскими, надавливая на них боковой стороной лезвия ножа, деревянным молотком и просто основанием ладони.

Только два обстоятельства могут оправдать сильное отбивание. Следуя рецептам приготовления «оливок» из телятины *(стр. 146)*, когда в эскалопы заворачивают порцию начинки, вы, возможно, вынуждены будете отбивать мясо посильнее — для его растягивания. Усиленное отбивание поможет вам также несколько поправить ситуацию, если принесенные домой эскалопы при более тщательном рассмотрении окажутся не столь мягкими, какими они казались на прилавке мясника.



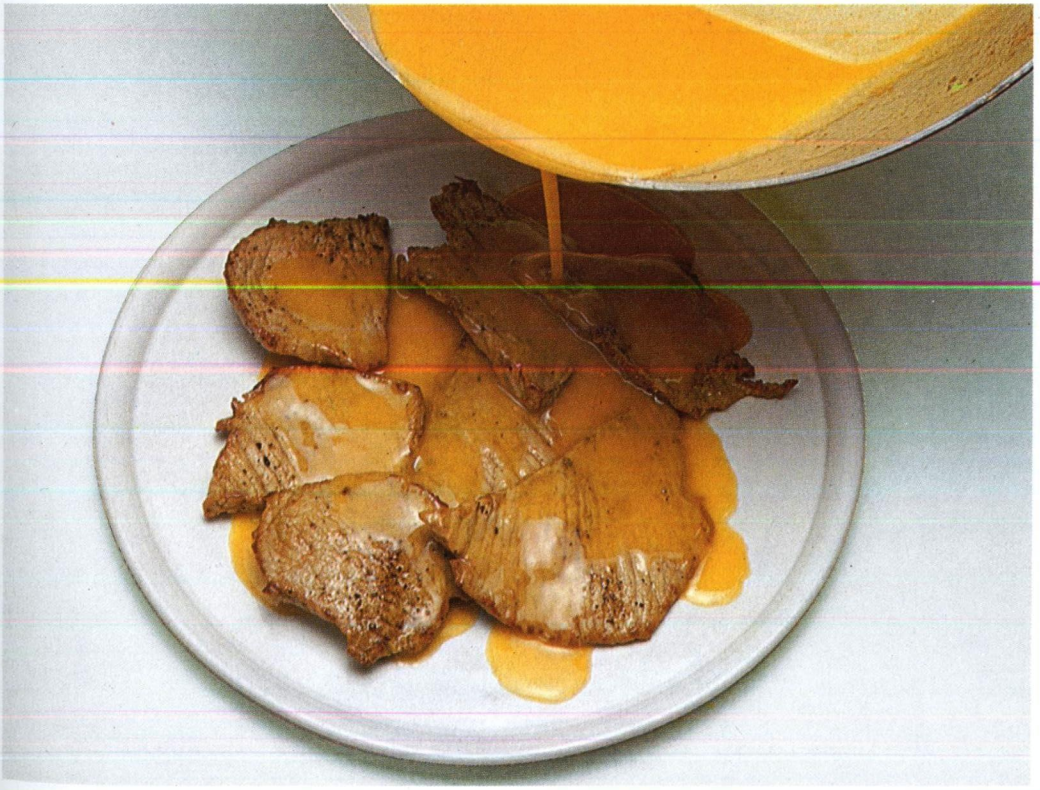
1 Жарение телячьих эскалопов. Разогрейте сливочное и растительное масло на среднем огне. Опустите эскалопы в сковороду и посыпьте их солью и перцем. Обжаривайте ломтики, не переворачивая, около 3 мин, однако изредка встряхивайте сковороду, чтобы мясо не прилипло.

2 Переворачивание эскалопов. Когда низ эскалопов слегка подрумянится, переверните их вилкой на другую сторону *(внизу)*. Проверять степень прожаренности эскалопов не нужно; они будут готовы к тому времени, когда вторая сторона станет золотисто-коричневой.





3 **Деглазирование сковороды.** Переложите готовые эскалопы в теплое блюдо, чтобы они не остыли. Добавьте жидкости (в этом примере — белое вино и лимонный сок) и соскоблите деревянной ложкой отложения. Прокипятите соус для его загущения, затем выключите конфорку и размешайте в нем (или просто разболтайте) горсть маленьких кусочков сливочного масла *(вверху)*.



4 **Загущение соуса.** Когда масло расплавится, оно образует с вином и лимонным соком однородную эмульсию и слегка загустит соус. Так как масляный соус при закипании разделяется на фракции, не грейте дополнительно сковороду. Как только соус будет готов, полейте им мясо и сразу же подавайте телятину на стол. □

Гарниры и соусы

Жареные на сковороде телячьи отбивные, эскалопы и котлеты настолько просты в приготовлении, что невольно побуждают у поваров желание подчеркнуть их тонкий вкус при помощи оригинальных соусов. Разнообразие жареной телятины сделало ее одним из самых популярных блюд во многих странах Европы, где она производится в течение столетий. Некоторые широко известные блюда из жареной телятины, являющиеся фаворитами как домашней, так и ресторанной кухни, коротко описаны ниже. Рецепты этих и других кушаний из телятины приведены на *стр. 142—147*. Во многих рецептах гвоздем программы является эскалоп (он же коллоп, скаллоп, *скалопине* или шницель), однако большинство из них может быть использовано и для приготовления натуральных котлет и отбивных.

В Италии традиционно готовят много блюд из телятины, в которые постепенно перешли почти все основные местные пищевые ингредиенты. Одной из самых простых версий является *фриттура пикката* — телячьи эскалопы с соусом из оставшегося от жарения сливочного масла, соединенного с лимонным соком и петрушкой. *Скалоппине аль марсала* подается с соусом, приготовленным на основе одноименного темного сладкого вина. Во время приготовления блюда *saltimbocca* (дословно — «прыжок в рот») на каждый кусок телятины кладется ломтик пармской вяленой ветчины и свежий шалфей.

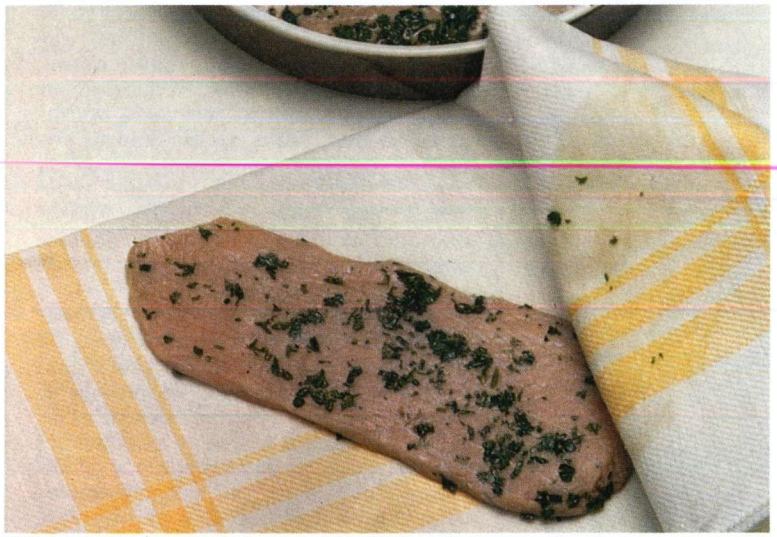
Франция всегда производила много телятины. Телятина *а ля крем* просто поливается жирными сливками с лимонным соком, *а ля провансаль* подается с анчоусами и корнишонами. Эскалопы по-нормандски подаются с соусом, приготовленным из яблок, сливок и кальвадоса — нормандской яблочной водки.

Другие знаменитые блюда из телятины, включая пришедшие из Италии котлеты по-милански и любимый в Австрии и Германии шницель по-венски, готовятся в яично-сухарной панировке, как это показано на следующем развороте.

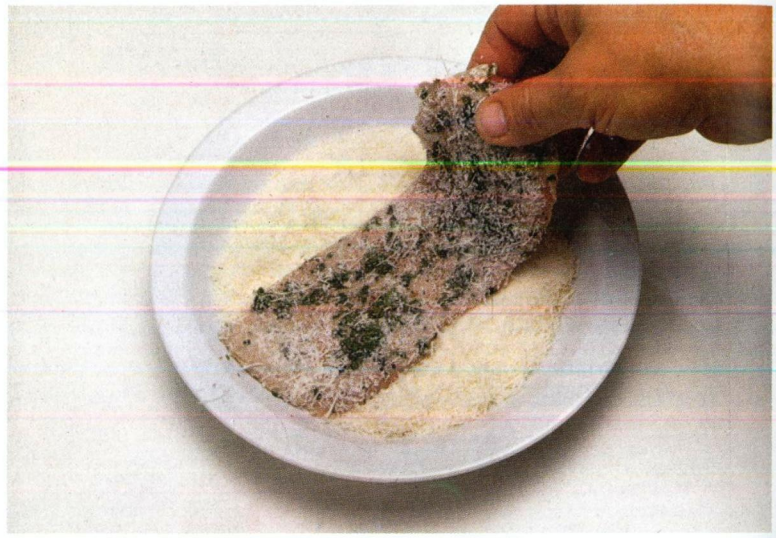
Телятина в сырно-сухарной панировке, жаренная во фритюре

Обволакивающее тепло при жарении во фритюре позволяет быстро получить вкусные телячьи котлеты, однако успех во многом зависит от правильного нанесения на котлеты предварительно подготовленной панировки из яиц и хлебной крошки. Когда панировка войдет в контакт с горячим жиром, она сформирует оболочку, удерживающую внутри все мясные соки, а ее приятный хруст будет контрастно оттенять сочность сердцевины — одна из причин, почему панированные телячьи котлеты являются излюбленным блюдом представителей разных кухонь *(рецепты на стр. 144—145)*.

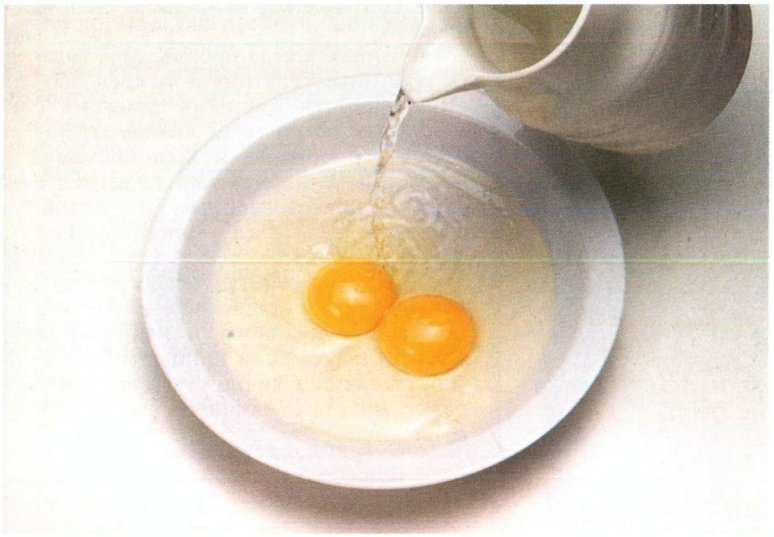
Качество формирования оболочки будет зависеть от того, насколько крепко панировка приклеится к котлете. Поэтому, прежде чем окунать котлеты в яйцо и обваливать в сухарях, необходимо удалить с поверхности мяса все остатки влаги. Простейший метод — обвалять мясо в муке. Более оригинальный — использовать вместо муки тертый сыр Пармезан, как это показано на рисунке внизу. Сыр удерживает яйцо столь же хорошо, как и мука, и плюс к этому делает котлеты более ароматными и вкусными. Кроме того, перед панированием следует подержать котлеты в маринаде, однако после этого необходимо промокнуть влагу *(снимок внизу слева)*. Если телятина будет влажной, и яйцо, и сыр будут плохо на ней держаться.



1 **Маринование телятины.** Ароматизируйте котлеты, подержав их около 1 ч в маринаде, например, из оливкового масла, лимонного сока и смеси свежих трав. Промокните котлеты полотенцем, чтобы они стали сухими *(вверху)*, однако не снимайте с них прилипшую зелень: ее аромат только улучшит блюдо.



2 **Панирование сыром.** Натрите сыр Пармезан в миску или тарелку, затем аккуратно обваляйте в нем котлеты с обеих сторон, чтобы они покрылись равномерным слоем панировки. Слой сыра обеспечит хорошую поверхность для обволакивания яйцом и расплавится во время жарения, помогая хлебной крошке прочно пристать к мясу.



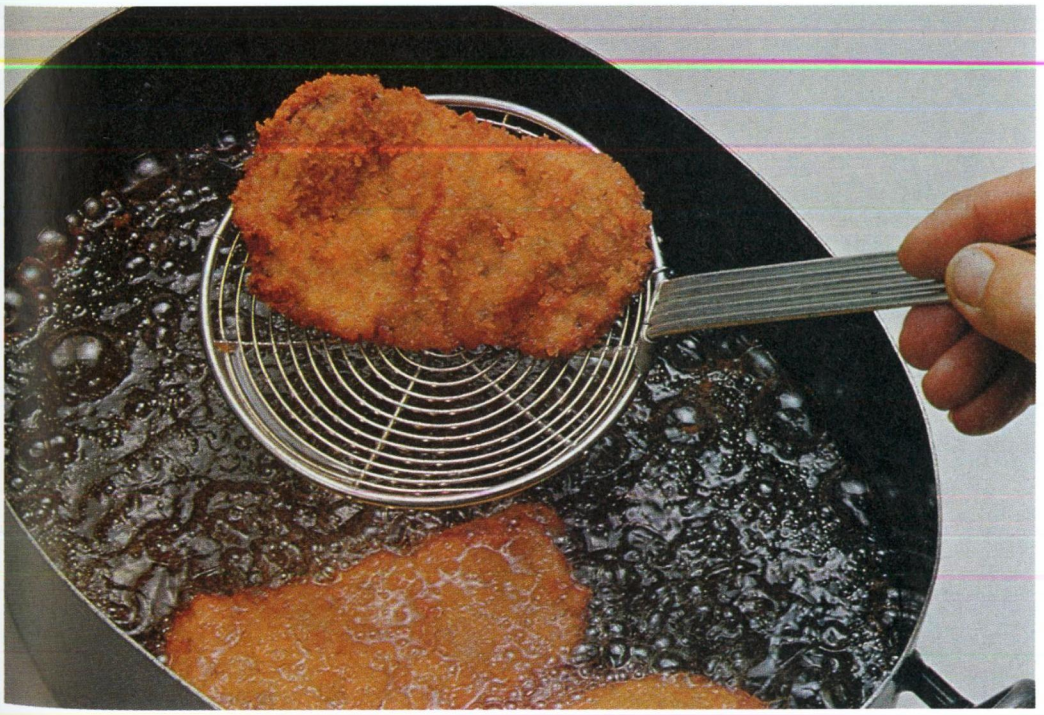
3 **Подготовка яичной смеси.** Если вы добавите немного холодной воды в яйца, это сделает панировку более податливой и предохранит ее от растрескивания во время жарения. Взбивайте яично-водную смесь вилкой до тех пор, пока желтки полностью не перемешаются с белками; чрезмерное взбивание смеси может ослабить ее сцепление с поверхностью котлет.



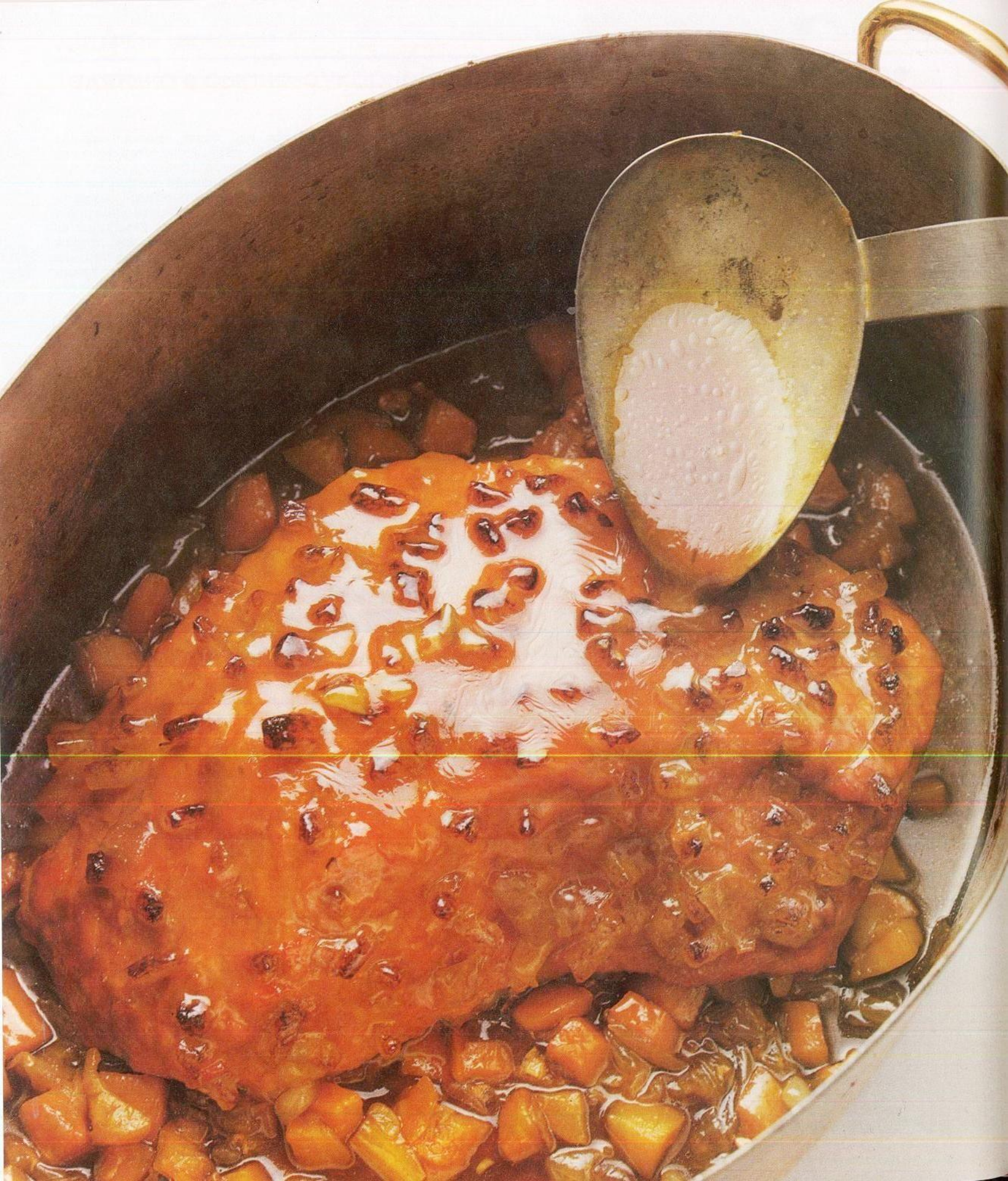
4 **Панирование хлебной крошкой.** Распределите слегка подсохшую хлебную крошку равномерным слоем на блюде или любой другой плоской поверхности. Окуните каждую котлету в яично-водную смесь и сразу же обваляйте в хлебной крошке. Подсыпьте дополнительные порции крошки на обе стороны котлет, чтобы обеспечить достаточную толщину и равномерный слой панировки.



5 **Надрезание панировки.** Вдавливая тупую кромку лезвия массивного ножа в котлету, сделайте крестообразные надрезы на панировке с обеих сторон котлет. Эти надрезы предохранят панировку от разрушения. Прежде чем начать жарить котлеты, дайте им постоять при комнатной температуре около 1 ч, чтобы панировка подсохла и получше приклеилась.



6 **Жарение котлет во фритюре.** Нагрейте в глубокой жаровне несколько сантиметров жира или растительного масла до 200 °С. (Проверяйте температуру жира опусканием в него кубика хлеба: жир должен зашипеть, а кубик через полминуты подрумяниться.) Обжаривайте котлеты в течение 3—5 мин, пока панировка обеих сторон не станет золотисто-коричневой. Вполне возможно, что вам придется обжаривать котлеты партиями, чтобы не загромождать ими жаровню. Вынимайте котлеты осторожно *(слева)* и просушивайте их на бумажных салфетках. □



4

Тушение

Насыщение ароматами во влажной среде

Разнообразие жидкостей для тушения

Как очистить соус от жира и примесей

Поливка мяса изнутри

Гарниры и начинки

Говяжий хвост без костей

Изображенное на противоположной странице блистательное фрикандо, которому любой французский аристократ XVIII века отвел бы почетное место на своем банкетном столе, является одной из разновидностей тушеного мяса, как и обычная тушеная говядина, показанная на *стр. 46*. Тушение — это общее название методов кулинарной обработки, при которых мясо очень медленно кипятят на слабом огне в жидкости и на пару в плотно закрытой посуде и которые повар может варьировать практически безгранично.

Успех тушения зависит от малозаметного и вполне прозаического процесса — постепенного насыщения экстрактивными веществами медленно кипящей жидкости. Наиболее подходящими для этого метода кулинарной обработки являются куски мяса с плотными рабочими мышцами, например, бедро, лопатка или шея. Длительный прогрев при относительно низкой температуре устраняет жесткость отруба и способствует постепенному выплавлению желатина, в результате чего мясо становится сочным, а жидкость приобретает бархатистую консистенцию. Перед тушением мясо обычно кратковременно обжаривают для получения коагулирующих мясных отложений, которые обогатят вкус, аромат, экстрактивность и цвет блюда. Затем добавляются ароматические овощи *(стр. 14)*. К концу тушения они могут быть заменены свежей партией, так как длительная термическая обработка способствует их развариванию и потере вкусовых качеств.

Количество и вид используемой жидкости имеют непосредственное влияние на качество готового блюда. Количество может изменяться от нескольких столовых ложек до линии полного погружения мяса в воду. Однако чем меньше жидкости, тем выше будет концентрация ароматических веществ, поэтому для тушения всегда выбирайте посуду, в которую можно компактно уложить ингредиенты. Желательную плотность соусу тушеного мяса придает хороший желатиновый бульон, но если основой соуса является вода или вино, его консистенцию улучшают за счет добавления в начале готовки некоторых загущающих элементов (либо мучнистых, либо желирующих) или кипячением жидкости в отдельной кастрюле.

Закончив приготовление мяса, всегда очищайте жидкость для тушения *(стр. 47 и 55)*, чтобы удалить из нее как можно больше жира, ухудшающего как вкусовые качества, так и внешний вид блюда. Очищенный соус — и самый простой, и претенциозный — воздаст должное одному из самых замечательных методов приготовления мяса.

Нашпигованная свиным салом, тушеная телятина *(стр. 60)* покрыта сверху прекрасной глазурью насыщенного каштанового цвета, которая образовалась в результате периодического поливания мяса загущенным бульоном, в котором оно тушилось несколько часов.

Основы метода

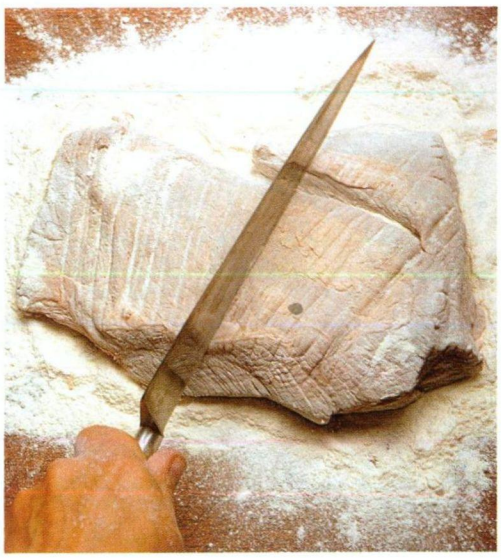
Процесс приготовления обычного тушеного мяса протекает в две стадии. Сначала мясо подрумянивают в жире, а затем медленно кипятят в жидкости, чтобы оно стало мягким и отдало часть своих ароматических веществ питательному соусу. Добавление еще нескольких шагов в приготовлении мяса и заключительная кулинарная обработка соуса позволят вам получить вкуснейшее блюдо, которое оценят по достоинству даже самые закоренелые скептики.

Говядина по-швейцарски *(рецепт на стр. 110)* является типичным примером несложного приготовления тушеного мяса. Дополнительные шаги — это мука, вбиваемая в поверхность мяса (на снимке — в кусок лопаточной части туши) перед подрумяниваем, и овощи, используемые для ароматизации соуса. Пока мясо кипит на медленном огне для размягчения, жидкость превращается в соус, с поверхности которого перед подачей на стол необходимо снять слой жира.

Обваливание в муке создает на мясе равномерную панировку, которая превратится в корочку во время предварительного обжаривания; а вбивание муки, как в этом примере, позволяет получить более толстый слой панировки. Подрумяненная мучная корочка улучшает и цвет, и вкус блюда, а после того как разойдется в жидкости для тушения, загущает соус до нужной консистенции, приобретаемой одновременно с готовностью мяса.

Любое тушеное мясо выигрывает от добавления в него ароматических овощей. В предложенном здесь варианте приготовления говядины по-швейцарски использованы репчатый лук, морковь и сельдерей, нарезанные маленькими кубиками *(стр. 14)*. Однако вы можете выбирать овощи по своему вкусу и добавлять любые нравящиеся вам свежие или сушеные душистые травы. Простой и одновременно очень ценной добавкой являются свежие или консервированные помидоры. Вместе с небольшим количеством воды они обеспечивают тот объем жидкости, который необходим для тушения мяса.

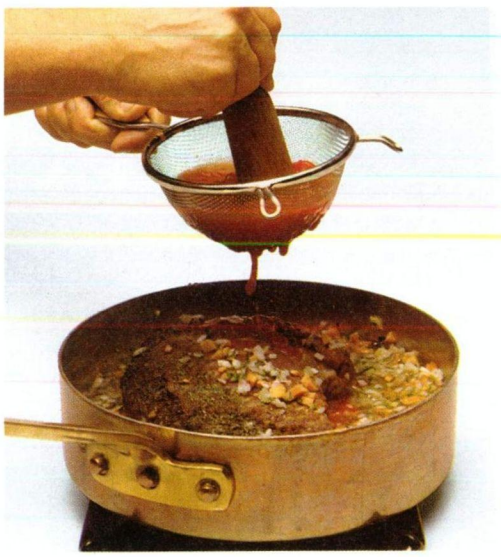
Во время приготовления любого тушеного мяса весьма важно накрывать сковороду или кастрюлю крышкой и кипятить его на очень медленном огне — на плите или в духовке. Приготовленное на медленном огне, тушеное мясо получается очень мягким, пропитанным насыщенным ароматом сопутствующих овощей и сдобренным полностью готовым питательным соусом.



1 **Вбивание муки.** Срежьте с мяса весь жир и наружные пленки. Посыпьте разделочную доску приправленной специями мукой и обильно натрите ей мясо. Вбивайте муку в мясо тупым ребром большого ножа *(вверху)* или ребром тяжелой тарелки. Периодически переворачивая мясо, продолжайте вбивание муки до тех пор, пока она не покроет его плотным слоем.



2 **Укладка ингредиентов.** Разогрейте немного растительного масла в сотейнике, чуть большем по размеру, чем ваш кусок мяса. Подрумянивайте обе стороны запанированного мукой мяса на среднем огне около 30 мин. Добавьте нарезанные овощи, петрушку и смешанные травы. Влейте достаточное количество воды *(вверху)*, чтобы она покрывала мясо с боков.



3 **Протирание помидоров.** Слейте из консервированных помидоров примерно половину их сока. Затем, держа над сотейником проволочное сито, положите в него помидоры и протрите их пестиком или большой ложкой. Накройте сотейник крышкой и регулируйте огонь, пока жидкость не начнет потихоньку кипеть.



4 **Приготовление и сервировка.** Мясо готовьте примерно 2 ч, перевернув его один или два раза. Когда кусок можно будет легко проколоть кончиком острого ножа, выложите его на теплое блюдо. Тщательно удалите жир с поверхности жидкости для тушения *(вставка на противоположной странице)*. Нарежьте мясо ломтиками и полейте сверху непроцеженным соусом. □

Четыре способа удаления жира

Во время тушения жир играет важную роль. Внутренний жир — либо составная часть мяса, либо полоска сала *(стр. 52)* — улучшает вкус и помогает мясу сохранять влагу в течение всего срока тушения.

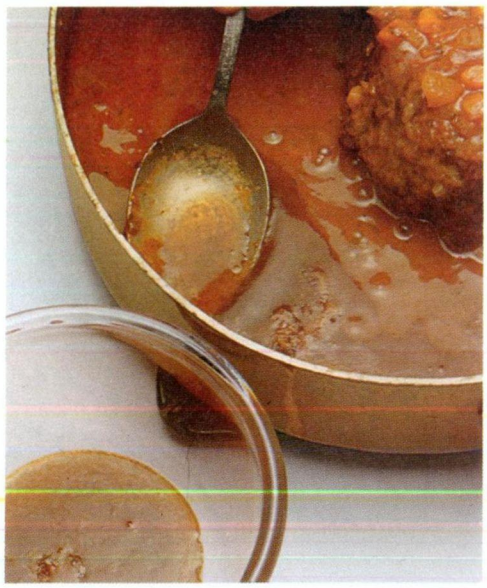
Дополнительный жир часто используют для того, чтобы защитить мясо и овощи от пригорания к сковороде во время их предварительного обжаривания. После завершения процесса тушения мяса жидкий жир, который легче воды или бульона, плавает на поверхности соков. Удаление жира необходимо для улучшения вкуса, чистоты и перевариваемости соуса.

Количество жира, которое необходимо удалять, зависит от самого мяса и от ингредиентов, используемых во время тушения. Простое, нешпигованное тушеное мясо, такое, как говядина по-швейцарски *(стр. 46)* или говяжий карбонад *(стр. 48)*, производит сравнительно мало жира, особенно в том случае, если вы тщательно зачистите его перед приготовлением. Мясо же, шпигованное салом, такое, как говядина по-провансальски *(стр. 58)*, создаст на поверхности соуса толстый слой жира.

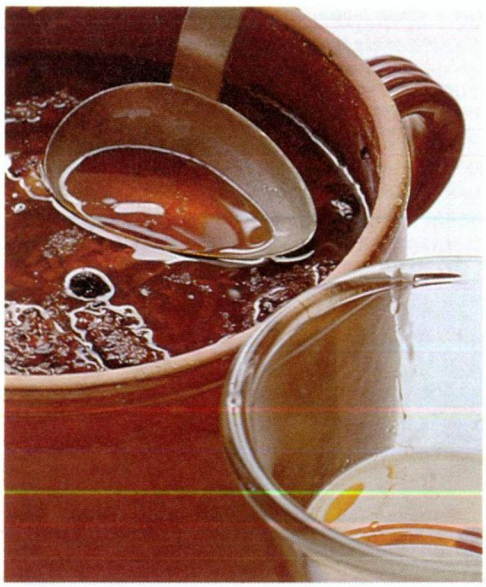
Пока жидкость для тушения не остыла, вы можете собирать жир с ее поверхности любой подходящей емкостью, например, ложкой или ковшиком *(снимки справа вверху)*. Однако делайте это осторожно, чтобы избежать повторного перемешивания плавающего жира с мясными соками, находящимися внизу. Собранный жир можно выбросить.

Если после снятия жира на поверхности соуса останутся его частицы, которые невозможно зачерпнуть ложкой, вы можете удалить их промоканием сложенной в несколько слоев бумажной салфеткой *(снимок справа)*, повторяя процесс столько раз, сколько необходимо.

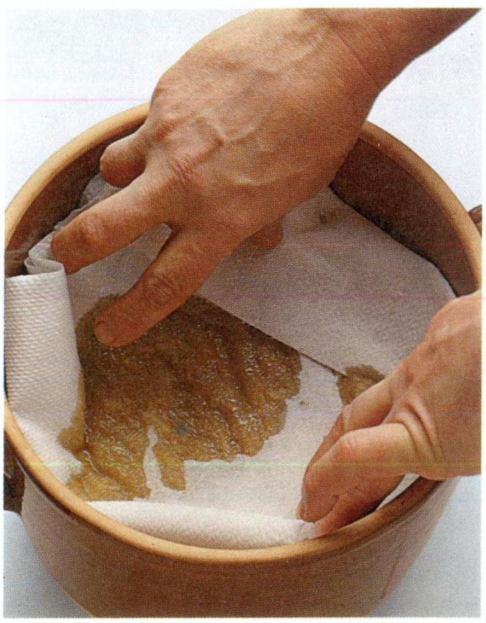
Если время позволяет, возможен и более простой способ удаления жира из соуса — поставить его на ночь остывать. Когда жидкость охладится, жир застынет на поверхности, и, после того как он затвердеет, вы сможете снять его без особого труда *(снимок справа внизу)*. Однако, возможно, вы обнаружите, что небольшое количество жира по-прежнему выплавляется из мяса и появляется на поверхности во время разогревания блюда; в этом случае удаляйте жир ложкой или бумажными салфетками.



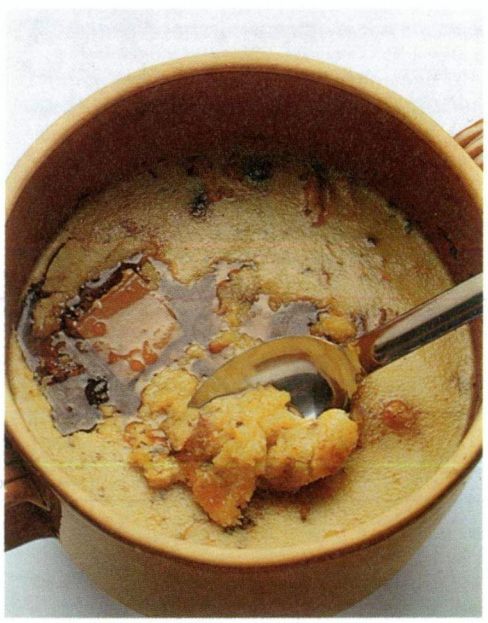
Удаление жира ложкой. Слегка надавите выпуклой стороной столовой ложки на поверхность жидкости для тушения. Наклоните ложку так, чтобы жир стекал в нее сам, не захватывая с собой мясные соки. Сливайте жир в поставленную рядом миску. Повторяйте это до тех пор, пока весь жир не будет удален.



Удаление толстого слоя жира ковшиком. Для удаления более толстого слоя жира используйте емкость побольше, например ковшик *(вверху)*. Наклоните кромку ковшика вниз и вдавите ее в поверхность жидкости для тушения так, чтобы жир сам стекал в ковшик. Собранный жир вылейте в миску. Повторите этот процесс столько раз, сколько необходимо.



Промокание жира. Сложите бумажную салфетку в несколько слоев: один слой во влажном состоянии непрочен. Приложите на короткое время сложенную салфетку к поверхности жидкости так, чтобы она впитала слой жира. Как только салфетка пропитается жиром, сразу же поднимите ее вверх. Повторяйте процесс до тех пор, пока это будет необходимо, используя каждый раз свежую салфетку.



Снятие затвердевшего жира. Подрежьте боковой кромкой металлической ложки нижнюю поверхность слоя твердого жира, затем осторожно поднимите ложку вверх и удалите собранный жир с поверхности соуса. Повторяйте это столько раз, сколько необходимо.

Отложения на сковороде для обогащения соуса

Когда куски мяса подрумянятся в жире перед тушением, коагулировавшие соки и частицы мяса, прилипшие ко дну и бокам сковороды, могут стать основой питательной жидкости для тушения. Процесс деглазирования, соединяющий эти соки и частицы в жидкость для тушения по вашему выбору *(вставка на противоположной странице)*, протекает точно так же, как и при жарении мяса на сковороде *(стр. 34)*. Однако в тушении деглазирование является предварительным этапом перед основной термической обработкой, поэтому вместо немедленного загущения деглазирующей жидкости для получения соуса к готовому мясу вы должны использовать ее в качестве среды, в которой будете тушить мясо до размягчения.

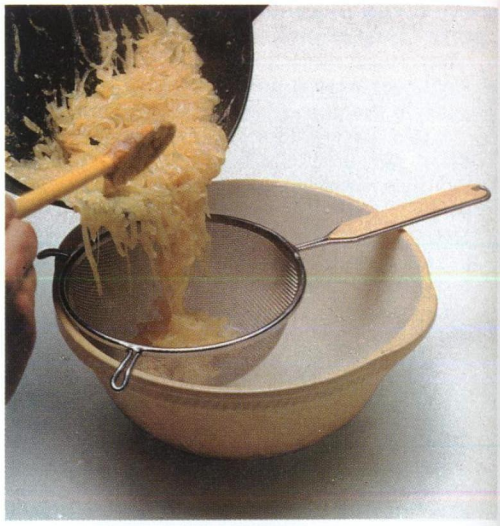
В демонстрируемом на этих страницах карбонаде — говядине, тушенной с репчатым луком *(рецепт на стр. 112)*, свой вклад в отложения на сковороде, которые впоследствии будут деглазированы, сначала вносит нарезанный колечками репчатый лук, а затем — ломтики мяса. Растительное масло или жир, в котором обжаривался репчатый лук, сливают и снова используют для обжаривания говядины; по мере ее приготовления масло приобретает все более насыщенный аромат и цвет. Сахар репчатого лука естественным путем карамелизуется, что придает блюду сладковатый вкус; в демонстрируемом примере он усиливается добавлением небольшого количества коричневого сахара для лучшей карамелизации репчатого лука.

Не посыпайте мясо мукой перед подрумариванием; отложения на сковороде образуются в достаточном количестве (и имеют более высокое качество) и без муки. Однако, если консистенцию жидкости для тушения вы хотите сделать более плотной, смешайте немного муки с мясными соками уже после того, как мясо будет обжарено.

В бельгийской версии карбонада традиционной жидкостью для тушения является пиво (с добавкой небольшого количества бульона). Любой тип пива хорош, но все же именно темное пиво, такое, как стаут или портер, придает тушеному мясу и соусу характерный насыщенный цвет и вкус. Выдохшееся пиво подходит столь же хорошо, как свежее. Легкая горчинка пива сбалансирует (без подавления) сладость большого количества репчатого лука, формируя единство вкусовых качеств.

Единственной операцией, которую вам придется проделать с мясом, не считая разрезания его на ломтики,— это зачистить получше жир, чтобы потом не особенно затруднять себя его удалением из соуса.

1 **Подрумянивание репчатого лука.** Используя большую тяжелую сковороду и минимум растительного масла, обжаривайте на слабом огне нарезанный колечками лук до тех пор, пока он не приобретет насыщенный карамельный цвет. Этот процесс может занять у вас до часа времени, но более быстрое обжаривание на сильном огне приведет к обугливанию части лука. Откиньте содержимое сковороды на сито, и пусть масло, в котором жарился лук, стечет в отдельную миску *(справа)*.

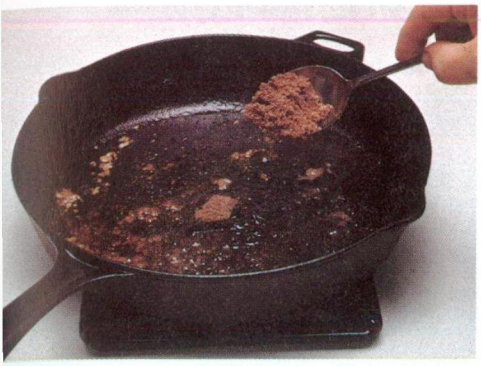




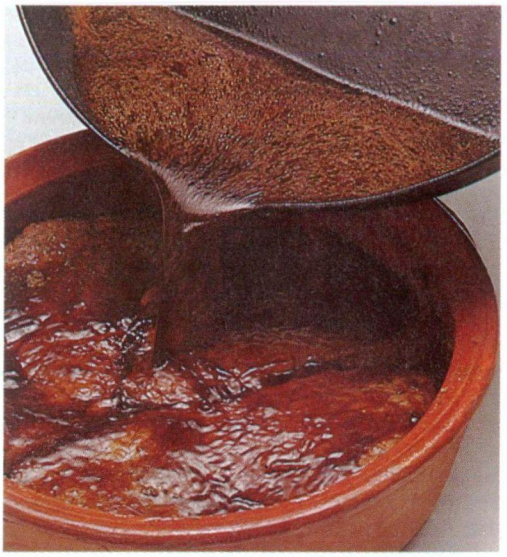
2 **Подрумянивание говядины.** Вылейте стекшее с лука масло в сковороду, добавив при необходимости немного свежего. Посолите ломтики мяса, несколько штук за один раз, и быстро подрумяньте их с обеих сторон. Как только ломтики будут готовы, переложите их в сито для стекания и сохранения растительного масла и мясных соков. Добавляйте стекшее обогащенное масло в сковороду, когда будете подрумянивать остальную говядину.



3 **Укладка ингредиентов.** Уложите слоями лук и мясо в толстостенную кастрюлю для смешения их ароматов. Начните с говядины и покрывайте каждый слой мяса репчатым луком, добавляя в него лавровый лист и посыпая смесью трав.



4 Карамелизация и деглазирование. Добавьте коричневый сахар в сковороду *(вставка в левом верхнем углу)* и размешивайте его на слабом огне до полной карамелизации. Добавьте теперь немного муки для загущения и размешивайте до тех пор, пока смесь не станет однородной. Увеличьте огонь, медленно влейте пиво (чтобы пена не полилась через край) и соскребите загущенные отложения с рабочей поверхности сковороды.



5 Заливка мяса жидкостью для тушения. Вмешайте немного бульона в пивную смесь. Доведите жидкость до кипения и влейте ее в кастрюлю с говядиной и репчатым луком *(вверху)*. При необходимости добавляйте жидкость (пиво, бульон или воду) до тех пор, пока она полностью не покроет мясо. Накройте кастрюлю крышкой и готовьте в духовке на слабом огне около 3 часов. Перед подачей блюда на стол удалите жир *(стр. 47)*. □

Выбор жидкости для тушения

Наличие жидкости обязательно для тушения: она контактирует с мясом и заполняет паром верхнюю часть посуды, чтобы обеспечить влажное тепло выступающим частям кушанья.

Для этой цели вполне подойдет и простая вода, однако жидкость для тушения, обладающая характерным вкусом, консистенцией или цветом, обогатит конечный продукт и расширит возможности создания новых блюд на основе базовых видов тушеного мяса. Одни жидкости для тушения больше подходят к белому мясу, другие — к темному. Бульон из телятины *(стр. 12)* — прозрачный и вместе с тем обладающий насыщенным вкусом и консистенцией — обогащает любое мясо и великолепно подходит для тушения и говядины, и телятины. Его присутствие преображает даже самое простое тушеное мясо, а некоторые блюда, как, например, глазированное фрикандо, показанное на стр. 60, готовятся только в таком бульоне.

Одним из особенно полезных увлажняющих компонентов являются помидоры, которые не только благоприятствуют созданию влажной среды, но к тому же прекрасно дополняют вкус говядины и телятины, а их мякоть способствует загущению жидкости для тушения *(стр. 50)*.

Спиртосодержащие жидкости (часто используемые в комбинации с бульоном) также придают индивидуальность тушеному мясу, хотя сам спирт во время приготовления мяса испаряется, оставляя экстрактивные вещества для ароматизации блюда. Хорошее красное вино создает симпатичную среду для тушения говядины; свидетельством этому являются многие классические блюда французской сельской кухни, такие, как говядина по-бургундски *(рецепт на стр. 103)*. Сухие белые вина традиционно сочетаются с изысканным вкусом и цветом телятины. Тем не менее белое вино может быть использовано с говядиной, а красное, наоборот,— с телятиной; это обеспечивает получение различных и вместе с тем одинаково прекрасных результатов.

Вино всегда необходимо подвергать основательной термической обработке для удаления его спиртовой составляющей. Только тогда оно подойдет для тушения. Кипя часами на медленном огне вместе с мясом, вино передаст ему весь свой аромат. Поэтому деньги, потраченные на хорошее вино, являются весьма выгодной инвестицией.

Оссо буко: использование преимуществ отруба с косточкой

Тушение может улучшить качество волокнистых и слишком жестких отрубов недорогой телятины: длительная термическая обработка на слабом огне размягчает сухожилия и хрящи, выплавляя из них желатин в жидкость для тушения, которая превращается в превосходный густой соус. Все отрубы бедра, шеи и лопатки прекрасно подходят для тушения *(рецепты на стр. 148—159)*. Тем не менее голяшка, распиленная на куски поперек волокон, имеет преимущество: полость ее кости заполнена нежным и питательным костным мозгом. Когда мясо будет готово, вы сможете извлечь мозг и есть его маленькой вилочкой или ложечкой. В рульке (передней ноге) костного мозга немного, а в голяшке (задней ноге) — существенно больше. Добротную порцию костного мозга в каждом куске мяса можно получить, если распилить купленные голяшки поперечными слоями толщиной 5 см каждый.

Как и в большинстве других случаев тушения, приготовление голяшки начинается с предварительного обжаривания ее в жире или растительном масле. Не забудьте только перед обжариванием срезать тонкую пленку, окружающую каждый кусок мяса; в противном случае от соприкосновения с горячей поверхностью сковородки эта пленка может стянуться и деформировать кусок. Как только мясо подрумянится, до проведения деглазирования сковороды *(стр. 34)* небольшим количеством вина, вы можете добавить измельченные ароматические овощи, такие, как репчатый лук, морковь, сельдерей и чеснок. В качестве жидкости для тушения подойдет бульон и даже вода. Однако показанное на снимках справа знаменитое североитальянское творение, известное под названием *оссо буко* («полая кость»), готовится в бульоне, основу которого составляют помидоры. Залитые сверху бульона, в котором тушится мясо, помидоры постепенно превращают его в довольно густой соус. Лучше всего использовать свежие помидоры, однако, когда в продаже нет ничего, кроме безвкусных парниковых овощей, вы можете заменить их консервированными итальянскими фиолетовыми помидорами, слив предварительно из них всю жидкость. И в том, и в другом случае вам следует посыпать помидоры небольшим количеством сахарного песка, который компенсирует кислоту помидоров.

Для превращения тушеного мяса в настоящее *оссо буко по-милански (рецепты на стр. 148—149)*, посыпайте его перед подачей *гремолатой* (способ приготовления см. на противоположной странице); этот заключительный штрих превратит стандартное блюдо в незабываемое.



1 **Подрумянивание телятины.** Разогрейте в большой тяжелой сковороде растительное масло или жир в количестве, полностью покрывающем дно. Обжарьте куски телятины на умеренном огне, переворачивая их для равномерного подрумянивания с обеих сторон. При переворачивании держите куски вертикально, чтобы предупредить выпадение костного мозга. Убавьте огонь и вмешайте мелко нарезанные ароматические овощи (репчатый лук, морковь, сельдерей, чеснок и петрушку).



2 **Деглазирование сковороды.** Когда ароматические овощи размягчатся и подрумянятся, добавьте немного белого вина и соскребите мясные отложения со дна сковороды деревянной лопаточкой *(вверху)*. Продолжайте деглазирование до тех пор, пока вино почти полностью не испарится.



3 **Добавление помидоров.** Очистите от кожицы и семян 2—3 больших помидора, нарежьте их кусочками и потушите на слабом огне 5—6 мин. Когда помидоры размягчатся и начнут превращаться в сок, добавьте бульон из телятины или воду, чтобы куски мяса были полностью покрыты жидкостью. Затем накройте сковороду крышкой и тушите при слабом кипении около 1,5 ч, пока телятина не станет мягкой и не начнет отделяться от костей.



4 **Заключительный этап приготовления блюда.** Когда телятина будет готова, удалите жир с поверхности соуса *(стр. 47)*, приготовьте гремолату *(противоположная страница)* и посыпьте ей куски телятины. Прежде чем подавать мясо на стол, накройте сковороду крышкой еще на минуту или две: тепло в сковороде высвободит весь аромат гарнира. □

Сложные гарниры к тушеному мясу

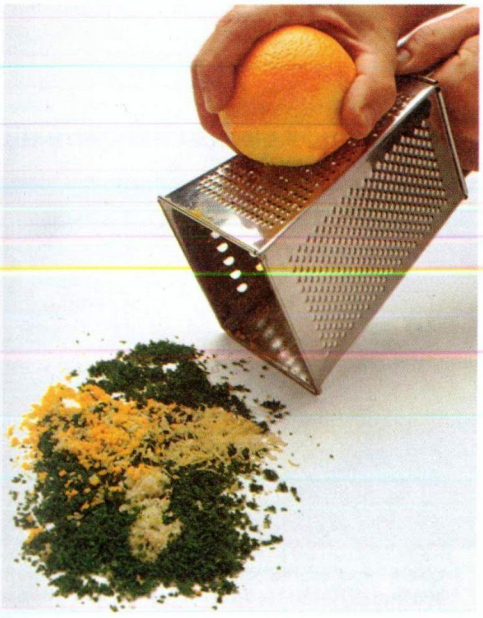
Тушение в большей степени, чем многие другие методы приготовления говядины и телятины, предоставляет возможность использовать гарнир в качестве одной из составных частей готового блюда. Конечно, тушеное мясо часто подают и с простым гарниром: например, говядина по-провансальски традиционно подается с макаронами *(стр. 59)*, а к фрикандо из телятины *(стр. 60)* особенно хорошо подходит тушеный щавель. Однако, включая гарнир в состав тушеного мяса, вы можете значительно обогатить вкусовые качества этого блюда.

Прекрасным примером является *гремолата*, посыпанная сверху на куски готовой тушеной телячьей ножки *(предыдущая страница)*. Этот гарнир — сама простота: ароматная комбинация нарезанной петрушки, чеснока и тертой апельсиновой и лимонной цедры *(снимок внизу слева)*. Когда смесь входит в контакт с теплом тушеного мяса, ее запахи сразу же пропитывают блюдо, придавая телятине и помидорам остроту и пикантность. Смесь нарезанного чеснока и петрушки — *пер-силаде* — сама по себе может практически в той же степени улучшить вкус тушеного мяса.

Из овощей можно приготовить разнообразнейшие гарниры. Делая выбор, полагайтесь на свое чутье и опыт, которые должны подсказать вам, какие овощи для каждого мяса лучше всего подойдут. Например, практически с каждым блюдом хорошо будет сочетаться гарнир из репчатого лука и моркови, которые столь же часто используются в качестве ароматической поддержки *(стр. 14)*. Овощной гарнир освежит ароматы, внесенные овощами, которые тушились с мясом в течение нескольких часов. Классической тушеной говядине, такой, как *говядина а ля мод (стр. 54—56)*, особый вкус придает репа. Менее интенсивный запах фенхеля или донышек артишока лучше подходит к телятине.

Если овощи для тушения вы решили готовить отдельно от мяса, в зависимости от вида овощей можно выбирать определенный способ приготовления. Перед добавлением гарнира из корнеплодов очистите их от кожицы, нарежьте кусочками, слегка отварите, слейте и потушите в сливочном масле *(снимок внизу в центре)*. Добавляйте овощи в тушеное мясо за 15 мин до окончания тушения, чтобы они приобрели аромат блюда без потери своих индивидуальных вкусовых качеств. Нежные овощи, такие, как зеленый горошек или молодая фасоль, следует бланшировать в слегка подсоленной кипящей воде, заправлять сливочным маслом и добавлять в тушеное мясо в последнюю минуту: погружение в посуду с тушеным мясом даже на непродолжительное время приведет к их обесцвечиванию и потере свежести. Грибы перед добавлением необходимо немного потушить в сливочном масле *(снимок внизу справа)*.

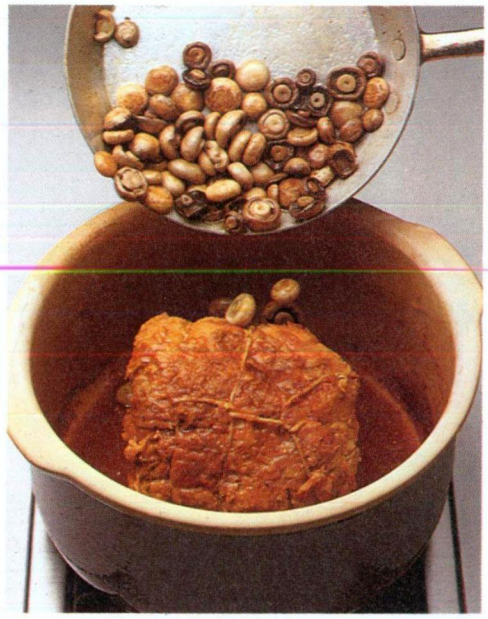
Для получения хрустящего гарнира обжаривайте маленькие кубики хлеба в сливочном масле до тех пор, пока они не подрумянятся. Высыпайте получившиеся крутоны на тушеное мясо в последнюю минуту, чтобы они не успели впитать в себя соус и потерять из-за этого воздушность.



Приготовление гремолаты. Нарежьте помельче чеснок и петрушку. Натрите в эту смесь цедру лимона, следя за тем, чтобы вместе с ней в смесь не попала горькая белая мякоть корки. Затем добавьте по вкусу немного тертой апельсиновой цедры *(вверху)*.



Предварительное приготовление корнеплодов. Отварите в слегка подсоленной воде небольшие головки репчатого лука в течение 7—8 мин вместе с морковью или репой, нарезанными маленькими кусочками для равномерного проваривания. Слейте воду и обжаривайте овощи в сливочном масле на слабом огне 10 мин *(вверху)*. Если в кастрюле с мясом места для овощей недостаточно, поварите их на медленном огне в небольшом количестве жидкости для тушения, пока они не станут совсем мягкими.



Обжаривание грибов для гарнира. Оставьте маленькие грибы целыми, а остальные, в зависимости от размера, разрежьте на две или четыре части или нарежьте ломтиками. Обжаривайте грибы на сковороде в сливочном масле на среднем огне до тех пор, пока их влага не испарится. Добавляйте грибы прямо в тушеное мясо — в данном примере в телятину в горшочке *(стр. 61)* — за 15 мин до окончания тушения.

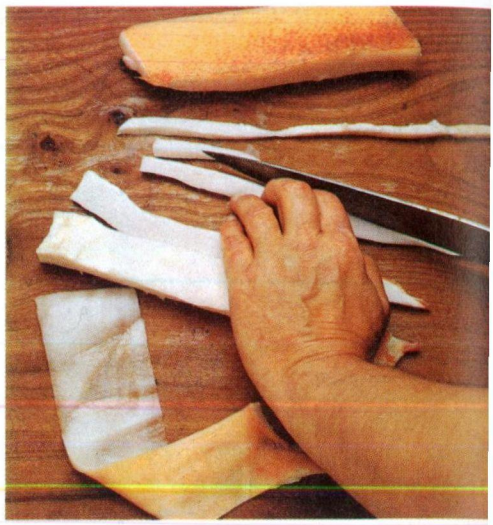
Три способа «поливки» постного мяса изнутри

Говяжьи и телячьи отрубы, обычно используемые для тушения, как правило, имеют гораздо больше вкусовых качеств, чем внутреннего жира, который столь важен для предохранения мяса от пересыхания во время приготовления. Одним из способов сохранения и даже увеличения сочности мяса является введение жира в его внутренние ткани. Это можно сделать довольно легко, применяя шпигование — процесс, который дает возможность использовать все достоинства менее дорогих, постных отрубов, таких, как рулька *(снимки на противоположной странице)*.

Процесс шпигования заключается в протаскивании полосок свежего свиного сала через сырое мясо при помощи ножа или одного из специальных приспособлений, показанных на этом развороте. Во время тушения сало постепенно расплавляется, пропитывая мясо жиром изнутри. А так как расплавленный жир поднимается на поверхность жидкости для тушения, он может быть потом удален *(стр. 47)*. Остатки сала сделают также более привлекательным внешний вид мяса после его нарезки, создавая мозаичную картину на боковой поверхности ломтиков.

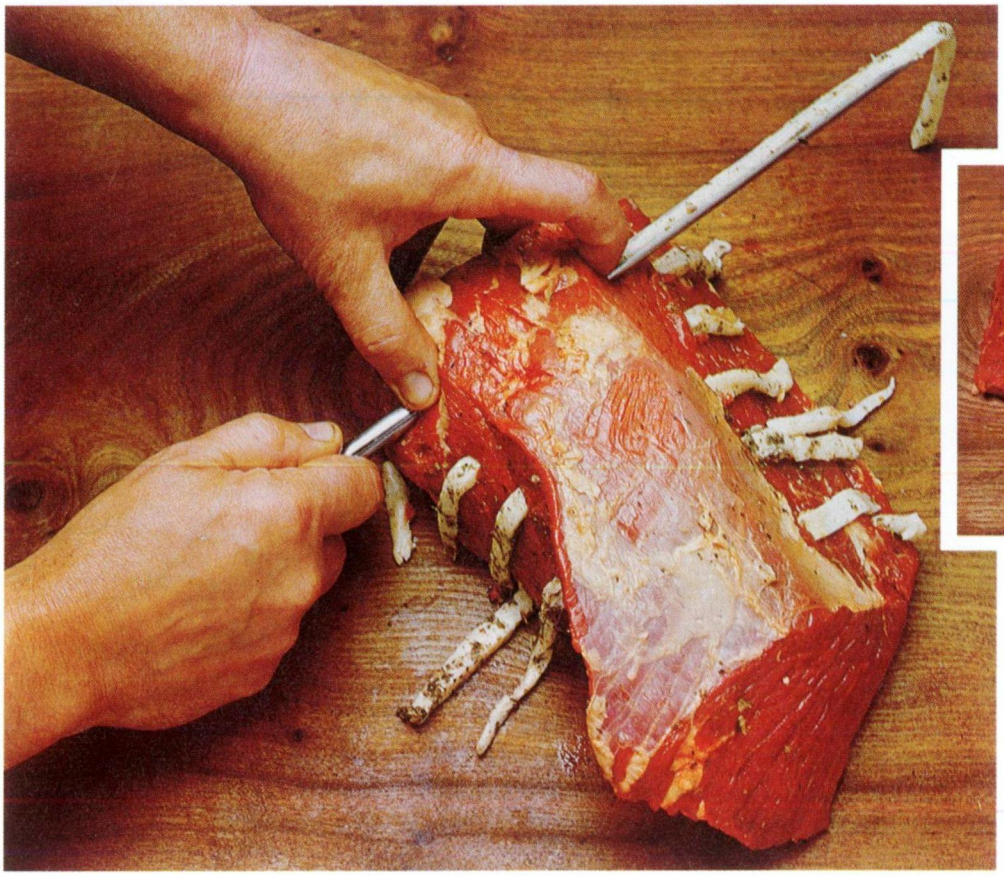
Для шпигования используйте плотное белое сало свиной грудинки, пашины или корейки, нарезая его одинаковыми полосками шириной и толщиной около 5 мм *(справа)*. Добавляйте примерно 100 г сала на 1 кг мяса.

Если вы приправите полоски сала специями, их аромат будет «доставлен» прямо в «сердце» куска мяса. Полоски сала можно предварительно мариновать в ароматической смеси трав и вина или обваливать в свежих или сушеных измельченных травах. Продевайте полоски сала вдоль волокон мяса, а не поперек. Если вы шпигуете большой кусок мяса, располагайте полоски симметричным узором; это придаст дополнительную оригинальность внешнему виду готового блюда, как, впрочем, и при равномерном распределении полосок в мясе.



Нарезание полосок сала. Срежьте кожу с куска свиного сала, затем нарежьте его полосками толщиной и шириной по 5 мм. Процесс нарезания полосок существенно облегчится, если вы сначала хорошо охладите сало в холодильнике, чтобы оно стало более плотным.

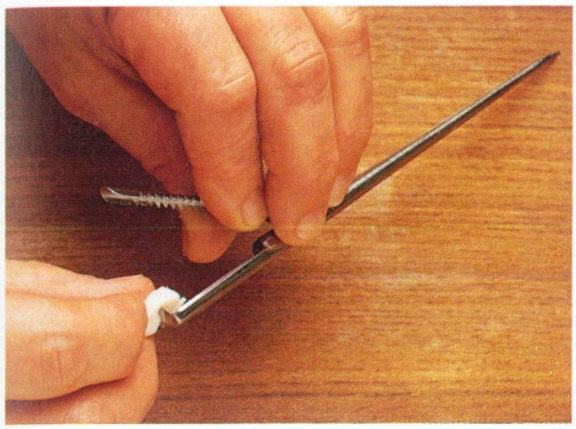
Шпигование большого куска мяса

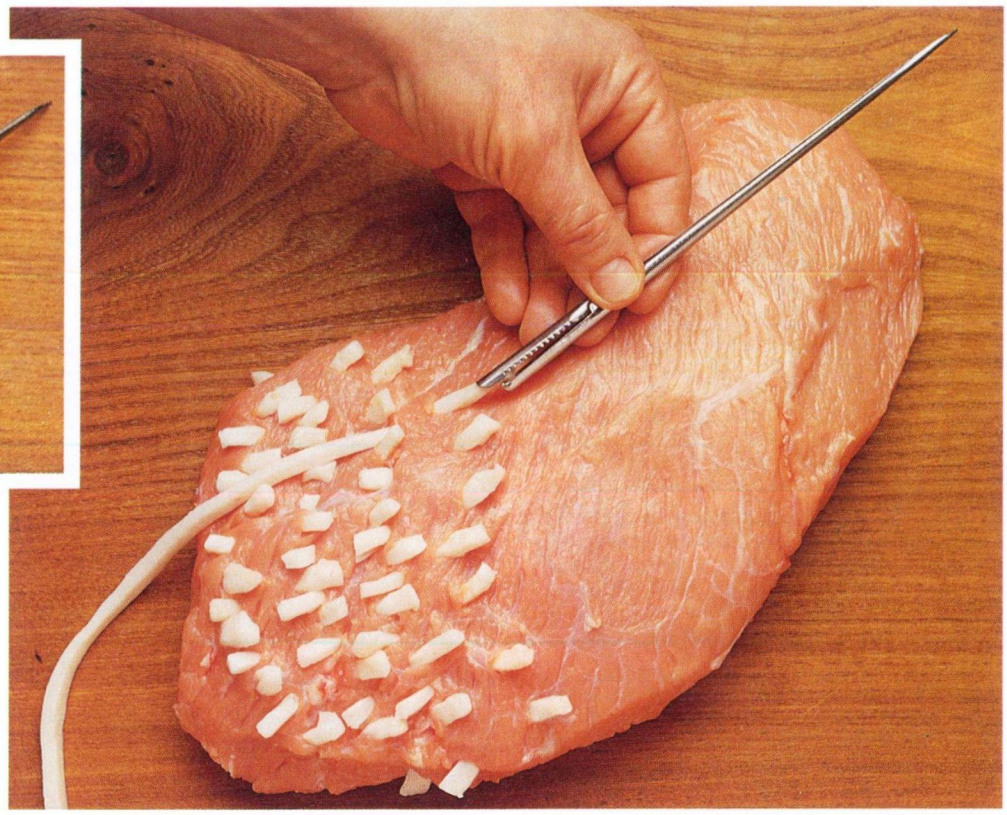




Глубокое шпигование. Используйте шпигователь — стержень с U-образной канавкой вдоль верхней кромки. Проткните острием мясо (на снимке — говяжий ссек) насквозь вдоль волокон и просуньте стержень подальше вперед. Вложите полоску сала, как показано на снимке слева, в канавку шпигователя. Вытягивайте шпигователь назад до тех пор, пока полоска не заполнит отверстие, проделанное его острием. Вытащите шпигователь, оставив полоску сала внутри мяса. Повторяйте через равномерные интервалы. Обрежьте концы полосок на расстоянии 2,5 см от мяса *(вверху)*.

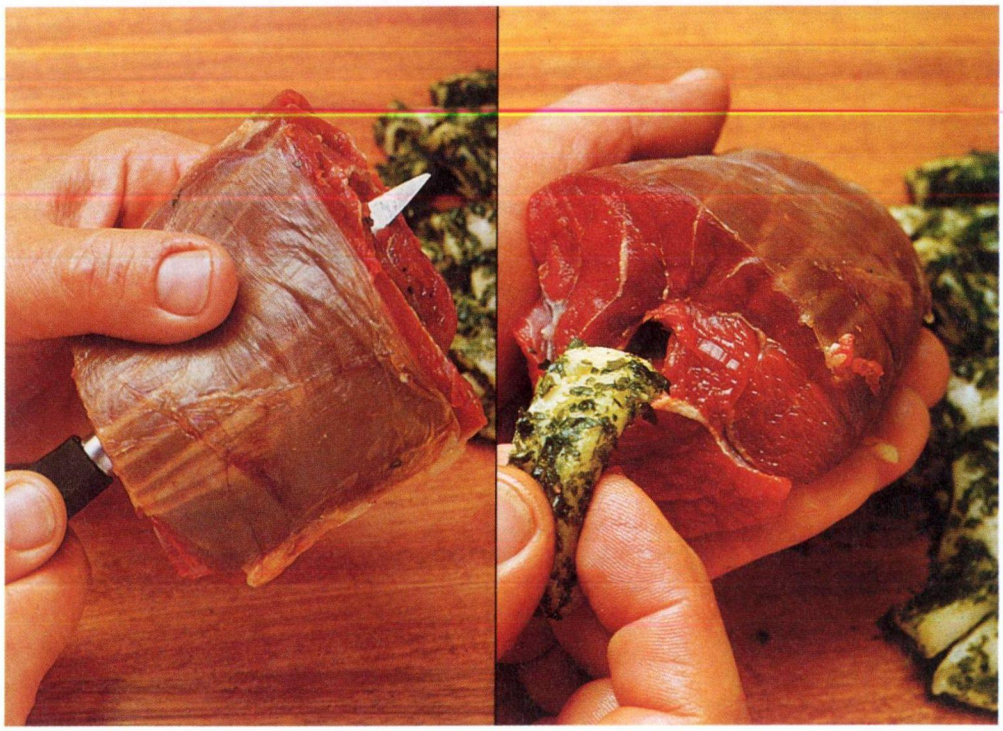
Шпигование поверхностного слоя





«Вышивание» салом. Используя иглу для шпигования с шарнирным фиксатором, закройте зубчатый зажим ушка так, чтобы крепко защемить конец полоски сала *(вверху)*. Проткните острием иглы поверхность мяса (на снимке — телячий ссек). Протащите полоску сала сквозь мясо на длину одного стежка *(справа)*. Откройте зажим и отрежьте излишек сала, оставляя короткую часть полоски в мясе. Зарядите снова иглу и делайте один стежок за один прием — четкими рядами.

Шпигование маленького куска



Вставка ароматизированных полосок сала. Кончиком небольшого острого ножа *(справа)* проколите середину каждого куска мяса (в этом примере — говяжья рулька). Пальцами протолкните короткую полоску сала в отверстие *(дальний снимок справа)*. В этом случае полоски предварительно обваляны в смеси из нарезанной свежей петрушки и чеснока *(на заднем плане)*. После шпигования в каждом куске говядины должна быть собственная порция ароматного сала.

Говядина а ля мод: один из грандов тушеного мяса

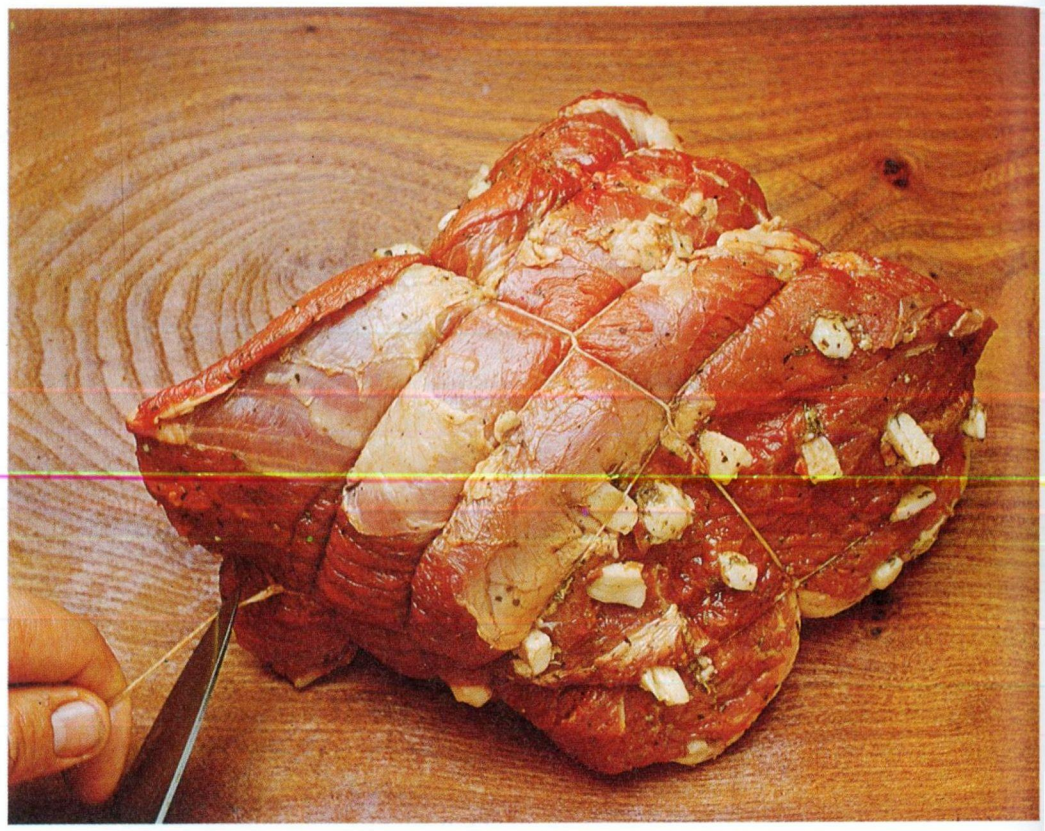
Если мясо тушить крупным куском, оно получается столь же вкусным и аппетитным, как и в случае приготовления его в разделанном виде. А если этот кусок тушить со свиной кожей и/или телячьими или свиными ножками, которые постепенно передают свой желатин в жидкость для тушения, мясо может быть подано на стол и горячим, и холодным в своем собственном желированном соусе. Классическим примером такого тушеного мяса является говядина *а ля мод*, изображенная на снимке справа. Этот несомненный фаворит французской семейной кухни имеет почти столько же вариантов приготовления, сколько существует поваров *(рецепты на стр. 118—119)*, но в общем смысле словосочетание *а ля мод* подразумевает шпигованную салом говядину, приготовленную с вином и морковью.

Нашпигуйте салом постный кусок говядины, такой, как этот ссек *(инструкция на стр. 52)*, для подпитывания его изнутри жиром в течение длительного периода приготовления. Обвязывание удерживает полоски сала на месте и обеспечивает компактность формы мяса, что важно для его равномерного приготовления.

Маринование в вине помогает сделать мясо более мягким и плюс к этому вино становится основой жидкости для тушения, ароматизированной травами. Красное вино является традиционным дополнением к говядине из-за букета ароматов и насыщенного цвета; однако сухое белое вино, используемое в этом примере, также хорошо подходит для маринада благодаря своей кислинке; кроме того, с ним хорошо получается изысканное янтарное желе для подачи говядины в холодном виде.

Говядину *а ля мод* можно готовить без предварительного обжаривания, а ароматические овощи для соуса вместо размягчения в жире могут запекаться в горячей духовке под крышкой в течение примерно получаса без какого-либо добавления жира или влаги, пока не начнут карамелизоваться на кромках. Их аромат будет более натуральным и одновременно уменьшится количество лишнего жира.

Прекрасной особенностью говядины *а ля мод* является то, что ее остатки (или, по желанию, все тушеное мясо) могут быть залиты в желе *(вставка на стр. 56)*, в результате чего, поработав один раз, вы получите два изумительных по вкусу блюда. Однако приготовление прозрачной желированной жидкости для заливки холодной говядины потребует от вас немного дополнительных усилий: вы должны будете провести скрупулезную очистку жидкости для тушения.



1 **Обвязывание.** После шпигования говядины длинными полосками свиного сала (как это показано на *стр. 52*) придайте ей компактную форму. Используя кусок кулинарного шпагата длиной около 1 м, обвяжите мясо потуже, как если бы вы обвязывали посылку. Завяжите концы шпагата двойным узлом и обрежьте излишки.



2 **Маринование мяса.** Смешайте в миске сухие ингредиенты маринада (в этом примере — репчатый лук, сельдерей, лавровый лист, петрушка, чеснок и душистые травы) с оливковым маслом. Добавьте мясо, покройте его получившейся смесью и залейте белым вином. Маринуйте несколько часов при комнатной температуре или в течение ночи в холодильнике.



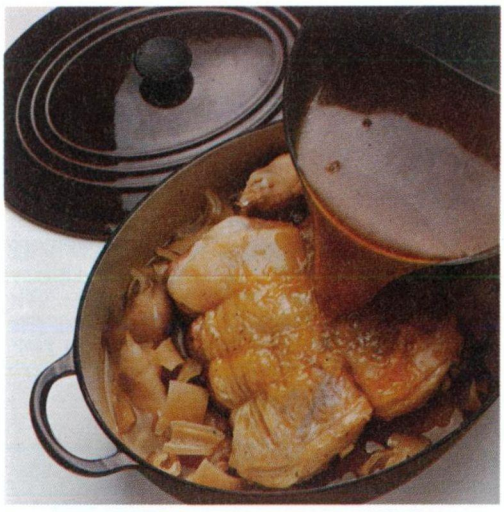
3 **Приготовление желирующих элементов.** Нарежьте свиную кожу квадратиками со стороной 2,5 см. Положите их в сковороду и залейте полностью холодной водой. Добавьте свиные или телячьи ножки. Доведите до кипения и варите 2—3 мин для частичного извлечения из мяса белков, которые всплывают в виде пены. Промойте кожу и ножки в холодной проточной воде.



4 Приготовление ароматических овощей. Нарежьте кубиками ароматические овощи (морковь и репчатый лук). Распределите их ровным слоем на дне гусятницы, которая должна быть немного больше по размеру, чем обвязанное мясо. Накройте гусятницу крышкой и поставьте в горячую духовку на 30 мин, пока овощи не начнут подрумяниваться *(вверху)*. Последние 5 мин держите овощи без крышки, чтобы позволить жидкости испаряться.



5 Деглазирование маринадом. Выньте мясо из маринада, а его вылейте через сито в гусятницу с ароматическими овощами. Оставшиеся в сите ингредиенты маринада выбросьте. Затем деревянной ложкой соскребите все отложения со дна гусятницы.



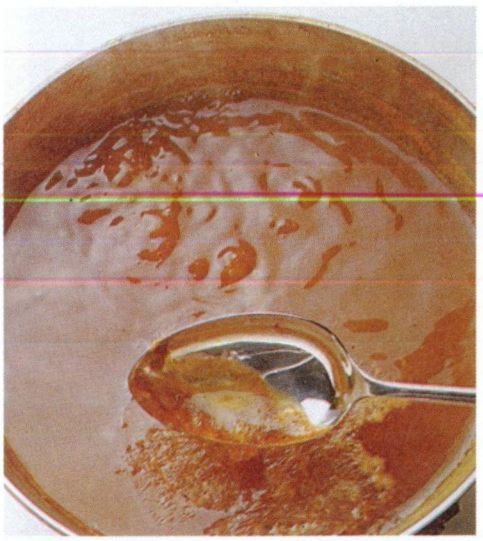
6 Подготовка к тушению. Положите мясо на овощи в центр гусятницы; разложите свиную кожу и ножки вокруг мяса. Добавляйте бульон *(вверху)* до тех пор, пока он не поднимется чуть выше овощей. На плите медленно доведите жидкость до кипения. Накройте гусятницу крышкой и готовьте в духовке на медленном огне, пока мясо не станет мягким (около 3 ч), часто поливая его жидкостью для тушения и переворачивая кусок один или два раза.

Простой способ очистки соуса

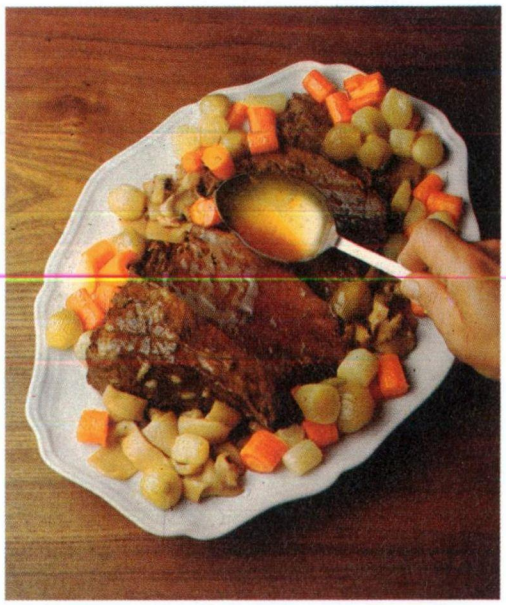
Пока мясо тушится, окружающая жидкость извлекает из него и овощей ароматические вещества, постепенно превращаясь в соус, являющийся составной частью готового блюда. Однако длительная термическая обработка приводит также к извлечению жиров и примесей, некоторые из которых рассеиваются в жидкости для тушения, делая ее непрозрачной и ухудшая вкусовые качества.

Тем не менее вы можете довольно легко удалить эти примеси, очистив жидкость после окончательной готовности мяса. Сначала процедите жидкость в кастрюлю и снимите жир обычным способом *(стр. 47)*, затем доведите жидкость до кипения. Примеси поднимутся вверх, где будут захвачены пленкой, которая постепенно образуется на поверхности жидкости и может быть удалена ложкой *(справа)*.

Не спешите со снятием пленки; для ее упрочнения необходимо определенное количество времени. После удаления первой пленки дайте жидкости покипеть до тех пор, пока не образуется вторая пленка, и так далее. Повторяющийся процесс тщательного снятия пленки может занять у вас около 30 мин, прежде чем жидкость будет свободна от примесей. Только тогда соус будет готов к подаче.



Очищение жидкости снятием пленки. Доведите жидкость до кипения в небольшой кастрюле. Убавьте огонь и наполовину сдвиньте кастрюлю с конфорки. Когда на более холодной стороне жидкости образуется прочная пленка, отведите ее в сторону ложкой *(вверху)*, снимите и выбросьте. Повторяйте очистку до тех пор, пока не образуется тонкая прозрачная пленка. Прокипятите очищенный соус, если это необходимо, для загущения до требуемой консистенции.



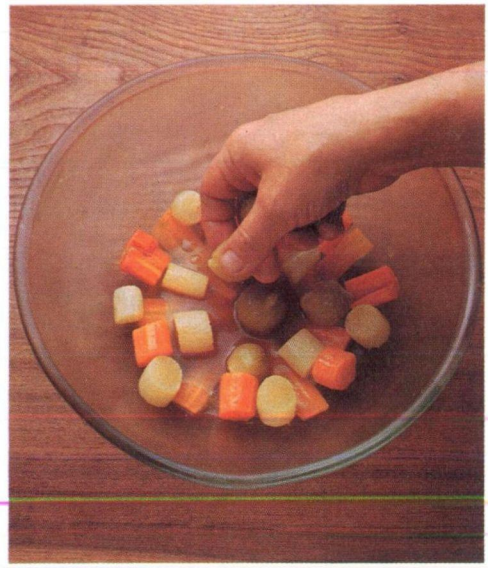
7 Сервировка горячей говядины. Переложите мясо на теплое блюдо. Снимите шпагат и отрежьте от куска необходимое для еды количество ломтиков мяса. Обложите их кусочками свиной кожи, мясом ножек и свежеприготовленным овощным гарниром *(стр. 51)*. Очистите и загустите жидкость для тушения *(слева)*, после чего полейте мясо полученным питательным соусом. □

Заливное тушеное мясо в собственном желе

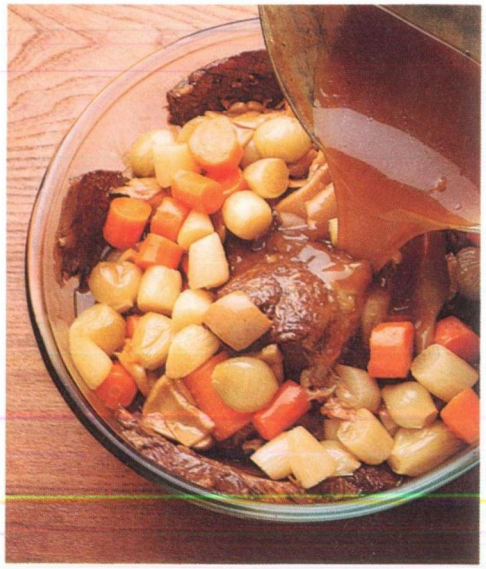
Как показано на предыдущей странице, говядина, тушенная со свиными или телячьими ножками, содержащими много желатина, предлагает великолепный бонус: все, что не съедено в горячем виде, может быть потом подано в желе, которое легко образуется из разогретого оставшегося соуса. И действительно, многие люди знают говядину *а ля мод* главным образом в виде холодного заливного блюда.

Натурального желатина в соусе должно хватать для обеспечения надлежащей консистенции, однако, если вы увидите, что соус не застывает, загустите его интенсивным кипячением на сильном огне. Соус будет готов к заливке, когда столовая ложка желе, влитая в охлажденный соусник, быстро застынет в холодильнике.

В форму с мясом и желе вы можете добавлять любые овощи, оставшиеся от первоначального гарнира, и, кроме того, создавать на поверхности мяса привлекательный декоративный узор *(внизу)*, используя небольшое количество цветных вареных овощей, например, тонкие полоски моркови или горсть молодой фасоли.



1 **Подготовка формы.** Налейте тонкий слой жидкого соуса на дно миски или другой посуды гладкой формы. Уложите красивым узором часть оставшихся от гарнира овощей, начав, как в этом примере, с полосок свежеотваренной моркови. Охлаждайте до тех пор, пока желе не застынет до такого состояния, когда овощи не будут сдвигаться с места при укладке остальных ингредиентов.



2 **Заполнение формы.** Выложите боковые стенки формы ломтиками говядины, кусочками свиной кожи и мясом телячьих или свиных ножек. Заполните центральную часть формы остальной говядиной и овощами. Добавьте жидкое желе (охлажденное настолько, чтобы оно не расплавило первый слой) в количестве, достаточном для полного покрытия содержимого. Поставьте застывать в холодильник на ночь.





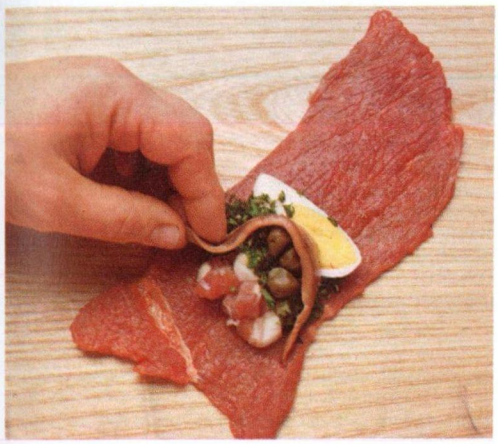
3 **Сервировка.** Кончиком ножа отделите край желе от стенок формы. Поставьте форму в горячую воду и подержите там некоторое время, чтобы наружный слой желе расплавился. Положите плоское блюдо на форму, а затем переверните его вместе с формой. Подавайте извлеченное из формы заливное мясо холодным, но не переохлажденным *(слева)* и нарезайте его, как мясной хлеб *(вверху)*.

Рулеты из ломтиков мяса с начинкой

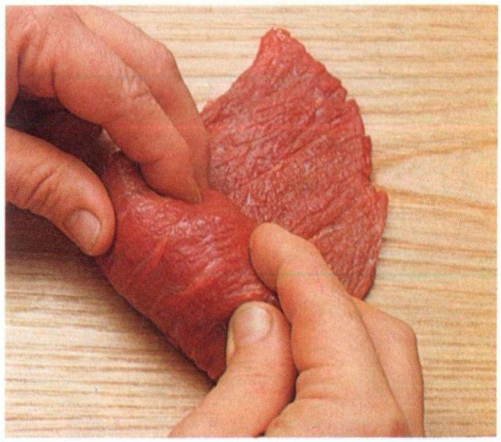
Следующий практичный и привлекательный способ приготовления мясных блюд заключается в нарезании сырого мяса тонкими ломтиками, заворачивании в них начинки и тушении полученных рулетов. Эти аккуратные сверточки известны под многими именами: *paupiettes* во Франции, *rollini* или *rollatini* в Италии, *rouladen* в Германии, «оливки» или «птички» в Великобритании и Соединенных Штатах *(рецепты на стр. 118 и 146)*. Вне зависимости от своего названия, все рулеты готовятся практически одинаково. Лучшее мясо для них — это кусок одной большой мышцы, позволяющий получать ломтики без пленок соединительной ткани, которые могут деформироваться во время тушения. Для говяжьих рулетов выбирайте ссек *(показан на снимке)*, щуп или кострец; для телячьих — используйте поясничную часть, кострец или эскалопы. Если ломтики имеют форму, далекую от прямоугольной, обрежьте их поаккуратнее и слегка отбейте деревянным молотком, чтобы они стали плоскими.

Содержимое начинки может варьироваться от недорогих хлебных смесей до потрясающих воображение комбинаций мяса, сыров, солений и приправ; в любой начинке всегда должны быть жировая составляющая, например, нарезанный бекон, ветчина или просто немного сливочного масла для пропитывания мяса изнутри.

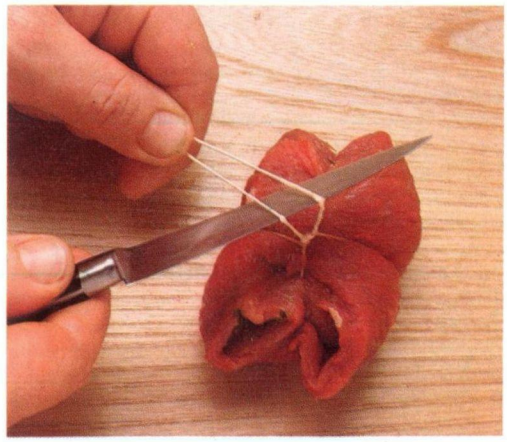
Чтобы рулеты не разворачивались во время приготовления, обвязывайте их кулинарным шпагатом. В альтернативном варианте вы можете скреплять их двумя скрещенными зубочистками. Однако последняя техника не столь надежна, как обвязывание, и к тому же зубочистки затрудняют равномерное подрумянивание рулетов.



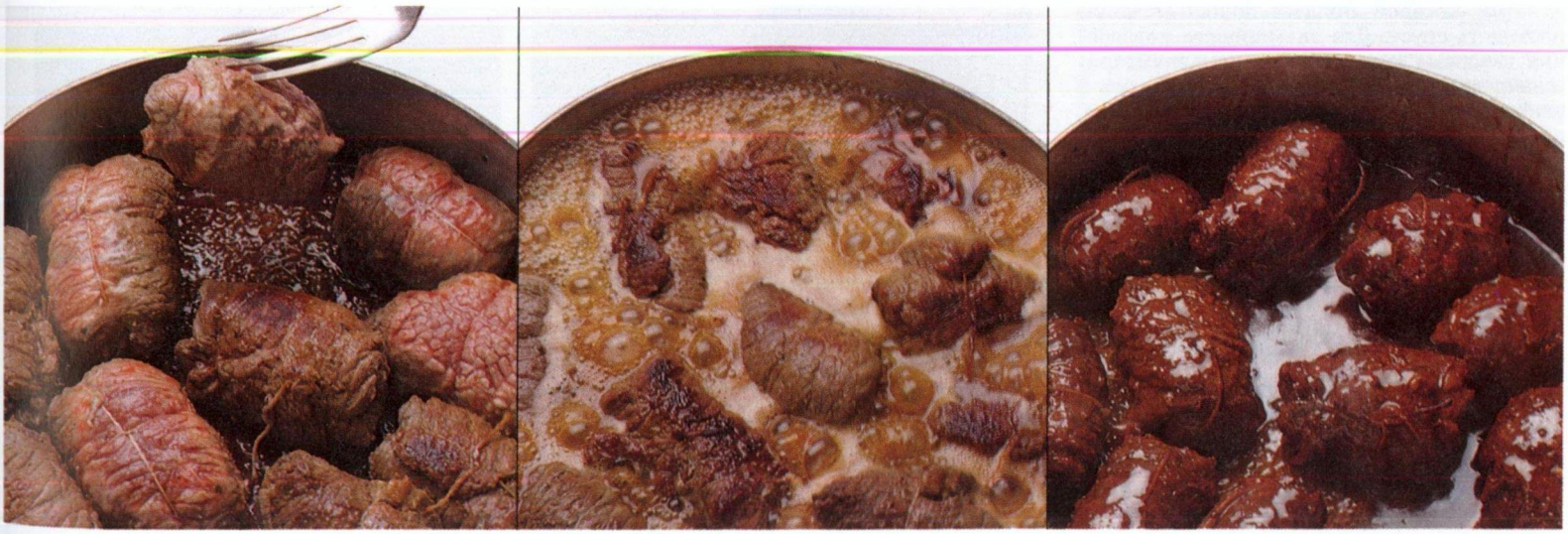
1 **Укладка начинки.** Слегка отбейте каждый ломтик мяса тяпкой или деревянным молотком. На один конец ломтиков положите начинку; в этом примере — нарезанный соленый бекон, кусочек крутого яйца, каперсы, петрушка и филе анчоуса *(рецепт на стр. 118)*.



2 **Скатывание ломтика.** Заворачивание рулета начинайте с конца, ближнего к начинке. Чтобы при скатывании мяса в компактную колбаску начинка не выпадала, подоткните края ломтиков с обеих сторон внутрь *(вверху)*.



3 **Обвязывание рулетов.** Оберните среднюю часть шпагата длиной около 30 см вокруг середины скатанного мяса. Скрестите шпагат и обвяжите мясо в длину, связав концы двойным узлом. Отрежьте лишний шпагат *(вверху)*.



4 Тушение рулетов. Разогрейте тонкий слой растительного масла или жира в сковороде, достаточно большой по размеру для одновременной плотной укладки всех рулетов. Положите на сковороду рулеты и подрумяньте их на среднем огне, переворачивая вилкой *(вверху слева)*. Добавьте жидкость (в этом примере — бульон из телятины) так, чтобы рулеты покрылись ей примерно на две трети. Доведите жидкость до интенсивного кипения *(вверху в центре)*, затем убавьте огонь, чтобы кипение стало очень слабым, и накройте сковороду крышкой. Тушите рулеты до размягчения, регулярно поливая их жидкостью и переворачивая каждый по нескольку раз; длительное тушение на медленном огне с поливкой (в течение 4 и даже более часов) сконцентрирует соки и образует на рулетах толстый слой глазури *(вверху справа)*. Перед подачей рулетов на стол срежьте с них шпагат. □

Добе: ингредиенты — слоями, тушение — очень медленное

Хотя большинству видов тушеного мяса хватает около 2 ч кипения на медленном огне, французское добе *(рецепт на стр. 120)* требует по меньшей мере 5 ч тушения при температуре чуть ниже температуры кипения. Длительная термическая обработка ингредиентов — мяса, домашней птицы или дичи со свежими овощами и либо красным, либо белым вином — вознаграждает терпеливого повара божественным взаимосмешением ароматов, которое нельзя получить при более быстром приготовлении. В прошлом сельские повара добивались столь медленного, стабильного тушения, оставляя равномерно передающий тепло керамический горшок на ночь в золе домашнего очага. Керамический горшок и сегодня все еще является наиболее подходящей посудой, однако сейчас его ставят либо в слабо прогретую духовку, либо на теплозащитной подставке на очень медленный огонь конфорки.

Лучшим мясом для такого способа приготовления являются желатиносодержащие отрубы, которые имеют достаточно плотности, чтобы не развалиться на волокна во время длительной термической обработки. Телятина слишком нежна, поэтому лучше выбирать говяжью шею, щуп, голяшку или рульку. Использованная в этом примере рулька особенно хорошо подходит для добе и, будучи разрезана с учетом преимуществ структуры мышц данного отруба *(вставка справа)*, сохранит в процессе приготовления свою форму. Для обеспечения сочности мяса нашпигуйте каждый его кусок полосками свиного сала *(стр. 53)*.

В приведенном примере говядина тушится с разнообразными, мелко нарезанными овощами, дополненными кратковременно отваренными кусочками свиной кожи, желатин которой придает дополнительную плотность соусу. Для дальнейшего повышения вкусовых качеств вы можете предварительно мариновать мясо несколько часов в оливковом масле и вине. Когда говядина, овощи и куски свиной кожи будут тщательно уложены слоями в горшке, их ароматические компоненты смогут свободно смешиваться. При такой плотной укладке и медленном тушении отпадает необходимость в предварительном подрумянивании мяса.

Горшок должен быть герметично закрыт, чтобы влага и ароматические вещества во время многочасового приготовления не смогли улетучиться. Для этого используйте лист фольги или попробуйте применить замазывание тестом — традиционный и эффективный метод запечатывания горшка, продемонстрированный во вставке на следующей странице.

Если у вас достаточно вместительный горшок, делайте большое количество добе; в разогретом виде он имеет очень хороший вкус. А если вы включили в кушанье куски свиной кожи, заливайте ее остатки собственным желе и подавайте холодными, подобно деревенской говядине *а ля мод (стр. 56)*.





1 **Укладка ингредиентов добе.** Заполните горшок слоями слегка отваренных кусочков свиной кожи, нарезанных овощей и кусков говядины. Положите туда большой пучок душистых трав *(стр. 15)*, а если добе много, то два пучка. Для первого слоя нарежьте свиную кожу квадратиками; для других слоев кусочки свиной кожи сверните трубочками и обвяжите шпагатом, чтобы сделать изящный и привлекательный гарнир. Последними уложите слой мяса и овощей. Залейте ингредиенты вином и маринадом (если вы его использовали).

Правильная разделка мяса

Как правило, мясо для тушения продается в виде маленьких кусочков. Однако, разделывая мясо самостоятельно, вы должны учесть его общую структуру и нарезать, может быть, более крупными кусками, чтобы они сохранили свою форму во время приготовления. Подходящий для добе отруб, такой, как рулька *(внизу)* или голяшка, имеет довольно большое количество соединительной ткани, которая во время приготовления частично превращается в желатин. Разрежьте мясо вдоль естественных поверхностей мышц, затем нарежьте каждую мышцу кусками, удобными для шпигования.



1 **Разрезание мяса по слоям.** Сначала срежьте все остатки внешнего жира, затем разделите мясо на естественные слои, осторожно перемещая нож вдоль пленок, определяющих форму мышц.



2 **Зачистка мяса.** Отрежьте основное плотное сухожилие, если, конечно, оно есть. По желанию сохраните это сухожилие для добавления желатина в соус добе; выплавляющийся желатин превратит соус в изысканное желе. Разрежьте каждую мышцу поперек волокон на большие, аккуратные куски.









2 **Предупреждение испарения.** Плотно запечатайте горшок либо листом фольги *(справа)*, либо тестом, сделанным из муки и воды *(вставка справа)*. Поставьте горшок на средний огонь и доведите жидкость до первых признаков закипания. Затем готовьте по меньшей мере 5 ч (а лучше всю ночь) в слабо прогретой духовке (около 130 °С) или на самом слабом огне на конфорке.



3 **Сервировка.** Перед подачей добе на стол снимите жир с поверхности соуса *(стр. 47)* и выньте пучок душистых трав. В качестве гарнира подавайте вареный картофель, лапшу со сливочным маслом или традиционные макароны, показанные на снимке справа: макароны отвариваются не до полной готовности, затем заливаются соусом от добе, посыпаются сверху тертым сыром Пармезан и 5 мин доводятся до кондиции в горячей духовке. □

Тесто для замазывания горшка



1 **Замазывание горшка.** Смешайте около 1/3 чашки воды с 3/4 чашки муки. Добавьте чайную ложку растительного масла, чтобы тесто не растрескивалось. Прилепите ленту из теста к ободку крышки, затем придавите крышку к горшку.



2 **Распечатывание после приготовления.** Отделите крышку от горшка, перемещая лезвие столового ножа вдоль щели с запекшимся тестом. Чтобы не обжечь руку, держите крышку матерчатой салфеткой или рукавичкой; глина держит тепло дольше, чем большинство других материалов.

Два способа приготовления большого куска телятины

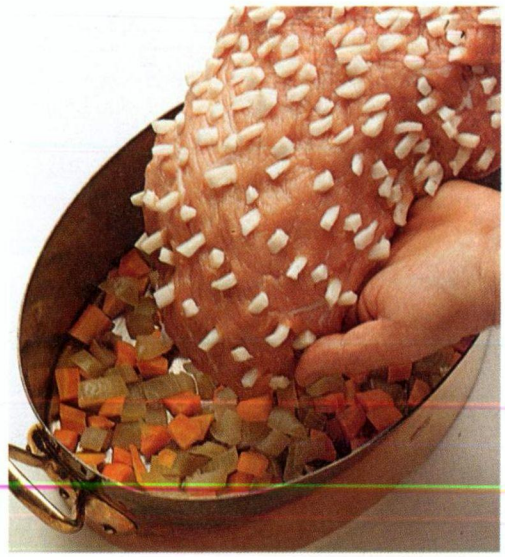
Золотистое фрикандо

Медленное, методичное тушение прекрасно подходит для приготовления больших кусков телятины; два блюда, представленные на этом развороте, свидетельствуют о том, что данный метод может иметь вариации. Фрикандо из телятины, показанное на снимках справа, является классическим тушеным мясом. Телятина сначала шпигуется полосками свиного сала *(стр. 53)*, затем тушится на медленном огне около 5 ч в большом количестве концентрированного бульона из телятины с небольшим добавлением белого вина. В противоположность этому, духовая телятина, показанная на противоположной странице, тушится в минимальном количестве жидкости, состоящей в основном из соков, выделяемых мясом во время тушения. В то время как фрикандо тщательно защищают от испарения в течение большей части времени приготовления, сокам, окружающим духовое мясо, позволяют постепенно загущаться в карамелизированные отложения.

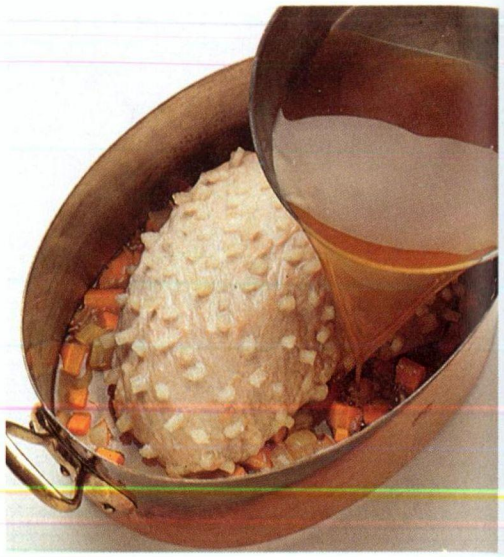
Для приготовления фрикандо *(рецепт на стр. 152)* вам понадобится кусок большой, хорошо развитой мышцы, такой, как ссек *(снимки справа)*. Полоски свиного сала, предохраняющие мясо от пересыхания в течение длительной термической обработки, традиционно аранжируются симметричными плотными рядами. Если вы обрежете полоски так, чтобы их концы слегка выступали над поверхностью мяса, они создадут симпатичный узор на покрытой глазурью поверхности готового фрикандо — прекрасная награда за терпение, проявленное во время шпигования.

На протяжении первой и самой длительной фазы тушения мясо почти не требует никакого внимания, спокойно готовясь в плотно закрытой посуде в умеренно прогретой духовке. Затем температуру в духовке увеличивают и снимают крышку для подрумянивания телятины. На этой стадии мясо необходимо часто поливать жидкостью для тушения, чтобы его поверхность стала глянцевой и даже покрылась глазурью. По мере поливки полоски сала и телятина постепенно темнеют, изменяя свой цвет от бледно-золотого до янтарного. Тщательно очищенная от жира и примесей, жидкость для тушения становится соусом к мясу.

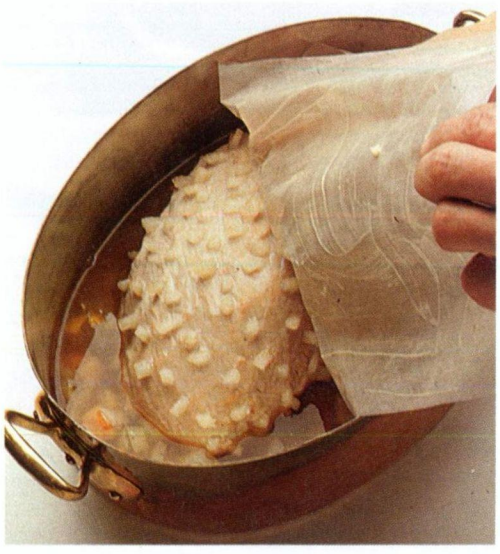
Длительное время приготовления делает мясо столь мягким, что оно может быть разрезано ложкой — традиционный способ его подачи. Идеальным гарниром к фрикандо является тушеный щавель, прекрасно подходит и изображенный на снимке шпинат. Вы можете также подавать фрикандо с пюре из картофеля, репы или корневого сельдерея, либо из их смеси.



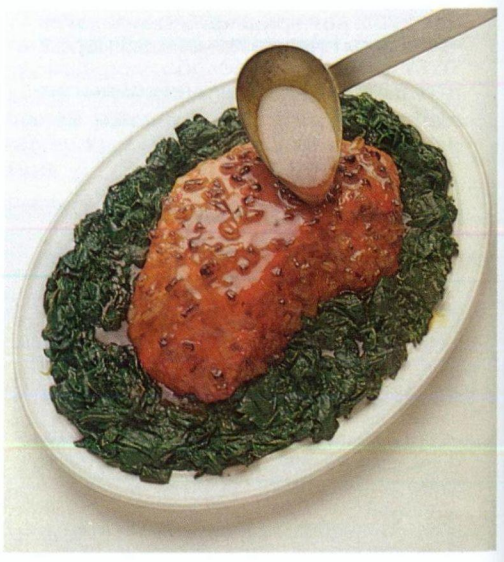
1 Подготовка телятины. Срежьте с мяса жир, хрящи и поверхностные пленки, оставив защитный слой жира только на нижней стороне куска. Нашпигуйте телятину свиным салом *(стр. 53)*. Тем временем положите нарезанную морковь и репчатый лук в гусятницу, накройте ее крышкой и поставьте в горячую духовку примерно на 30 мин *(стр. 54 и 55)*. Когда овощи подрумянятся, положите на них телятину.



2 Добавление бульона. Поставьте ненакрытую гусятницу снова в духовку примерно на 10 мин, пока мясо немного не затвердеет и не станет белым. Затем переставьте ее на конфорку, налейте белое вино слоем в 1 см, загустите его интенсивным кипячением и залейте мясо на две трети горячим бульоном из телятины.



3 Поливка. Положите на телятину смазанную сливочным маслом жиронепроницаемую бумагу, накройте гусятницу крышкой и поставьте мясо в умеренно прогретую духовку. Плотно прилегающая бумага обеспечит постоянный возврат испаряющейся с мяса влаги и его поливку. За час до окончания тушения увеличьте огонь и не накрывайте мясо, чтобы оно могло подрумяниться; периодически поливайте его жидкостью для тушения.

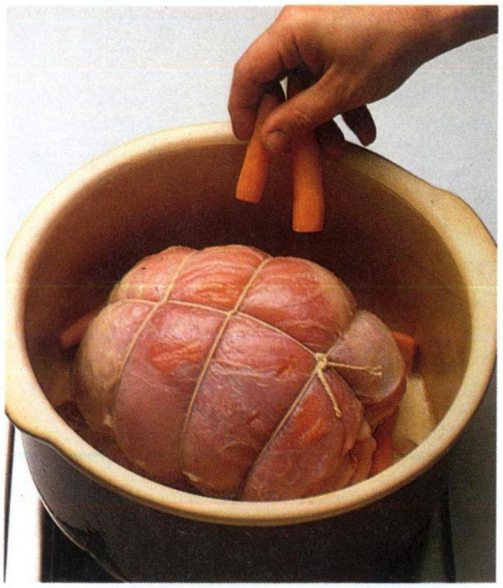


4 Глазирование и сервировка. Для ускорения финальных стадий глазирования вычерпайте из гусятницы две трети жидкости для тушения и загустите ее до сиропообразной консистенции. Продолжайте поливку загущенным соусом для образования на мясе янтарной глазури. В заключение очистите оставшуюся жидкость *(стр. 55)* и подавайте ее с фрикандо в качестве соуса. □

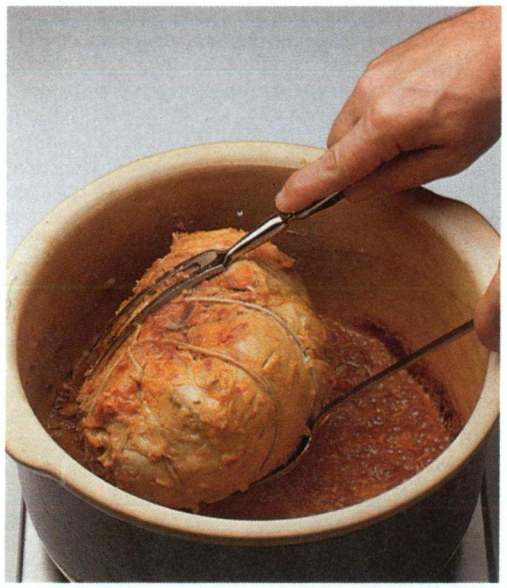
Духовое мясо

Духовое мясо (мясо, жаренное в горшочке) — это обычное тушеное мясо, только приготовленное с минимальным добавлением влаги. В действительности, несмотря на название, никакого жарения не происходит; мясо готовится во влажном тепле внутри глубокого сотейника, а не в сухом тепле духовки или открытого огня. Этот метод приготовления мяса одинаково хорошо подходит и к говядине, и к телятине, особенно к богатым желатином отрубам бедра и лопатки, из соков которых получается прекрасный соус. Для примера был выбран телячий кострец.

Начинайте приготовление духового мяса *(рецепт на стр. 154)* с обвязывания, придающего куску компактную форму и улучшающего за счет этого равномерность прогрева. Приправьте мясо специями и положите его в глубокий сотейник вместе с растительным или сливочным маслом и ароматическими овощами. На ранних стадиях термической обработки мясо выделяет соки. На более поздних — соки постепенно испаряются, и мясо начинает подрумяниваться. Вода добавляется в минимальном количестве только для периодического деглазирования сотейника и разжижения карамелизированных соков. Постепенно образуется густой соус: в небольшом количестве, но очень концентрированный, а мясо приобретает золотистый цвет, настолько роскошный, как если бы оно обжаривалось в духовке.

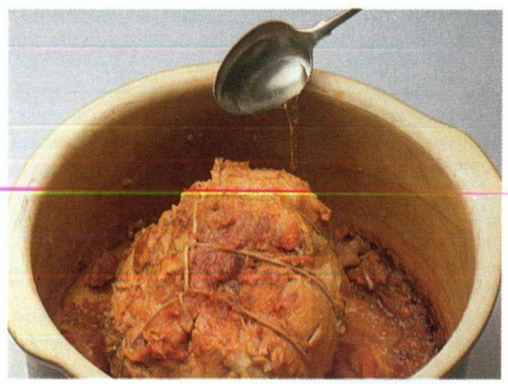


1 **Укладка ингредиентов в сотейник.** Обвяжите мясо, посолите его со всех сторон, затем положите в сотейник вместе с небольшим количеством растопленного сливочного масла. Добавьте разрезанную в длину на половинки морковь *(вверху)* и, если хотите, несколько ломтиков соленого бекона. Накройте сотейник крышкой и поставьте на слабый огонь или в умеренно прогретую духовку.



2 **Переворачивание мяса.** Через первые полчаса начинайте периодически переворачивать мясо, чтобы обеспечить его равномерный прогрев и подрумянивание. Двузубая вилка и большая ложка дадут вам возможность переворачивать кусок легко и непринужденно.





3 **Загущение и деглазирование.** Когда соки коагулируют и мясо начнет подрумяниваться, добавьте 2 или 3 ст. л. воды (не больше) и соскребите отложения для деглазирования сотейника. Снова накройте его крышкой. Повторяйте процесс до тех пор, пока телятина не будет готова (около 2 ч на все приготовление для куска весом 1,5 кг).

4 **Закладка гарнира.** Выньте телятину, процедите соки, снимите с них жир и снова влейте в сотейник. Положите туда телятину и добавьте нравящийся вам гарнир (в этом примере — грибы, *стр. 51*). Готовьте на медленном огне 15 мин. Снимите шпагат, нарежьте телятину ломтиками и подавайте ее с соусом и гарниром. □

Идеальная основа

Из-за того, что мясо говяжьего хвоста содержит много сухожилий, оно исключительно хорошо подходит для тушения. Во время длительного неспешного процесса термической обработки богатые желатином сухожилия, простирающиеся вдоль всего хвоста, размягчаются и частично расплавляются, сохраняя влажность и сочность мяса и образуя соки, которые могут быть загущены в бархатистый соус. Строго говоря, хвост является наиболее костистым отрубом, тем не менее он заслуживает большего признания, чем имеет. Он недорог, а его приятный вкус с лихвой окупает время и труд, затраченные на отделение мяса от костей.

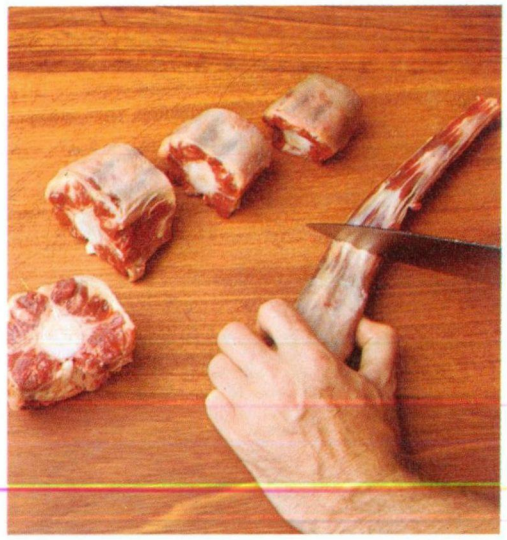
Рецептов тушеных блюд из хвоста не перечесть, однако есть и другие, не столь стандартные способы приготовления этого сочного, темного мяса *(рецепты на стр. 122—124)*. Готовьте его в пирогах или попробуйте в таких восхитительных блюдах, как говяжий хвост, жаренный на открытом огне *(снимки справа)*, и фаршированный говяжий хвост, отделенный от костей *(снимки справа внизу)*.

Для жарения на открытом огне подойдут куски хвоста любого размера. После тушения без предварительного подрумянивания куски обмазываются горчицей, а затем покрываются панировкой из хлебных крошек и обжариваются в гриле. В результате получается нежное сочное мясо в пикантной хрустящей оболочке.

Для фаршировки вам следует выбирать самый большой говяжий хвост: из него будет легче удалять кости. Первый раз эта работа может занять около часа, но она не требует никаких специальных навыков: нужен только небольшой, но очень острый нож и немного терпения. Работайте медленно, огибая замысловатые контуры костей кончиком ножа, и старайтесь не прокалывать наружные пленки. Однако, даже если вы случайно прорежете несколько небольших отверстий, это не страшно: они затянутся при сокращении волокон мяса во время термической обработки.

Зафаршируйте говяжий хвост любой нравящейся вам начинкой. Затем, для получения наилучших результатов, потушите его в две стадии: сначала завернутым в ткань, чтобы помочь мясу сохранить форму, пока оно немного не стянется, и потом без ткани — до размягчения мяса *(рецепт на стр. 122)*. После снятия ткани переложите хвост в меньшую по размеру посуду; во время первой стадии приготовления он даст значительную усадку и для того, чтобы ему оставаться частично погруженным в небольшое количество концентрированных мясных соков, необходим подходящий по размеру сотейник или небольшая гусятница. Заканчивайте тушение в духовке в открытой посуде, периодически поливая хвост соками для образования на нем восхитительной глазури.

Начинайте с тушения, заканчивайте жарением

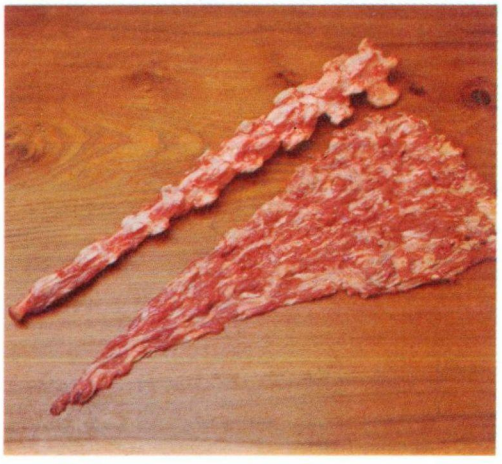


1 **Разрезание хвоста в местах сочленения суставов.** Для разделки хвоста на части разрежьте его, начиная с основания, по небольшим кольцевым углублениям в поверхности, которые показывают местонахождение хрящей между каждой парой позвонков. Конец хвоста — последние 4 или 5 позвонков — содержит мало мяса; сохраните его для бульона.

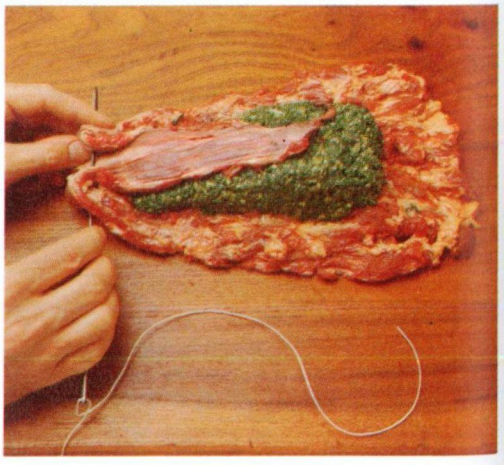


2 **Укладка ингредиентов.** Уложите кусочки хвоста в гусятницу на слой нарезанных овощей (в этом примере — морковь и репчатый лук). Добавьте бульон, воду или вино, чтобы мясо слегка погрузилось в жидкость, накройте крышкой и тушите на слабом огне в духовке или на конфорке 3—4 ч, пока мясо не станет мягким, но будет сохранять свою форму.

Отделение от костей и фаршировка цельного говяжьего хвоста



1 **Отделение костей.** Положите хвост основанием от себя и сделайте глубокий разрез в мякоти вдоль всей длины. Используя небольшой острый нож и перемещаясь от основания хвоста к его концу, отделяйте по окружности мясо от каждого позвонка до тех пор, пока оно свободно не отпадет единым куском плоской мякоти.



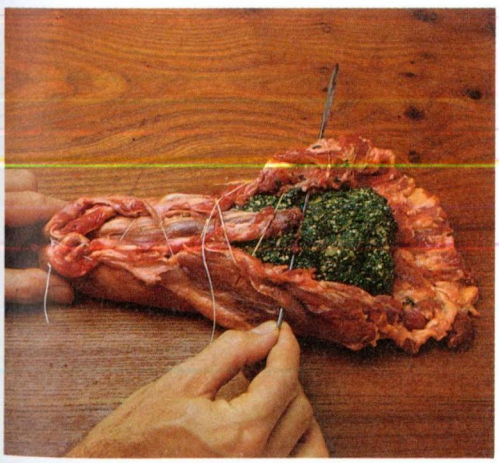
2 **Фаршировка хвоста.** Выложите начинку горкой на середину мяса; в этом примере смесь составлена из нарезанного бланшированного шпината, панировочных сухарей, костного мозга и трав, смешанных для прочности с сырым яйцом *(стр. 70)*. Вденьте в иглу для сшивания мяса кулинарную нить длиной около 1 м, загните вверх узкий конец хвоста, проткните место сгиба иглой, протяните ее сквозь мясо и завяжите нить узлом.



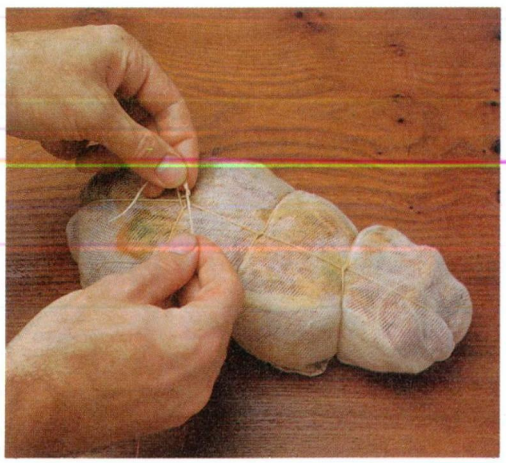
3 Панирование кусков хвоста перед жарением. Дайте кускам стечь и разложите на блюде остывать, чтобы они приняли комфортную для рук температуру. Намажьте каждый кусок столовой горчицей, такой, как дижонская, и затем обваляйте в свежих хлебных крошках *(вверху)*. Уложите куски на поддон гриля и сбрызните их сверху растопленным сливочным маслом. Поставьте поддон примерно в 15 см от тэнов гриля и, периодически переворачивая куски, подрумянивайте их до тех пор, пока они не покроются со всех сторон хрустящей корочкой.



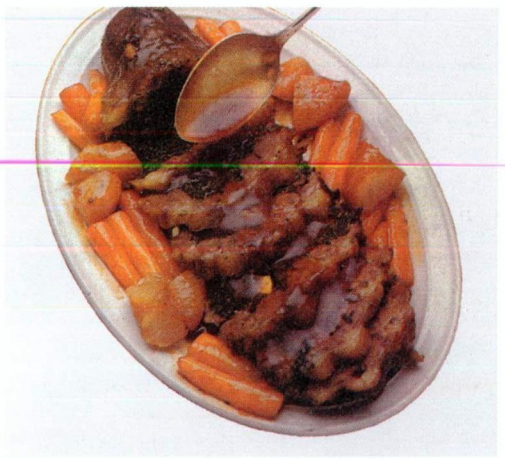
4 Сервировка говяжьего хвоста. Снимите жир и удалите примеси из жидкости для тушения *(стр. 47 и 55)*; загустите ее до консистенции сиропа. Тонкой струйкой вылейте получившийся соус на куски хвоста и подавайте с большим количеством гарнира, таким, как краснокочанная капуста, глазированная морковь или овощное пюре. □



3 Сшивание начиненного говяжьего хвоста. Сшейте вместе боковые края мяса, стягивая их над начинкой. Не зашивайте начинку слишком туго; во время приготовления мясо стянется, а она разбухнет.



4 Заворачивание хвоста в ткань. Чтобы помочь мясу сохранить его форму, пока оно не уплотнится во время приготовления, заверните хвост в кусок чистого муслина и прочно обвяжите шпагатом *(вверху)*. В хорошо закрытой посуде залейте хвост бульоном и кипятите на медленном огне 2 ч. Удалите жир с поверхности жидкости, выньте мясо, снимите с него ткань и дайте стечь, пока вы будете очищать и загущать бульон, в котором тушилось мясо.



5 Заключительный этап приготовления блюда. Положите стекший говяжий хвост на слой ароматических овощей в более мелкую посуду, учитывающую усадку мяса. Добавьте очищенный и загущенный бульон так, чтобы он покрыл мясо наполовину, и тушите еще 2 ч. Снимите на последний час крышку и часто поливайте, чтобы образовалась глазурь. Перед подачей процедите соус и полейте им нарезанный ломтиками фаршированный хвост *(вверху)*. □



5

Отваривание

Медленный огонь для варки более жестких отрубов

Суп в качестве «дивиденда»

Две стадии загущения соуса

Подготовка молодого мяса к отвариванию

Как сделать кармашек в телячьей грудинке

Засолка говяжьей грудинки в домашних условиях

Повара отваривают говядину с тех пор, как появились котлы и кастрюли. Почти в каждой стране есть свое любимое блюдо: отварная говядина с морковью — в Англии, *пот о фе* — во Франции, вареное мясо с овощами по-новоанглийски — в Соединенных Штатах. Тем не менее термин «отваривание» в действительности несет в себе некоторую неточность: если бы все эти блюда варились в кипящей воде, они никогда бы не выбились в лидеры. Температура кипения воды составляет 100 °С и слишком высока для варки мяса. Говядина или телятина, приготовленная в интенсивно кипящей воде, становится волокнистой и сухой, поскольку высокая температура приводит к полному растворению желатиносодержащей соединительной ткани, придающей мясу его структурную целостность, а турбулентные вихри размочаливают мясо и расслаивают его волокна. С другой стороны, отваривание на медленном огне при температуре около 94 °С размягчает соединительную ткань постепенно и позволяет мясу сохранять внутреннюю влагу и становиться мягким без потери формы и структуры. Поэтому в дальнейшем под термином «отваривание» будет пониматься именно отваривание на медленном огне.

Лучшими отрубами говядины и телятины для отваривания (так же как и для тушения) являются рабочие мышцы, которые остались бы жесткими без длительной термической обработки во влажной среде — это, в частности, бедро, лопатка и покромка. Телятина, имеющая более молодую и менее жесткую мякоть, требует примерно вдвое меньше времени на отваривание, чем говядина.

Несмотря на то, что для отваривания может быть использована практически любая жидкость, наилучшим и к тому же наиболее экономичным выбором обычно является вода. Она позволяет мясу демонстрировать все свои лучшие качества и сама превращается в ароматный бульон, который в некоторых блюдах (например, *пот о фе*; речь о нем на следующей странице) составляет столь же привлекательную часть кушанья, как и отваренные в нем мясо и овощи. Используйте бульон в качестве легкого и питательного супа в концентрированном виде или поднимите его до статуса полноценного участника в готовом блюде путем превращения в густой обогащенный соус *(снимок слева)*.

При отваривании мяса некоторые из его белков коагулируются и переходят в воду в первые минуты варки, всплывая в виде пены на поверхности жидкости. Некоторые повара, чтобы не терять питательные вещества, позволяют этой пене перемешиваться с жидкостью, однако большинство все же удаляют пену тщательнейшим образом, так как их целью является прозрачный бульон без посторонних примесей и вкусовых оттенков.

После снятия пены и добавления ароматических овощей наступает время продолжительного отваривания. При этом опытные повара готовы затратить чуть ли не полчаса времени на регулирование огня для достижения требуемого уровня активности внутри кастрюли — бульон должен кипеть еле заметно.

Добавление в последний момент обильной заправки из яиц и сливок обогащает нежный бульон, в котором куски телятины варились на медленном огне *(стр. 68—69)*. Роскошная простота получившегося блюда служит примером изящества, которое может быть достигнуто отвариванием как методом термической обработки.

Суп и основное блюдо

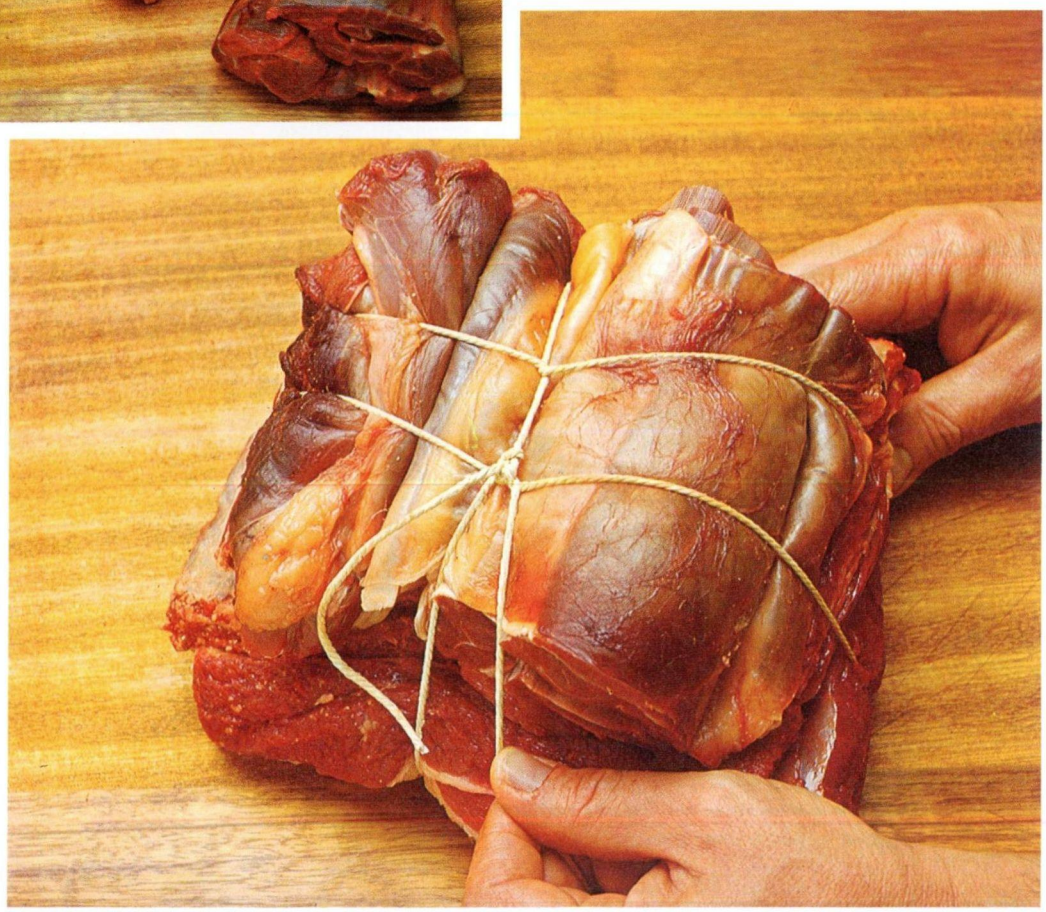
Классическое французское блюдо, известное под названием *пот о фе (рецепт на стр. 125)*, обладает прекрасными вкусовыми качествами, не требует дорогих ингредиентов и к тому же наглядно демонстрирует технику отваривания мяса. Одно из достоинств *пот о фе* состоит в том, что оно включает в себя два блюда, приготовленные в одной кастрюле,— прозрачный мясной бульон и вкуснейшее основное блюдо из говядины и овощей. Поскольку и бульон, и мясо одинаково важны для качества готового блюда, оно требует очень тщательного приготовления. Говядина обязательно должна отвариваться на медленном огне довольно длительное время, чтобы насытить ароматом бульон, и вместе с тем она не должна стать переваренной и безвкусной.

Для соответствия этим требованиям говядине необходимо иметь повышенный запас ароматических веществ и побольше натурального желатина, чтобы предупредить пересушивание во время варки. На практике удобнее всего комбинировать два отруба: один с высоким содержанием желатина, такой, как рулька, а второй — кусок мякоти покромки, подбедерка или ссека *(диаграмма на стр. 8)*. Если вы используете большой кусок постного мяса, дополняйте его желатином телячьей голяшки или нарубленной кусками мозговой косточки (завернутой в муслин так, чтобы костный мозг не выпал и не варился в стороне от мяса). Для получения особенно ароматного бульона вы можете добавить в любую из этих комбинаций кусок говяжьего хвоста.

Ароматические овощи *(стр. 14)*, иногда подкрепленные сушеными грибами, являются обязательными для качественного бульона, однако довольно часто их заменяют свежей порцией овощей для гарнира, которые могут быть добавлены прямо в кастрюлю ближе к концу отваривания или приготовлены отдельно в некотором количестве отлитого бульона. Отдельно сваренные ароматические овощи могут быть измельчены и предложены в качестве гарнира к бульону. По желанию бульон может быть заправлен рисом или макаронами, подан с тостами или нарезанным ломтиками говяжьим костным мозгом, либо просто посыпан сыром. Вы можете также процедить бульон и сохранить его в концентрированном виде для последующего отваривания сортовых отрубов говядины *(вставка на следующей странице)*.

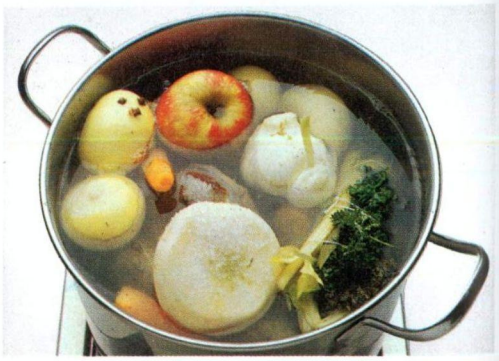


1 Обвязывание мяса. Подберите два отруба (в этом примере — показанные на *вставке слева* покромка и отделенная от костей рулька), каждый весом не менее 1 кг. Для сохранения их формы и получения компактного свертка для отваривания тщательно обвяжите вместе оба куска.





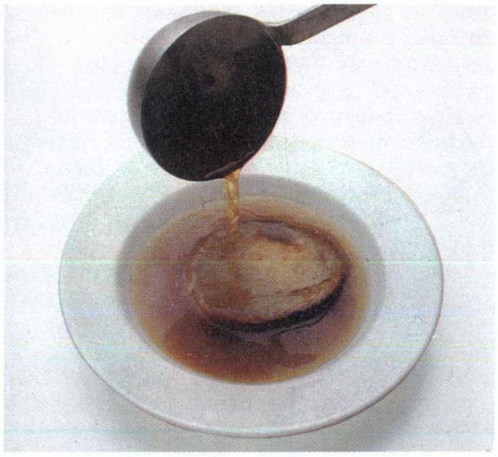
2 Снятие пены. Положите мясо в кастрюлю и залейте его водой. Медленно нагревая воду, снимайте с ее поверхности серые хлопья пены *(стр. 12)*. После того как пена на поверхности жидкости станет совершенно прозрачной, убавьте огонь так, чтобы кипение было практически незаметным.



3 Добавление овощей. Положите подготовленные овощи в кастрюлю (в этом примере: репчатый лук — одна головка с тремя вдавленными бутонами гвоздики — репа, морковь, неочищенная головка чеснока и пучок душистых трав). Для устранения привкуса жира добавьте неразрезанное яблоко. Слегка подсолите воду.



4 **Подготовка сушеных грибов.** Если вы используете сушеные грибы, замочите их сначала на 30 мин в холодной воде. Затем процедите эту воду в кастрюлю через муслин, чтобы в отвар не попал песок, после чего добавьте грибы. Варите на медленном огне около 3 ч.



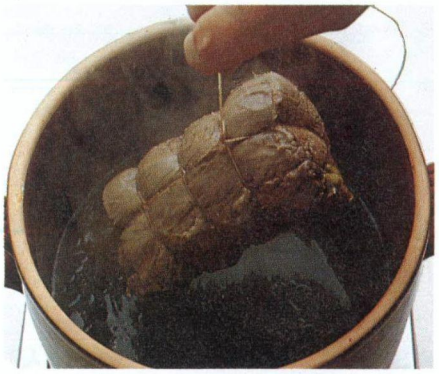
5 **Сервировка бульона.** Достаньте из кастрюли овощи. Затем большую часть бульона процедите в супницу, оставив в кастрюле достаточное его количество для сохранения влаги в мясе. Разлейте бульон половником в глубокие тарелки, положив предварительно в каждую кусок хлеба, как показано на снимке вверху, и подавайте со свеженатертым сыром Пармезан.



6 **Сервировка основного блюда.** В последние 30 мин приготовления блюда отварите в бульоне овощи для гарнира (в этом примере — очищенная от кожицы репа, морковь, репчатый лук, картофель и разрезанная на четыре части кочанная капуста). Капуста имеет доминирующие вкусовые качества, поэтому отваривайте ее отдельно. Подавайте мясо вместе с овощами, но овощи выложите первыми для облегчения нарезки мяса. □

Метод отваривания отрубов

Несмотря на то что сортовые отрубы могут показаться неподходящими кандидатами для отваривания, в действительности они получаются очень вкусными, если готовятся в кипящем концентрированном бульоне. При погружении в кипящую жидкость на поверхности мяса образуется защитный слой, сохраняющий внутренние соки, а непродолжительный контакт с концентрированным бульоном (предпочтительно от *пот о фе*) приведет к обогащению нежного аромата филе более яркими красками.



1 **Отваривание вырезки.** Обвяжите вырезку так, чтобы свободный конец нити был длиной чуть меньше метра. Опустите мясо в кипящий бульон и привяжите конец нити к ручке кастрюли. Доведите бульон до устойчивого медленного кипения и отваривайте вырезку из расчета 15—20 мин на каждый килограмм веса.



2 **Сервировка отварной вырезки.** Достаньте мясо из кастрюли за нить, чтобы избежать прокалывания его поверхности и потери соков. Снимите нить и нарежьте мясо ломтиками; оно должно оставаться внутри слабо проваренным. Подавайте с овощами, отваренными отдельно в бульоне.

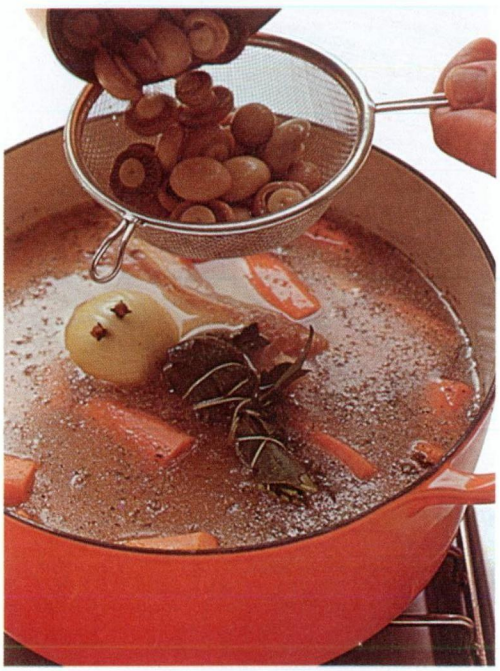
Из жидкости для отваривания — в бархатистый соус

Отваренные в жидкости примерно в течение 1 ч недорогие отрубы телятины, такие, как грудинка, покромка, лопатка или голяшка, будут столь же мягкими, как и самые дорогие эскалопы. Из-за молодого возраста животного телятина отваривается до мягкости более быстро, чем говядина, и выделяет относительно больше белковой пены, когда первый раз доводится до кипения. Особое внимание поэтому должно быть уделено снятию пены с поверхности жидкости *(стр. 12)*.

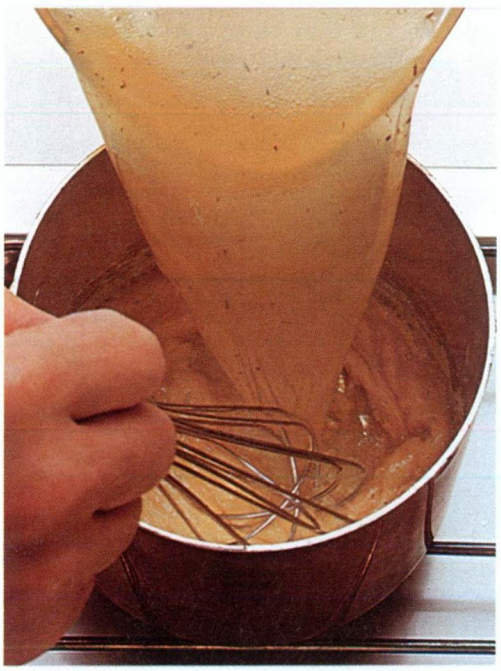
Поскольку телятина более нежна на вкус, в качестве жидкости для отваривания обычно берут воду с умеренным количеством специй. При этом все ароматические вещества могут быть сохранены, если жидкость, в которой варилось мясо, превращена в густой соус (как показано в данном примере), чтобы стать составной частью блюда. Процесс приготовления соуса состоит из двух отдельных этапов, каждый из которых по праву считается одним из фундаментальных кулинарных методов. Выполняемые друг за другом после завершения отваривания телятины, эти этапы позволяют получить очень привлекательное тушеное мясо в густом белом соусе — *бланкетт (рецепт на стр. 160)*, которое является одним из самых вкусных блюд из телятины.

В первой фазе загущения *(снимки внизу)* процеженный отвар добавляется в *ру* — тестообразную массу из муки и сливочного масла; в результате получается однородный соус, который обычно называют соусом Велуте (что по-французски означает «бархатистый»). Загущенный мукой соус всегда должен быть тщательно очищен *(этап 3 внизу справа)* для удаления нежелательных жиров, содержащихся в суспензии; этот процесс занимает около 20 мин и дополнительно помогает устранить привкус сырой муки. Во время очистки соуса куски телятины хранят теплыми в их кастрюле вместе с отдельно отваренными овощами гарнира (небольшие головки репчатого лука и шляпки грибов являются традиционным дополнением к *бланкетт*).

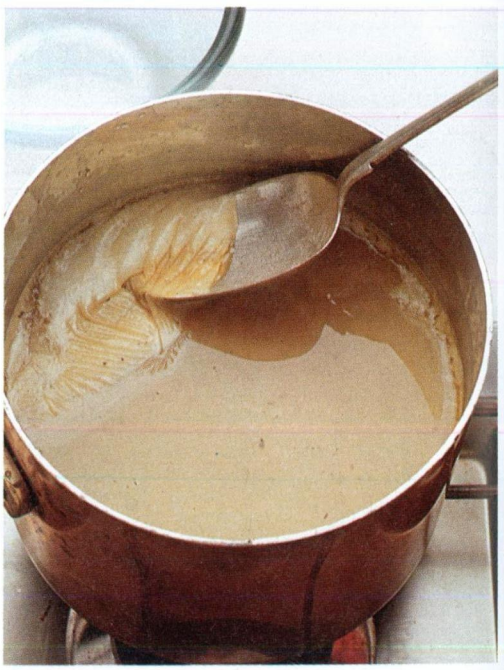
Слегка загущенный соус Велуте затем добавляется в телятину и ее гарнир. После дополнительных 15 или 20 мин кипения на слабом огне для смешивания ароматов и завершения приготовления соуса Велуте он окончательно загущается яичными желтками и сливками. Эта классическая смесь, показанная на следующей странице, всегда должна добавляться в мясо в последнюю минуту и никогда не доводиться до кипения. Для предохранения яичной смеси от свертывания соус должен готовиться на самом слабом огне и в конце приготовления приобрести консистенцию сливок.



1 **Отваривание телятины.** Уложите куски телятины поплотнее в кастрюлю и залейте холодной, слегка подсоленной водой так, чтобы она только покрывала мясо. Аккуратно доведите воду до кипения и тщательно снимите густую пену, которая поднимется на поверхность. Добавьте ароматические овощи и травы. Если в качестве гарнира предполагается использовать грибы, отварите их кратковременно в небольшом количестве лимонного сока, воды и сливочного масла и процедите эту жидкость в кастрюлю с мясом *(вверху)*. Накройте крышкой и отрегулируйте огонь.



2 **Приготовление масляно-мучной смеси.** Отваривайте телятину на медленном огне 1,5 ч, затем процедите отвар в миску. Положите мясо и морковь снова в кастрюлю, добавьте отваренные отдельно репчатый лук и грибы и поставьте кастрюлю в теплое место. Смешайте в другой кастрюле на слабом огне 2 ст. л. сливочного масла и 1 ст. л. муки; готовьте около 1 мин, непрерывно помешивая. Вылейте всю жидкость из миски в кастрюлю и при непрерывном взбивании доведите смесь до кипения. Если у вас жидкости больше 1 л, вы можете пропорционально увеличить количество сливочного масла и муки.



3 **Очистка соуса Велуте.** Сдвиньте ненакрытую кастрюлю с соусом наполовину с конфорки и дайте ему покипеть на медленном огне около 20 мин. Удаляйте пленку, которая будет периодически образовываться на поверхности; пленка абсорбирует в себя жировые примеси, делая соус более светлым и чистым. Полейте очищенным соусом телятину и ее овощной гарнир.



4 **Подготовка к окончательному загущению.** Варите телятину и овощи в соусе на медленном огне 20 мин. В это время смешайте в миске 2 или 3 яичных желтка с примерно 2 ст. л. сливок на каждый желток. Приправьте молотым черным перцем и, если хотите, добавьте чуточку тертого мускатного ореха. Прогрейте эту нежную смесь, вмешав в нее половник горячей жидкости из кастрюли с телятиной.



5 **Добавление яичных желтков и сливок.** Выключите конфорку и полейте яичной смесью мясо и овощи, перемешивая ее с соусом. Снова поставьте кастрюлю на очень слабый огонь, но позаботьтесь о том, чтобы содержимое ни в коем случае не приблизилось к точке кипения. Медленное прогревание приводит к частичному свертыванию белков, содержащихся в желтках, и загущает соус в однородную массу; слишком быстрое прогревание коагулирует белки полностью, в результате чего соус сворачивается.



6 **Заключительный этап приготовления соуса.** Для завершения перемешивания ингредиентов возьмите кастрюлю за ручки и сделайте несколько наклоняющих и встряхивающих движений (длительное размешивание может нарушить целостность кусков нежного мяса). Немного лимонного сока, добавленного на этой стадии, сделает соус более пикантным. Как только соус приобретет консистенцию сливочного крема, подавайте *бланкет* на стол. □

Фаршировка телячьей грудинки

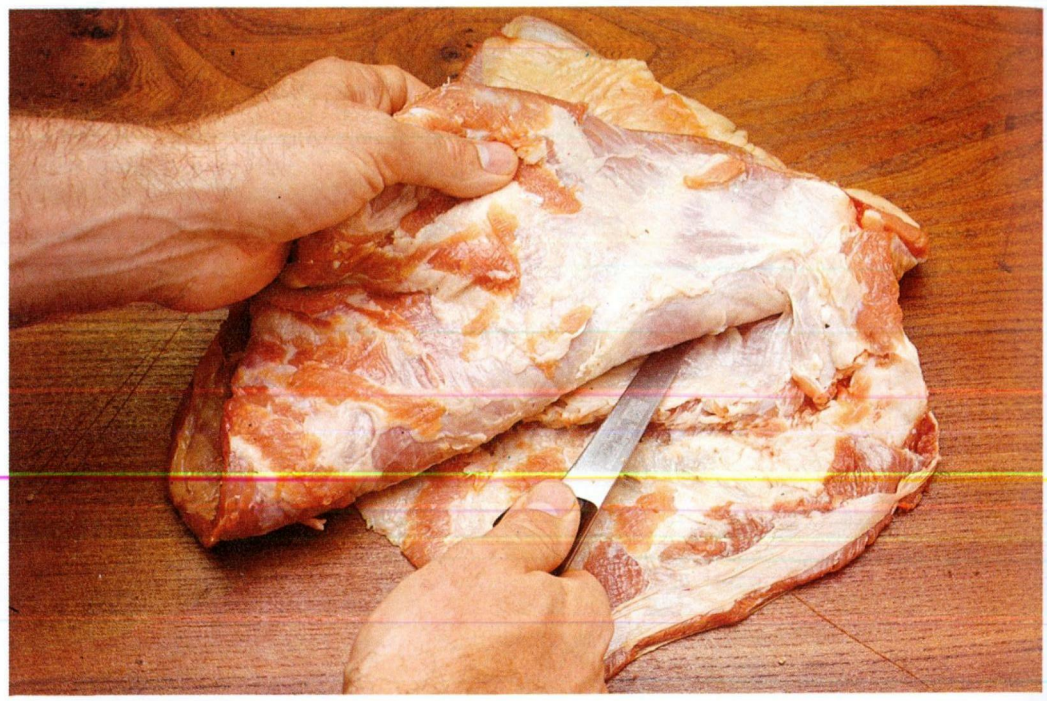
Телячья грудинка является отрубом с превосходными вкусовыми качествами и прекрасно подходит для отваривания. Это плоский, неправильной формы кусок мяса с несколькими реберными костями на внутренней стороне *(схема на стр. 10)*, однако, когда грудинка отделена от костей, начинена и свернута в рулет, как это показано на снимках, она становится очень красивым и столь же вкусным блюдом.

Фаршируйте либо целую телячью грудинку, либо, как в этом примере, половину. Отделите мякоть грудинки от костей, для этого никаких специальных навыков не требуется. Положите мясо ребрами вниз и сделайте надрез непосредственно над костями. Срезайте мясо с ребер одним цельным куском (ребра сохраните для бульона).

Затем, сделав в мясе кармашек, вы можете создать полость для закладывания начинки *(этапы 1 и 2)*. Формирование кармашка не займет у вас много времени, если вы будете следовать структурным слоям мяса. Легче всего разрезать грудинку по естественной границе, проходящей между двумя ее основными слоями; для этого оттягивайте один слой в сторону и прорезайте щель острым разделочным ножом.

Для приготовления начинки вы можете использовать любые ингредиенты, которые будут контрастировать с телятиной, не перебивая ее вкус, например, следующие комбинации: мангольд, хлебные крошки и травы; ветчина или бекон и измельченные яйца *(рецепты на стр. 160—161)*. В рассмотренном ниже примере контрастность цвета и вкуса создается начинкой, приготовленной из примерно 1 кг шпината (бланшированного, хорошо отжатого и затем нарезанного), 100 г сырого говяжьего костного мозга, двух взбитых яиц и хлебных крошек (в количестве, достаточном для связывания всех ингредиентов в единую массу).

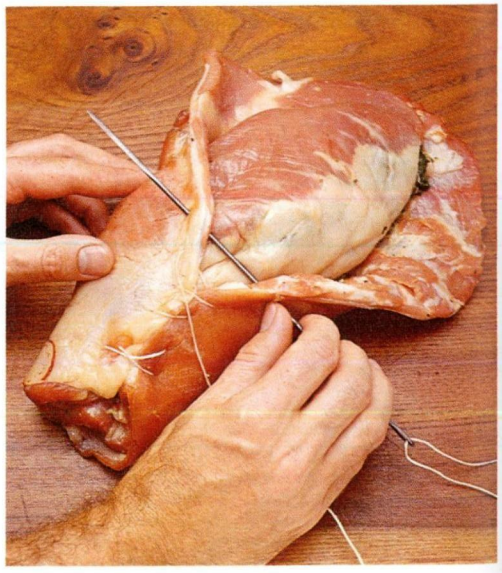
Начинив грудинку, оберните кармашек ее длинными сторонами и сшейте их вместе *(этап 3)* для придания мясу аккуратной формы. Так как начинка изнутри будет насыщать грудинку ароматами, вы можете отваривать ее в воде с ароматическими овощами и приправами: итоговый бульон будет светлым и прозрачным. Если вам по душе более напористый стиль, добавьте в воду немного белого вина или замените ее на бульон из телятины. После приготовления нарежьте фаршированную грудинку тонкими ломтиками и увлажните их небольшим количеством бульона.



1 **Формирование кармашка.** Введите лезвие ножа между двумя главными слоями мышц отделенной от костей телячьей грудинки и прорезайте в ней кармашек. Делайте кармашек столь глубоким и вместительным, насколько это возможно, но постарайтесь не отделить совсем верх от низа. Посолите и поперчите внутреннюю поверхность кармашка.

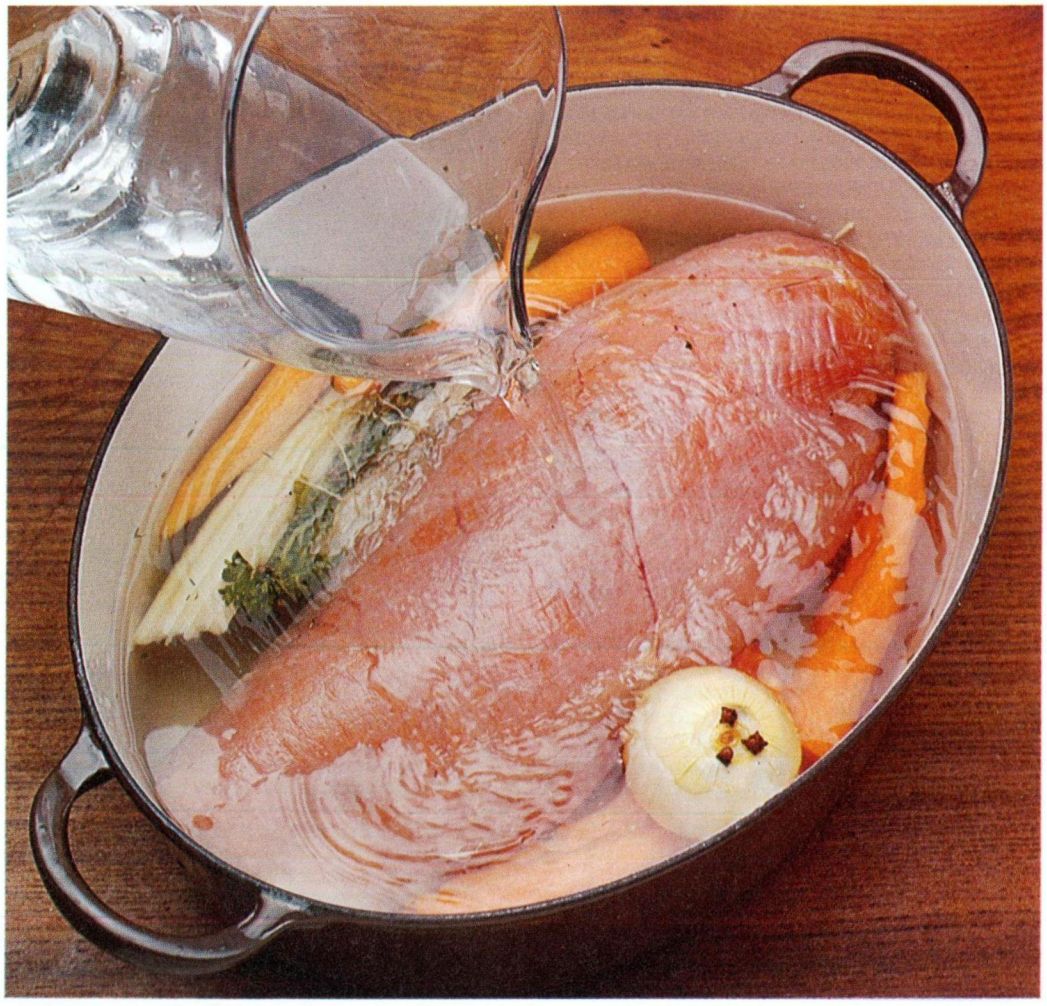


2 **Фаршировка грудинки.** Положите грудинку наружной стороной (той, где была кожа) вниз и заполните кармашек приготовленной начинкой. Для закрытия кармашка заверните верхний пласт мякоти аккуратно, но достаточно плотно вокруг и под начинкой, чтобы кармашек получил четкую цилиндрическую форму.



3 **Заворачивание и сшивание.** Стяните две длинные кромки грудинки вместе над начиненным кармашком. Если они перекрывают друг друга, вы можете, по желанию, обрезать их так, чтобы они соединялись встык. Используя кулинарную иглу с нитью, сшейте кромки вместе таким образом, чтобы интервал между стежками составлял около 3,5 см *(вверху)*. Прочно свяжите концы нити.

4 **Отваривание.** Положите мясо швом вниз в гусятницу. Положите по бокам телятины ароматические овощи: морковь, головку репчатого лука с вдавленными бутонами гвоздики и пучок душистых трав. Добавьте холодную или чуть теплую воду, чтобы она покрыла мясо, медленно доведите жидкость до кипения и снимите пену *(стр. 12)*. Накройте гусятницу крышкой, оставив небольшую щель, убавьте огонь и варите 1,5 ч или до тех пор, пока телятина не станет мягкой.





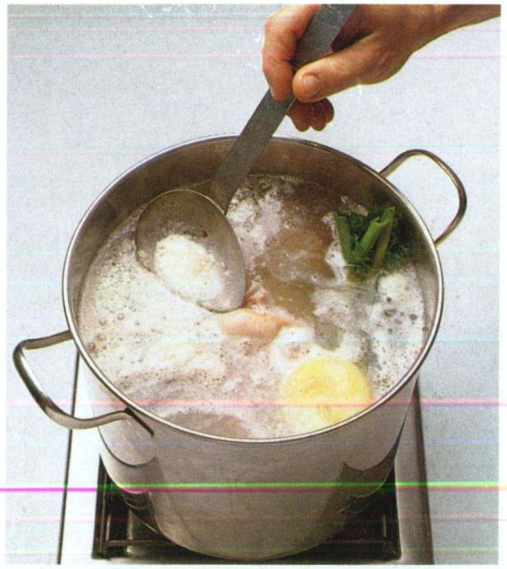
5 **Сервировка.** Выбросьте ароматические травы и овощи. Переложите отварную телятину на блюдо, накройте и дайте постоять 15 мин для облегчения нарезки. Разрежьте нить и тщательно удалите все ее куски. Нарежьте грудинку толстыми ломтиками и украсьте гарниром из отварной моркови или, как вариант, молодой репы. Посыпьте ломтики нарезанной петрушкой, полейте из половника небольшим количеством отвара и подавайте на стол. □

Фаворит со стажем: солонина из говядины

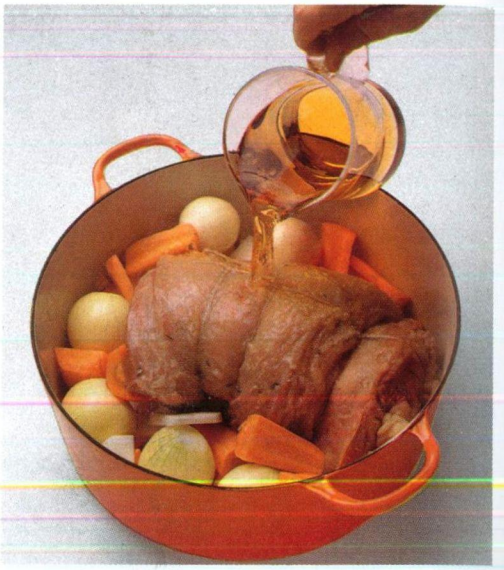
До появления холодильников говядину, как и многие другие виды мяса, предохраняли от порчи засолкой, покрывая кристаллами крупнозернистой сухой соли или погружая на несколько дней в ароматизированный рассол. И хотя такая практика в настоящее время потеряла свою актуальность, характерный вкус, придаваемый мясу консервированием, позволил засоленной говядине (или попросту солонине) занять прочное место в многих кухнях мира.

Конечно, готовую к приготовлению говяжью солонину можно покупать, однако, если вы консервируете мясо сами *(вставка внизу)*, вы можете выбрать нравящийся вам отруб говядины подходящего качества и засолить ее по собственному вкусу. Грудинка с ее натуральными прожилками жира и крупнозернистый на срезе ссек первыми стоят в списке отрубов, традиционно используемых для соления.

Перед приготовлением блюд из солонины замочите ее на несколько часов или на ночь в холодной воде для удаления излишков соли. Затем завяжите мясо в компактный кусок и отваривайте его в воде, можно с небольшой добавкой сидра, как это сделано в примере на снимке справа. Отваривание на медленном огне позволит в полной мере раскрыться характерным вкусовым качествам говядины и в то же время размягчит даже самые жесткие отрубы.



1 **Снятие пены с солонины.** Положите вымоченную и обвязанную говядину в кастрюлю, залейте холодной водой и доведите до кипения, тщательно удаляя с поверхности жидкости появляющуюся пену *(стр. 12)*. Убавьте огонь и отваривайте мясо при слабом кипении. Если после 10 мин отваривания жидкость в кастрюле станет слишком соленой на вкус, вылейте ее и залейте говядину свежим кипятком. Добавьте ароматические овощи (в этом примере — репчатый лук и пучок душистых трав). При необходимости снимите пену и отваривайте мясо на медленном огне 2—3 ч.



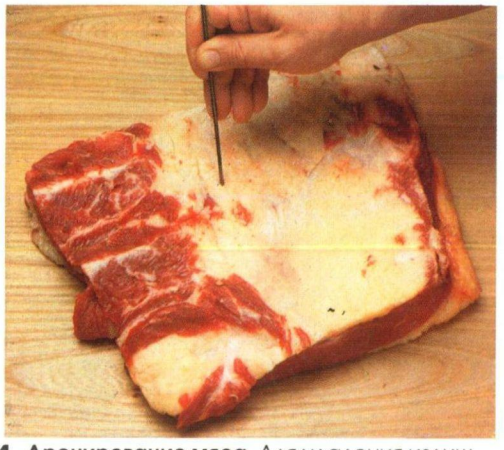
2 **Заключительный этап отваривания.** Переложите говядину в другую кастрюлю с новой порцией ароматических овощей (в этом примере — цельные головки репчатого лука, нарезанная ломтиками репа и нарезанная толстыми кусками морковь). Процедите и охладите жидкость, в которой варилось мясо, снимите с нее жир *(стр. 47)* и влейте в кастрюлю с говядиной. По желанию, добавьте немного сидра. Отваривайте на медленном огне еще около часа или до тех пор, когда говядина будет легко протыкаться кулинарной иглой.

Засолка говядины в домашних условиях

Для засолки двух-трехкилограммового куска грудинки *(справа)* или ссека приготовьте около 4 л ароматизированного рассола *(рецепт на стр. 127)*, чтобы мясо могло быть погружено в него полностью. Для придания консервированной говядине красивого розового оттенка в рассол довольно часто добавляют селитру (нитрат натрия), однако она делает мясо более жестким и может способствовать образованию канцерогенных химических соединений.

Продолжительность засолки установите в соответствии со своими вкусовыми пристрастиями: чем дольше мясо лежит в рассоле, тем больше соли в него проникнет. Минимальное время засолки — 3 дня; максимальное — 10 дней.

Для предохранения мяса от порчи во время засолки позаботьтесь о том, чтобы вся утварь была предельно чистой и держите посуду с говядиной в сухом прохладном месте. Используйте для засолки керамическую, стеклянную или эмалированную посуду. Металл вступает в реакцию с рассолом, а пластмасса может ухудшить вкусовые качества мяса.



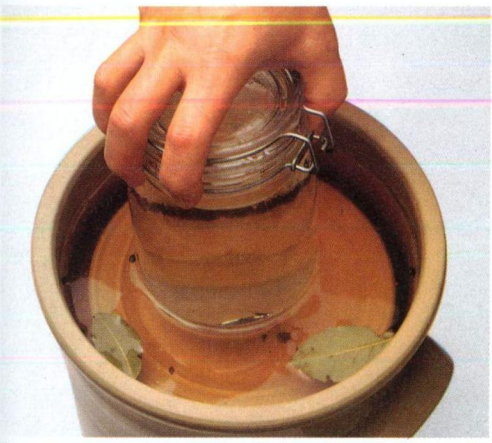
1 **Дренирование мяса.** Для удаления излишков крови (и для облегчения проникновения рассола в мясо) проколите говядину в шахматном порядке кулинарной иглой или спицей и положите в холодную воду. Примерно через 45 мин достаньте мясо из воды, промойте и положите его в чистый керамический горшок или кастрюлю. Не обвязывайте и не сворачивайте мясо.



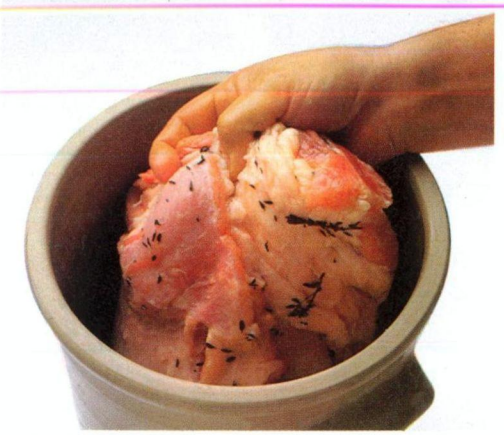
2 **Добавление рассола.** Приготовьте рассол, вскипятив воду с солью, сахаром и приправами до полного растворения сахара и соли. Дайте рассолу остыть до комнатной температуры и влейте его в горшок с мясом. Мясо должно всплыть без посторонней помощи.



3 Сервировка. Достаньте мясо из жидкости, срежьте обвязывающую нить и нарежьте солонину толстыми ломтиками. Выложите ломтики на теплое блюдо, украсьте гарниром из отварных овощей и положите по бокам клецки. Посыпьте петрушкой и подавайте на стол. □



3 Установка гнета. Для обеспечения хорошего насыщения говядины солью положите на мясо сверху чистую тарелку и придавите ее тяжелым гнетом. Используйте стеклянный, керамический или эмалированный гнет, который не будет реагировать с рассолом (в этом примере — заполненная водой банка для солений). Накройте чем-нибудь горшок для избежания попадания в него пыли.



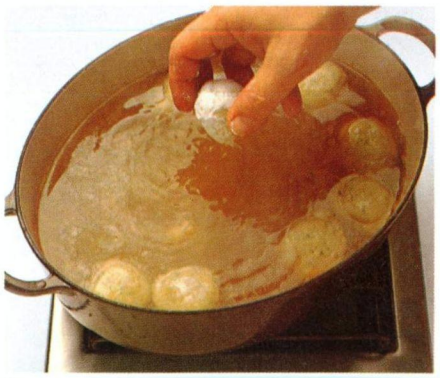
4 Извлечение мяса из рассола. Когда говядина просолится по вашему вкусу, достаньте ее из горшка. Не тревожьтесь, если мясо на ощупь будет очень скользким. Если засолка продолжалась всего 3—4 дня, вымачивайте мясо несколько часов в холодной воде. После более длительной засолки вымачивайте мясо всю ночь, прежде чем приступать к его обвязыванию и отвариванию.

Приготовление воздушных клецек

Клецки с небольшим количеством специй *(рецепт на стр. 126)* являются традиционным спутником говяжьей солонины. Вы можете отваривать их вместе с мясом в последние 30 мин его приготовления, однако в переполненной кастрюле они могут помяться. Для избежания этой опасности варите клецки отдельно в большой кастрюле в говяжьем отваре, бульоне или слегка подсоленной воде. Как только вы опустите клецки в жидкость, накройте кастрюлю крышкой и не заглядывайте туда по меньшей мере 15—20 мин.



1 Формовка клецек. Смешайте все ингредиенты в достаточно плотную однородную массу и охлаждайте в холодильнике по меньшей мере 30 мин. Влажными руками, чтобы предупредить прилипание, сформуйте из смеси небольшие шарики. Для удобства вы можете обвалять их затем в муке.



2 Отваривание клецек. Большую кастрюлю заполните наполовину мясным отваром. Опустите клецки в слабо кипящую жидкость, накройте крышкой и отваривайте около 30 мин. Переложите клецки небольшой шумовкой в блюдо.



6

Комбинированные способы приготовления блюд

Тесто на нутряном сале для пудингов и пирогов

Сервировка сырой говядины

Гратен из хлебных крошек для остатков мяса

Мясной хлеб и фрикадели

Разнообразие блюд из мелко нарезанного мяса

Пудинг из телятины

Кулинария, как и любое другое живое искусство, не может быть полностью ограничена строгими рамками определенных категорий. В этой главе приведены некоторые способы приготовления говядины и телятины, не подходящие под определения жарения, тушения или отваривания. В самом деле, в двух примерах говядина вообще не проходит термическую обработку и подается сырой. Мелко нарубленная, как в бифштексе по-татарски, или расплющенная в похожие на бумагу ломтики *(стр. 81)*, она может быть съедена без добавления каких-либо ингредиентов, но с тщательно подобранным гарниром.

Одним из старейших кулинарных методов является приготовление говядины в оболочке из теста. Говядина в пудинге из мяса и почек *(снимки слева и на следующем развороте)* тушится столь же долго, как и в добе, и в результате получается добе в тесте. Оболочка из теста на нутряном сале закрывает говядину так же, как это делала бы посуда, и вдобавок тесто само постепенно пропаривается, пока не станет мягким, сочным и насыщенным ароматом говядины и почек. Пирог с говядиной — это тоже разновидность тушеного мяса, но на этот раз — мяса с хрустящим покрытием из пропеченного теста. Мясной хлеб, запекаемый в духовке, и мясные фрикадели, которые обычно сначала обжариваются в масле, а затем тушатся или отвариваются на медленном огне, дают возможность каждому повару наслаждаться богатством существующих рецептов и изобретением своих собственных за счет изменения пропорций, варьирования видов мяса и добавления или удаления трав, специй и приправ. Дальнейшие изменения могут быть внесены подбором гарниров и соусов — от простейшего томатного соуса домашнего приготовления *(стр. 86)* до более экзотического, составленного из яиц и йогурта, ароматизированного семенем тмина *(рецепт на стр. 133)*.

Поскольку многие классические блюда из говядины получаются более вкусными при приготовлении их в больших количествах, остатки готового мяса открывают широкие возможности для импровизации. Из остатков восхитительного французского *пот о фе* традиционно готовят *миротон* — тушеное мясо с репчатым луком *(стр. 82)*, в то время как красный хаш *(стр. 84)* является обычной вариацией блюда из кусочков говядины и картофеля, которое обычно следует в кильватере отварной говядины по-новоанглийски. Остатки телятины также прекрасно подходят для дальнейшей кулинарной обработки и приготовления вкуснейших блюд, таких, как праздничный пудинг в форме *(стр. 88)*. Широкий диапазон открывающихся возможностей подчеркивает наиболее важный вывод, который следует хорошо запомнить: используйте остатки с таким же тщательным вниманием и заботой, которыми вы окружаете приготовление величественного ростбифа или изысканных эскалопов, и вы будете вознаграждены в результате кушаньями, столь же вкусными и привлекательными, как и блюда с более строгой рецептурой.

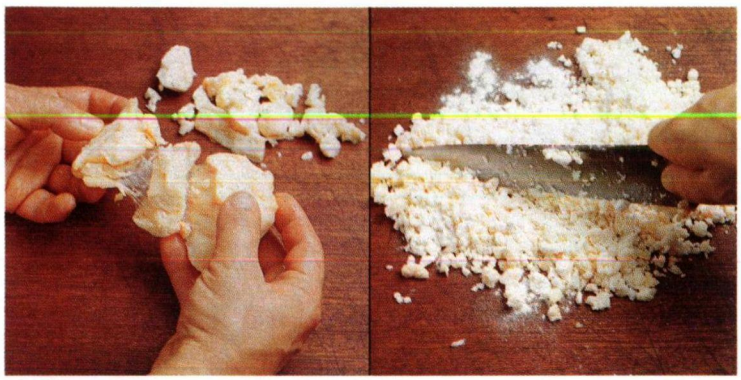
Начинка из мяса и почек для пудинга на нутряном сале сверкает при ее увлажнении бульоном. Запечатанная крышкой из теста и завернутая в ткань, форма с пудингом будет погружена на несколько часов в медленно кипящую воду, пока мясо не станет мягким, вкусовые компоненты не объединятся, а тесто не пропитается ароматами и соками начинки.

Приготовление теста на нутряном сале

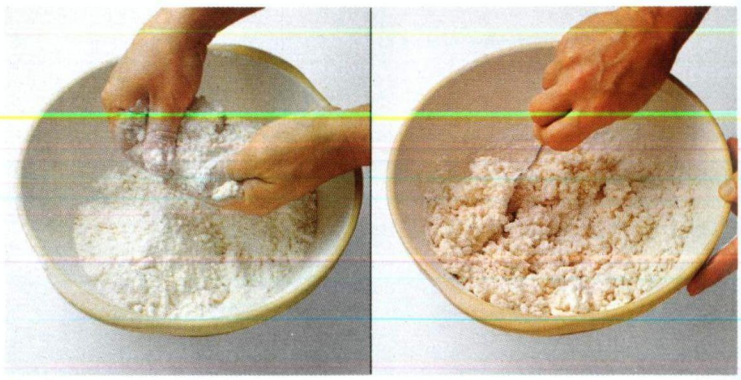
Нутряное сало (внутренний говяжий жир) для теста, используемого вместе с говядиной и телятиной, ставит вас перед проблемой выбора. Свежий говяжий жир может быть куплен в то же время, когда вы покупаете себе мясо; при этом наивысшим качеством обладает жир, окружающий почки. Соединенное с почти вдвое большим по весу количеством муки и небольшим количеством воды или молока, нутряное сало позволяет получить тесто, которое станет легким и пористым в результате его варения на пару *(стр. 77—78)* или восхитительно хрустящим — после запекания в духовке *(стр. 79)*.

Ключевым условием приготовления теста на купленном у мясника нутряном сале является кратковременное его охлаждение в холодильнике перед использованием. Охлажденное до твердого состояния, нутряное сало будет свободно отделяться от пленок соединительной ткани. Кроме того, оно будет гораздо легче измельчаться ножом на крохотные кусочки, которые основательно перемешаются с мукой и жидкостью до образования однородного теста. Обработанный жир, продаваемый в пакетах, как правило, уже освобожден от пленок соединительной ткани, растоплен и измельчен на частицы, готовые для смешивания. Он удобен в использовании, но теряет аромат и текстуру свежего нутряного сала.

Чтобы быть уверенным, что ваше тесто не станет клеклым, используйте его сразу же после приготовления. Тесто, приготовленное на нутряном сале, в отличие от некоторых других видов теста, не улучшается, если дать ему постоять или охладить перед использованием. Если вы хотите приготовить тесто заранее, смешайте сухие ингредиенты и охладите их, а затем, непосредственно перед приготовлением блюда, добавьте в сухую смесь жидкость и замесите тесто.



1 **Предварительная обработка нутряного сала.** Разделите руками охлажденный жир на куски *(вверху слева)* и удалите прозрачные пленки соединительной ткани. Измельчите жир большим острым ножом, время от времени слегка посыпая кусочки мукой, чтобы они не слипались. Продолжайте измельчение до тех пор, пока кусочки жира не примут размер крупных хлебных крошек *(вверху справа)*.



2 **Смешивание ингредиентов.** Положите жир и муку в большую миску и добавьте щепотку соли. Слегка перемешайте ингредиенты пальцами *(вверху слева)*. Добавляя холодную воду или молоко (1 ст. л. за один раз), тщательно размешивайте смесь вилкой *(вверху справа)* до тех пор, пока тесто не превратится в плотную массу. Жидкости потребуется очень мало.



3 **Замешивание теста.** Сформуйте тесто в шар и на обильно посыпанной мукой холодной поверхности, предпочтительно мраморной, промесите его слегка для окончательного перемешивания жира и муки. Затем, используя основание ладони, надавите на тесто так, чтобы оно расплющилось, после чего сформуйте его в шар и раздавите снова. Повторяйте это до тех пор, пока тесто не станет полностью однородным и пластичным.

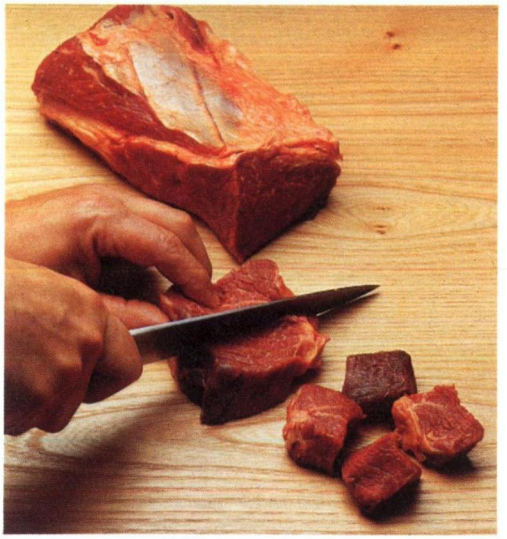


4 **Раскатывание теста.** Хорошенько посыпьте мукой рабочую поверхность стола и раскатайте тесто *(справа)* до нужной толщины: около 2 см для пудинга и около 5 мм для пирога.

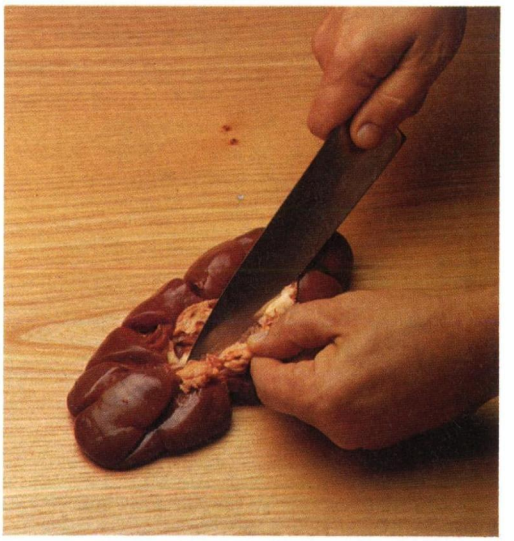
Паровое мясо и почки в тесте

Говядина, приготовленная в оболочке из теста, является проверенным временем питательным и вкусным блюдом. Тесто закрывает со всех сторон мясо и жидкость для тушения, обеспечивая смешение и взаимообогащение их ароматических составляющих, и плюс к этому насыщается экстрактивными веществами мяса, приобретая неповторимые вкусовые качества.

В английском пудинге из мяса и почек, демонстрируемом в этом примере *(рецепт на стр. 127)*, используется традиционная техника совместного приготовления мяса и теста. Пудинг готовят самым щадящим способом — на пару. Ингредиенты укладывают в форму и тщательно накрывают (обычно большой матерчатой салфеткой, увлажненной и посыпанной мукой). Затем форму погружают на две трети ее высоты в кипящую воду в большой закрытой кастрюле и кипятят на медленном огне несколько часов. Вода внизу и пар наверху объединяют свой потенциал для обеспечения достаточно интенсивного влажного тепла, которое тушит мясо и в то же время сохраняет тесто мягким и эластичным. Пудинг пропекается примерно за 4 ч, однако более длительное его нахождение в среде горячего пара (7—8 ч) сделает блюдо еще более вкусным и ароматным.



1 **Нарезка мяса.** Для пудинга из мяса и почек может быть использован любой отруб говядины, подходящий для тушения. На снимке вверху показан килограммовый кусок хребтового края, нарезаемый кубиками со стороной около 2,5 см.



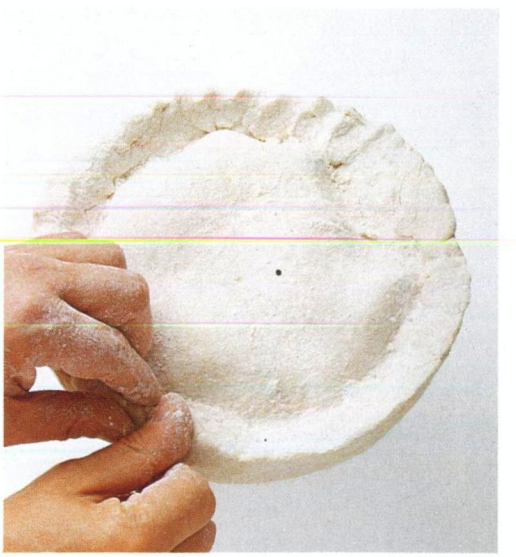
2 **Обработка почек.** Тщательно срежьте острым ножом жирную соединительную ткань с каждой почки *(вверху)*. Разрежьте их пополам в длину, срежьте остатки белой соединительной ткани и нарежьте половинки почек довольно большими кусочками. Если вы хотите смягчить характерный запах почек, опустите нарезанные кусочки на 1 мин в кипящую воду и затем дайте им стечь в течение 15 мин.



3 **Выстилка тестом формы для пудинга.** Приготовьте тесто *(вставка на предыдущей странице)*, зарезервируйте его четвертую часть для покрывающего пласта и раскатайте остальное в круг, диаметр которого примерно в два раза будет превышать диаметр формы. Плотно прижмите тесто ко дну и стенкам формы *(вверху)*, позволяя кромкам свободно свешиваться с ободка.



4 **Закладка ингредиентов пудинга.** Компактно заполните выстланную форму кусочками мяса и почек. Добавьте воду или бульон так, чтобы от поверхности жидкости до верхнего края формы оставалось около 5 см. Раскатайте оставшееся тесто в круг, несколько больший, чем верх формы, и положите на пудинг *(вверху)*.



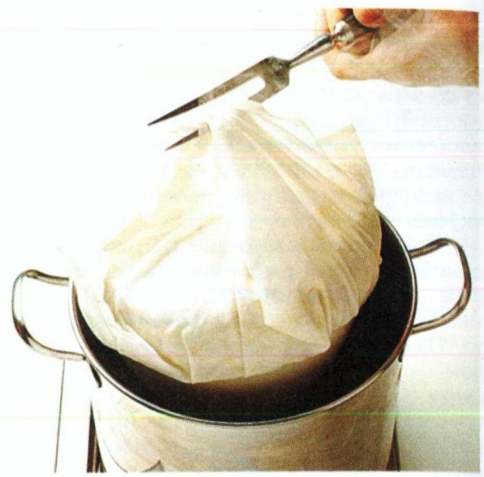
5 **Соединение кромок теста.** Увлажните водой кромки пласта, устилающего форму, и загните их на покрывающий пласт. Соедините кромки обоих пластов и обдавите их по окружности ободка, нажимая большим пальцем *(вверху)* или зубцами большой вилки. ▶



6 **Накрытие формы.** Увлажните салфетку и слегка посыпьте мукой одну ее сторону. Положите салфетку на форму посыпанной стороной вниз и плотно обвяжите куском шпагата чуть ниже ободка *(вверху)*. В качестве альтернативного варианта используйте алюминиевую фольгу, слегка отгофрированную, чтобы дать тесту возможность увеличиваться в объеме.



7 **Завязывание салфетки.** Стяните вместе два противоположных конца салфетки над верхом формы и завяжите их двойным узлом. Проделайте аналогичную операцию с двумя другими концами. Поставьте пудинг на подставку или решетку гриля в большую глубокую кастрюлю. Налейте в кастрюлю кипящей воды так, чтобы она поднялась на две трети высоты формы.



8 **Приготовление пудинга на пару.** Накройте кастрюлю крышкой и кипятите на очень медленном огне 4—8 ч. Время от времени добавляйте в кастрюлю немного кипятка, чтобы поддерживать в ней постоянный уровень воды. Для выемки пудинга проденьте зубец разделочной вилки под узел салфетки.



9 **Сервировка пудинга.** Развяжите концы салфетки и разрежьте шпагат. Подавайте испускающий пар пудинг прямо из формы, зачерпывая мясо вместе с проварившимся тестом большой ложкой или половником. □

Быстрые и легкие в приготовлении пироги с мясом

Несмотря на то, что пудинг с мясом и почками, часами готовящийся на пару, вполне заслуживает столь длительного ожидания, существует и более быстрый способ приготовления говядины и теста в одном блюде. Потушенное заранее мясо можно уложить в формы для выпечки пирогов (большие или маленькие), накрыть любым видом теста, которое вам нравится, и затем запечь в духовке до образования хрустящей золотистой корочки *(рецепт на стр. 129)*.

Если вы предпочитаете закладывать в пирог сырое мясо, чтобы его аромат мог пропитать тесто, вам придется, соответственно, увеличить время приготовления. Используйте в качестве начинки подходящее для тушения мягкое мясо, например кострец, и подрумянивайте его перед закладыванием в пирог. Убавляйте огонь в духовке на более поздней стадии приготовления и экранируйте корочку бумагой или алюминиевой фольгой, чтобы предохранить ее от обгорания, пока доходит до кондиции мясная начинка.

Различные виды теста для покрывного коржа пирога с мясом

Корж, закрывающий сверху пирог с мясом, может быть сделан из любого вкусного теста. Тесто на нутряном сале, описанное на *стр. 76*, становится сочным и мягким, когда готовится на пару в форме для пудинга, и вместе с тем приобретает воздушную хрустящую корочку при запекании мяса в сухом тепле духовки. Другие виды сдобного теста, начиная с песочного на сливочном масле, использующегося для приготовления пирогов с мясом и почками (пример на этой странице), и заканчивая обычным пресным слоеным тестом *(рецепт на стр. 166)*, позволят получить корочки различного вкуса, но одинаково аппетитные и хрустящие.

Однако совсем не обязательно готовить покрывные коржи только из сдобного теста: существует много альтернативных путей. Взбитое тесто, такого же типа, как в йоркширском пудинге *(стр. 18)*, используется для приготовления старинного и любимого в Англии блюда, имеющего прелестное название — «жаба в норке» *(рецепт на стр. 130)*. Рис, отваренный до размягченного, слегка разваренного состояния, заправленный сливочным маслом или сливками, может также выкладываться поверх пирога. В Мексике и на юго-западе США традиционно для покрытия пирогов с начинкой из приправленной специями рубленой говядины используется кукурузная каша *(рецепт на стр. 128)*.

Крахмалистые корнеплоды и клубни, такие, как картофель и брюква, позволяют получать еще один вид экономичного и эффективного покрывного коржа *(рецепт на стр. 128)*. Отварите овощи заранее и разомните в небольшом количестве молока, сливок или сливочного масла, чтобы смесь легко распределялась равномерным слоем над начинкой и не пересыхала во время запекания. Чтобы помочь образованию на овощном корже в духовке золотистой хрустящей корочки, вы можете посыпать его тонко размолотыми панировочными сухарями, тертым сыром или их смесью.



1 **Закладка ингредиентов пирога.** Приготовьте начинку (в этом примере — мякоть костреца и почка, тушенные с репчатым луком в бульоне). Когда мясо будет готово, дайте ему остыть: горячая начинка оставит тесто сырым. Раскатайте тесто в блин толщиной около 5 мм и, используя перевернутую форму для пирога в качестве мерки, вырежьте чуть больший по диаметру круг. Наполните форму начинкой чуть выше ободка, чтобы покрывной корж не прогнулся внутрь. Положите тесто на форму *(вверху слева)*; обожмите его края и прорежьте в центре отверстие для выхода пара. Смажьте поверхность теста сырым яйцом, взбитым с небольшим количеством воды *(вверху справа)*, чтобы на испеченной корочке образовалась красивая глазурь.



2 **Запекание.** Поставьте пироги в духовку, прогретую до 200 °С, и готовьте их до образования золотистой корочки (от 45 до 60 мин). Подавая пирог, сначала отрежьте ложкой и положите на тарелку порционный кусок корочки, затем выложите вдоль нее начинку *(справа)*, чтобы тесто не перестало хрустеть. □

Говядина в своем изначальном качестве

Бифштекс по-татарски

Практически всегда первая вилка сырой говядины оказывалась приятным сюрпризом для людей, которые до этого не страдали жаждой приключений. Два блюда из сырой говядины, продемонстрированные на этом развороте, гораздо чаще встречаются в ресторанах, чем в меню домашних кухонь, однако ничего трудного в их приготовлении нет. Единственным обязательным условием, не допускающим исключений, является абсолютная свежесть используемого мяса.

Бифштекс по-татарски *(снимки справа на этой странице)* является классической рубленой говядиной, полюбившейся многим людям, в то время как тончайшие ломтики говядины, изображенные на следующей странице, считаются современной инновацией, знакомой не всем, но, безусловно, заслуживающей более близкого знакомства с ней.

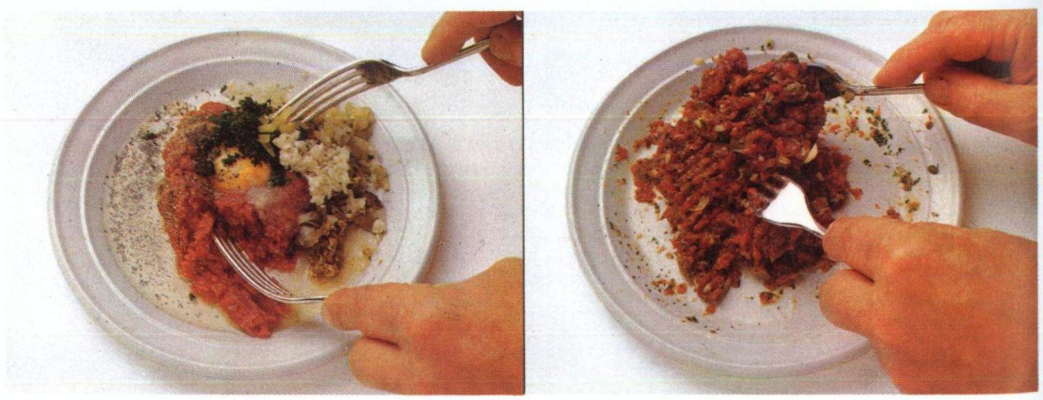
Название бифштекса по-татарски отражает его предположительное происхождение, уходящее корнями в жизнь и быт кочевников Монголии. На рассвете — так говорит легенда — предусмотрительные татары закладывали кусочки сырой говядины под свои седла. Ближе к вечеру, когда заканчивался тяжелый дневной переход, мясо становилось мягким и готовым к употреблению. Однако в наши дни приготовление бифштекса по-татарски требует гораздо меньше времени *(рецепт на стр. 135)*. Гарнир может быть приготовлен заранее, а сама говядина должна быть нарублена — предпочтительно ручным способом *(стр. 36)* — в самый последний момент. Многие повара используют для этого блюда мякоть вырезки или оковалка — очень нежных, но дорогих отрубов; мякоть костреца является менее дорогой, но более ароматной альтернативой. Вне зависимости от используемого отруба, каждый кусочек жира и соединительной ткани должен быть тщательно срезан, так как вкусовые достоинства бифштекса по-татарски в значительной мере определяются тем, насколько постна говядина.

Тонкие ломтики сырой говядины с пикантным гарниром стали знаменитыми в качестве фирменного блюда бара «У Гарри» в Венеции, где они сначала подавались избранным посетителям, которым врачи рекомендовали есть только сырое мясо. Блюдо, названное «Карпаччо» в честь выдающегося венецианского художника XV века, готовилось путем нарезания машинным способом охлажденных тончайших ломтиков. Вместо использования машины метод, изложенный ниже, основывается на аккуратном отбивании маленьких ломтиков говядины до расплющивания их в пласты, большие по площади и такие тонкие, что они кажутся практически прозрачными.

Как и в случае бифштекса по-татарски, вы можете использовать для приготовления «Карпаччо» говяжью вырезку или менее дорогой отруб, тщательно зачищенный от пленок и жира. В рассмотренном примере использована мякоть щупа; отбивание делает его очень мягким. Это блюдо весьма экономное: вы можете приготовить дюжину порций из 500 г мяса.



1 **Сервировка.** Сформуйте из рубленой говядины котлетки, уложите их на блюдо и окружите гарнирами из измельченных овощей (в примере использованы каперсы, корнишоны, петрушка, шалот и репчатый лук). Поставьте на стол оливковое масло, крупную соль и молотый черный перец. Для завершения сервировки блюда сделайте в каждой котлетке небольшое углубление; разбейте по одному яйцу для каждой котлетки, отделите белок, а желток опустите в углубление.



2 **Заключительное перемешивание.** Дайте сидящим за столом по две вилки, чтобы они могли гарнировать блюдо по своему вкусу; положив себе нравящиеся ингредиенты, они могут использовать вилки для аккуратного перемешивания овощей с мясом, пока не получат ароматный фарш с контрастными по вкусу составляющими. □

Луковый соус для придания остроты остаткам мяса

Для хорошей кухни остатки говядины, особенно куски ростбифа или *пот о фе*, чаще являются признаком предусмотрительности, чем неумелого планирования. При использовании кусков в холодном виде из них можно готовить вкуснейшие салаты и сандвичи; украшенные и разогретые, они являются прекрасной основой для многочисленных, легких в приготовлении горячих блюд. Если мясу не позволяют пересушиться во время второго приготовления и подают прекрасно сервированным, то блюдо, приготовленное из остатков, может быть столь же вкусным и аппетитным, как и его прародитель.

Великолепным примером подобного блюда является французский *миротон*, который готовится путем разогревания тонких ломтиков *пот о фе* в остром луковом соусе *(рецепт на стр. 138)*. Несмотря на то что *миротон* получил свою известность как любимое блюдо простолюдинов (знаменитый французский романист XIX века Оноре де Бальзак связал его на вечные времена с парижскими консьержками), слава этого блюда распространилась по всему свету из-за его вкусовых качеств, а не из-за дешевизны и простоты приготовления.

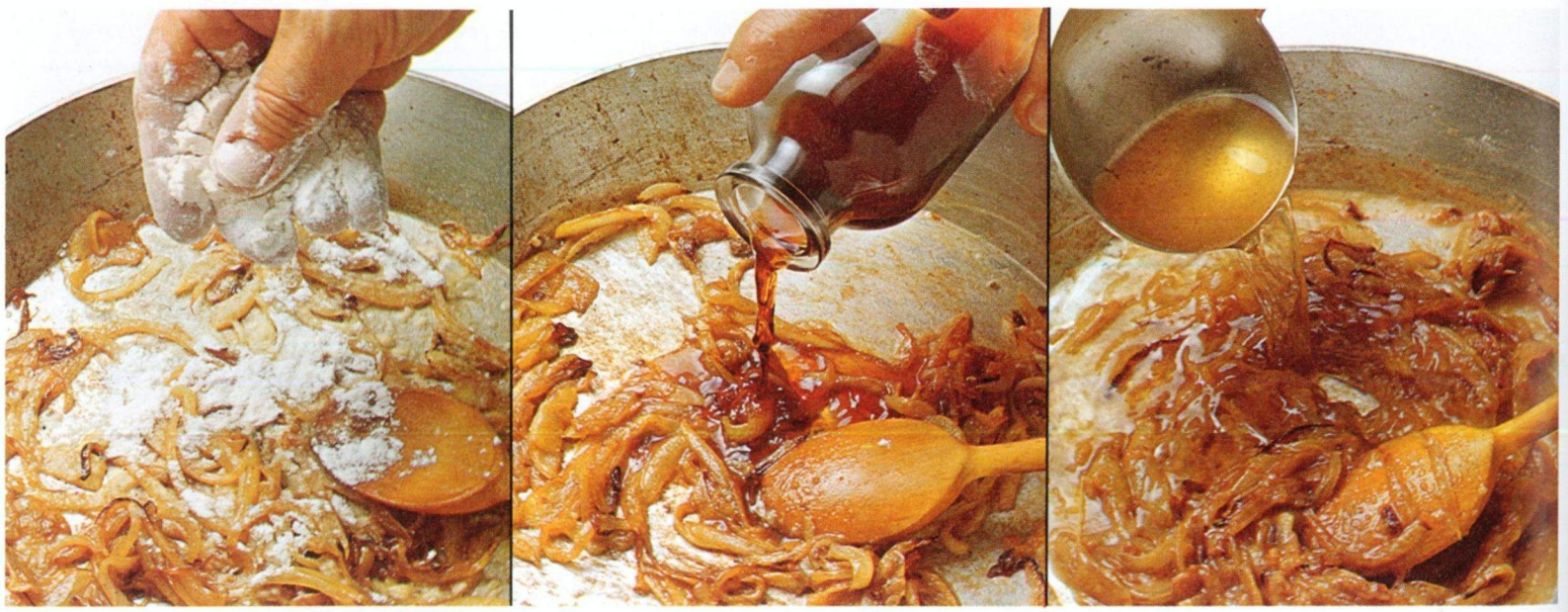
Блюдо приобретает характерный вкус от соуса, приготовленного соединением тушенного в сливочном масле репчатого лука с бульоном и придающим остроту уксусом. Вы можете свободно импровизировать на базе этого рецепта. Одним из частых украшений блюда является создание на нем хрустящей корочки (гратена) из политых растопленным сливочным маслом хлебных крошек, как показано в приведенном примере. И хотя именно репчатый лук предопределяет запах и вкус *миротона*, возможными добавками могут быть также помидоры, чеснок и грибы. Для дополнительной остроты вместо уксуса вы можете использовать однудве щепотки тертого хрена.

Настоящий *миротон* готовится из говядины *пот о фе*, которая уже была размягчена длительным отвариванием, поэтому, несмотря на то что мясо без какого-либо ущерба для своего качества может готовиться в луковом соусе часами, вы можете держать блюдо в духовке всего лишь 30 минут — чтобы позволить говядине пропитаться ароматом соуса.

Аналогичным образом может быть приготовлен и ростбиф, но он нуждается в более основательной термической обработке. Мясо, приготовленное в сухом тепле, становится более жестким на начальной стадии влажной термической обработки, поэтому дайте ростбифу покипеть в соусе на медленном огне по меньшей мере один час. Если у вас нет бульона от *пот о фе*, используйте для приготовления лукового соуса любую другую подходящую жидкость, например, вино, бульон из телятины или их смесь.



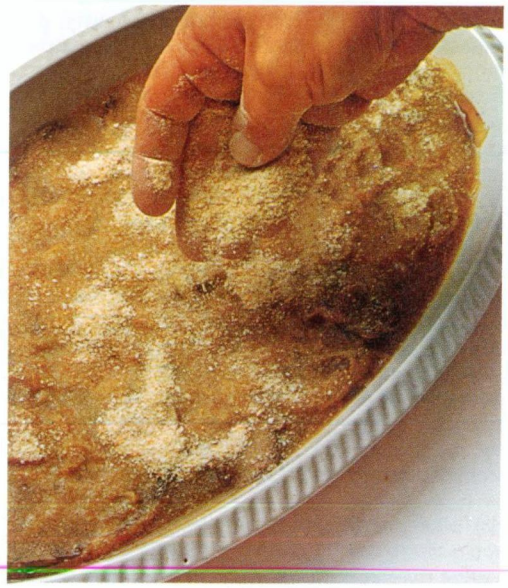
1 Подготовка говядины. Хорошенько охладите мясо, чтобы облегчить нарезку. Нарезайте говядину (в этом примере — *пот о фе* из рульки) как можно более тонкими ломтиками, чтобы вкус мяса и соуса полностью слились.



2 Приготовление лукового соуса. Нарежьте репчатый лук тонкими колечками и обжаривайте его в толстостенной сковороде на очень слабом огне. Когда лук станет золотистым и очень мягким, посыпьте его мукой так, чтобы получилась негустая смесь *ру (вверху слева)*. Тщательно размешивайте смесь 2—3 мин, затем добавьте 1—2 ст. л. винного уксуса *(вверху в центре)*. Продолжая размешивание, добавьте жидкость (бульон *пот о фе*, если он у вас есть, в противном случае — эквивалентное количество вина, бульона из телятины или мясного отвара), чтобы получился довольно жидкий соус *(вверху справа)*. Доведите соус до кипения, убавьте огонь и готовьте смесь при слабом кипении около 30 мин.



3 Закладка ингредиентов. Влейте слой соуса в неглубокое жаростойкое блюдо; уложите ломтики мяса внахлест и полейте их обильно соусом. Если вы используете ростбиф, готовьте его на медленном огне по меньшей мере 1 ч, прежде чем перейти к этапу 4.



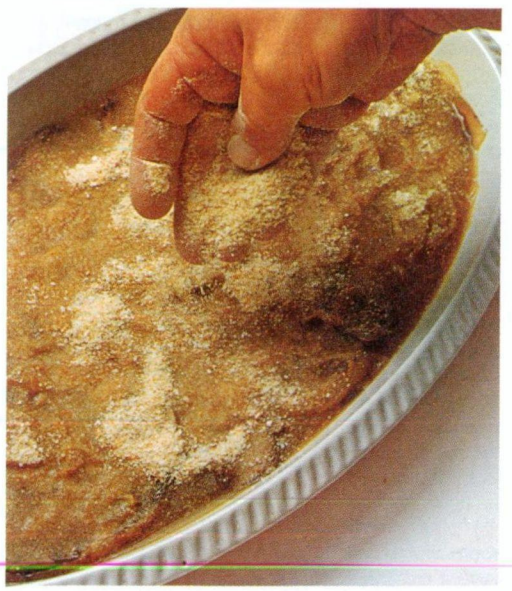


4 Добавление ингредиентов гратена. Потушив *миротон* на медленном огне, посыпьте поверхность мяса толстым слоем свежих хлебных крошек. Для увлажнения крошек полейте их растопленным сливочным маслом. Держите блюдо в умеренно прогретой духовке примерно 30 мин или до тех пор, пока не образуется золотистая корочка.

5 Сервировка *миротона*. Если хотите, посыпьте корочку свеженарезанной петрушкой и выдавите на нее сок из половинки лимона. Подавайте готовый *миротон* сразу же — с блюда, на котором он готовился. □



3 Закладка ингредиентов. Влейте слой соуса в неглубокое жаростойкое блюдо; уложите ломтики мяса внахлест и полейте их обильно соусом. Если вы используете ростбиф, готовьте его на медленном огне по меньшей мере 1 ч, прежде чем перейти к этапу 4.



4 Добавление ингредиентов гратена. Потушив *миротон* на медленном огне, посыпьте поверхность мяса толстым слоем свежих хлебных крошек. Для увлажнения крошек полейте их растопленным сливочным маслом. Держите блюдо в умеренно прогретой духовке примерно 30 мин или до тех пор, пока не образуется золотистая корочка.



5 Сервировка *миротона*. Если хотите, посыпьте корочку свеженарезанной петрушкой и выдавите на нее сок из половинки лимона. Подавайте готовый *миротон* сразу же — с блюда, на котором он готовился. □

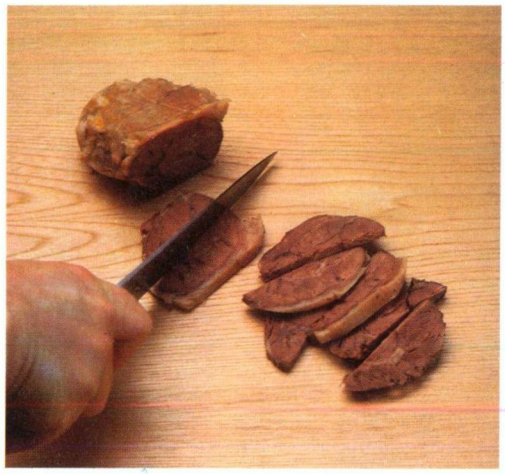
Творческий подход в подборе наполнителей к остаткам мяса

Хаш — это жаренная на сковороде смесь нарезанных кусочками или ломтиками остатков мяса, овощей и приправ. Во всех разновидностях этого блюда, название которого произошло от французского слова *hacher*, означающего «рубить, крошить», ингредиенты должны быть мелко нарублены для легкости и быстроты приготовления. В других отношениях вы можете смело творить. Выбирайте любую комбинацию ингредиентов, которая вам нравится или привлекает своей доступностью. Овощи придают мясу дополнительные вкусовые достоинства и открывают простор для импровизации; используйте те, что готовились с мясом в первоначальном блюде, или добавляйте свежие. Сладкий перец, помидоры и даже столовая свекла вносят в хаш новые цветовые и вкусовые оттенки. Картофель, приготовленный или сырой, может стать прекрасным наполнителем хаша и составлять половину его объема. Если вы используете сырой картофель, увлажните хаш жидкостью, например, бульоном или сливками, и готовьте блюдо подольше — или натрите картофель на терке, чтобы он был готов одновременно с остальными ингредиентами хаша. Вы можете готовить хаш либо до приобретения им влажной и мягкой консистенции, либо до образования румяной хрустящей корочки.

Проиллюстрированная на этих двух страницах последовательность кулинарной обработки демонстрирует два различных подхода к приготовлению хаша. На верхних снимках каждый элемент блюда готовится отдельно и только в конце смешивается с другими ингредиентами. Вы можете остановиться на любой стадии либо пройти все. Первые три этапа показывают, как готовится хаш *лионез (рецепт на стр. 137)*. После его обжаривания в репчатом луке и уксусе добавляется жаренный в масле картофель, чтобы блюдо стало более сытным и чуть более рассыпчатым. И, наконец, сладкий зеленый перец и помидоры используются для придания хашу характерного средиземноморского колорита и дополнительной сочности.

В нижней панели снимков все ингредиенты хаша объединены заранее и зажарены в виде лепешки с хрустящей наружной корочкой. Лепешка, проиллюстрированная в данном примере,— это красный хаш *(рецепт на стр. 137)*, который традиционно готовят из остатков отварной говядины по-новоанглийски: солонина, картофель и столовая свекла. Чтобы приготовить смесь для лепешки, нарежьте мясо и слегка отварите овощи, порубленные на маленькие кусочки одинакового размера для равномерности прогрева. Обязательно нарезайте любые сырые ингредиенты, особенно репчатый лук, очень мелко, чтобы они хорошо перемешивались, объединяясь в единое целое и пропекаясь в максимально короткое время.

Как усовершенствовать хаш лионез

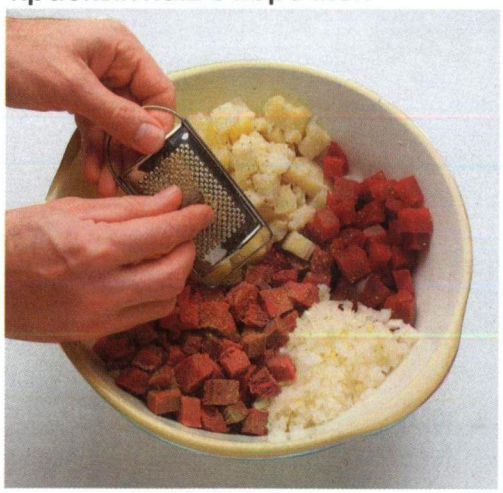


1 **Нарезка мяса.** Нарезайте мясо небольшими кусочками, чтобы они быстро прогревались и легко перемешивались с другими ингредиентами. В этом примере остатки вареной говяжьей голяшки нарезаны маленькими ломтиками толщиной около 1 см.

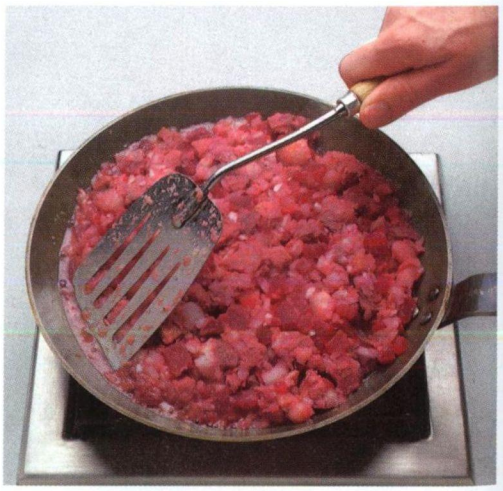


2 **Размягчение репчатого лука.** Растопите сливочное масло в сковороде на слабом огне и положите в нее репчатый лук, пучок душистых трав и несколько неочищенных раздавленных долек чеснока. Накройте крышкой и тушите на слабом огне около 20 мин или до тех пор, пока репчатый лук не станет мягким и золотистым; регулярно размешивайте ингредиенты *(вверху)* для предохранения лука от прилипания или пригорания к сковороде. Удалите чеснок и пучок душистых трав.

Красный хаш с корочкой



1 **Соединение ингредиентов.** Нарежьте кубиками мясо и предварительно приготовленные овощи (в этом примере — солонина, бланшированный картофель и отварная столовая свекла) и очень мелко нарубите сырой репчатый лук. Сложите все ингредиенты в большую миску, приправьте солью и молотым черным перцем и добавьте тертый мускатный орех *(вверху)*. Тщательно перемешайте смесь пальцами или ложкой.



2 **Формовка лепешки.** Разогрейте в толстостенной сковороде обильное количество сливочного или растительного масла (или их смеси). Когда жир станет горячим, выложите в сковороду мясоовощную смесь и обдавите ее лопаточкой так, чтобы получилась не прилегающая к боковым стенкам плоская лепешка. Придайте компактную форму кромкам *(вверху)*, чтобы ингредиенты не разделялись при переворачивании лепешки.



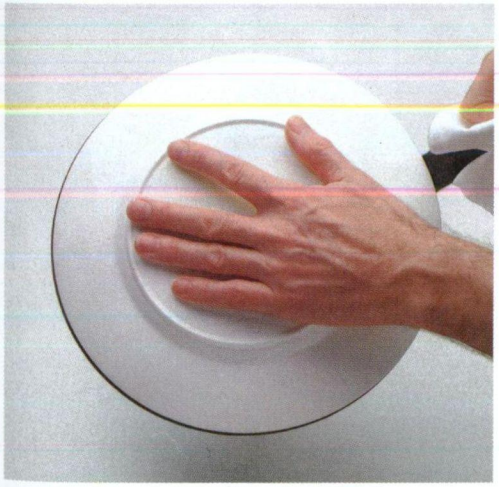
3 Обжаривание мяса на сковороде. Обжаривайте мясо в отдельной сковороде на сильном огне в жиру или растительном масле до тех пор, пока на его гранях не образуется тонкая корочка. Убавьте огонь и добавьте в сковороду размягченный репчатый лук; хорошенько перемешайте лук с мясом деревянной ложкой *(вверху)*. Вмешайте небольшое количество красного винного уксуса и посыпьте нарезанной петрушкой, чтобы получить готовый хаш *лионез*.



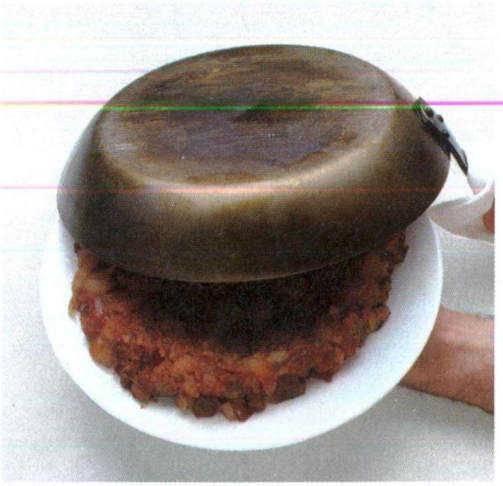
4 Совершенствование блюда. Чтобы хаш стал более сытным, добавьте картофель, предварительно слегка отваренный и очищенный от кожицы и обжарьте его в растительном масле. В следующем варианте добавьте ломтики сладкого зеленого перца и очищенные от кожицы и семян помидоры. Перед этим немного потушите перец на слабом огне с оливковым маслом и солью, добавьте помидоры, чтобы они прогрелись насквозь, и затем выложите полученную смесь в хаш *(вверху)*.



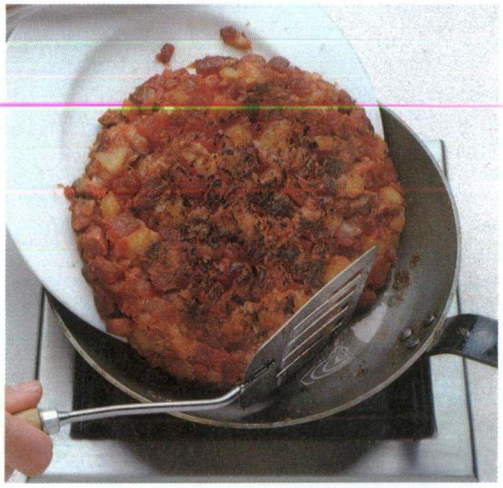
5 Сервировка. Перемешайте все ингредиенты, следя за тем, чтобы помидоры не были раздавлены. Подержите хаш на огне несколько минут и затем обильно посыпьте нарезанной петрушкой. Подавайте хаш прямо со сковороды *(вверху)* или переложите в прогретое блюдо. □



3 Подготовка к переворачиванию лепешки. Обжаривайте хаш на слабом огне около 8 мин, регулярно встряхивая сковороду, чтобы убедиться, что лепешка не прилипла и легко скользит. Для переворачивания лепешки одним куском накройте сковороду большой тарелкой.



4 Переворачивание лепешки. Плотно прижимая тарелку к сковороде, быстро переверните ее вместе со сковородой. Если лепешка не прилипла к сковороде, она аккуратно выпадет на тарелку *(вверху)*.



5 Подрумянивание второй стороны. Для получения хрустящей корочки на обеих сторонах лепешки добавьте в сковороду растительное и сливочное масло, если это необходимо. Когда жир прогреется, наклоните тарелку так, чтобы лепешка аккуратно соскользнула в сковороду. Помогайте себе лопаточкой *(вверху)*. Обжаривайте лепешку на слабом огне еще около 8 мин для образования корочки. Подавайте хаш прямо со сковороды или переложите его на блюдо. □

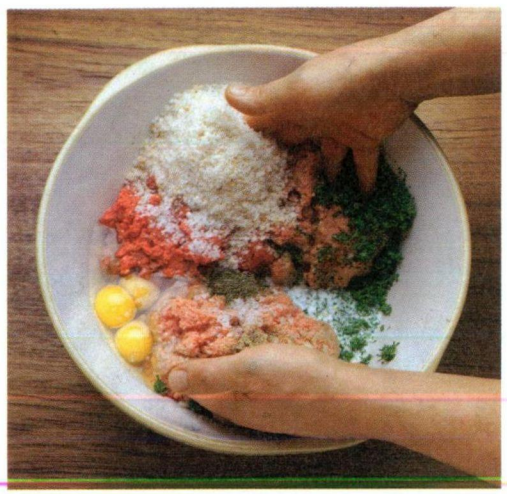
Выпечка сочного мясного хлеба

Мясной хлеб приглашает вас к импровизации. Вы можете придумать собственный состав рубленого мяса, сделать его структуру крупно- или мелкодисперсной, поэкспериментировать с подбором увлажняющих жидкостей и приправ и добавлять другие ингредиенты — измельченные овощи, хлебные крошки или сухие каши — в базовую смесь. В результате ваше творение, подобно тем, что созданы многими другими поварами, может стать любимым блюдом для всей семьи и друзей.

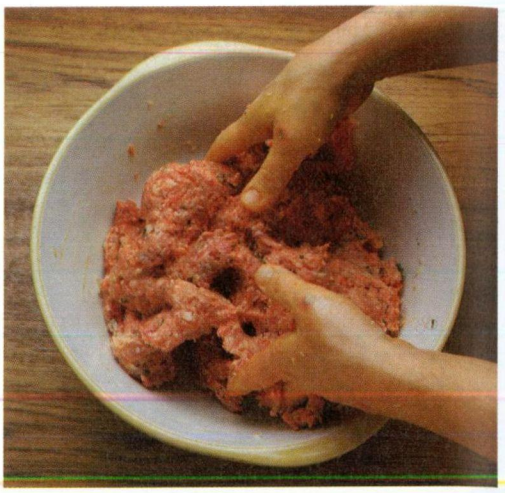
Мясной хлеб, о котором пойдет речь, прост в приготовлении *(рецепт на стр. 135)* и как классическое произведение кулинарного искусства может быть взят в качестве основы для дальнейшей импровизации. В мясную смесь входят две части молотой говядины и по одной части молотой телятины и свинины. Эта комбинация позволяет получить легкий и ароматный мясной хлеб; однако вы можете свободно варьировать пропорции в соответствии со своими пристрастиями, позволяя господствовать одному виду мяса или смешивая вкусовые компоненты поровну в единое целое. Увлажняющие ингредиенты, например, молоко, используемое в этом случае, также могут варьироваться. Вы можете добавлять в фарш бульон из телятины, сливки, вино или пиво, но всегда следите за тем, чтобы жидкости было достаточно. Из слишком постной или недостаточно влажной смеси получается сухой, крошащийся мясной хлеб, с трудом поддающийся нарезке ломтиками. В приведенном примере для того, чтобы мясной хлеб стал более воздушным, в него добавлены хлебные крошки. Включенные в состав смеси сырые яйца (примерно одно яйцо на каждые 500 г мяса) свяжут все ингредиенты.

Для получения наилучших результатов придайте смеси форму батона и уложите его на среднюю часть неглубокой формы. Некоторые повара кладут мясной хлеб на решетку, чтобы предупредить отсыревание его нижней части; однако делать это не обязательно, за исключением тех случаев, когда хлеб готовится из очень жирного мяса (тогда увеличивается риск пригорания соков на дне формы).

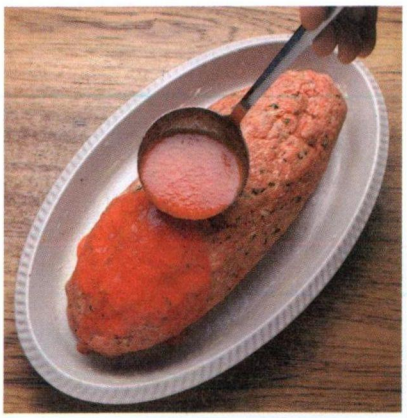
Чтобы предохранить во время выпечки верх хлеба от пересыхания, либо накрывайте его, перед тем как поставить в духовку, полосками бекона, либо регулярно поливайте в течение всего времени приготовления. Поливая хлеб соусом, вы сможете придать его открытым поверхностям красивый цвет и дополнительный аромат. Примененный в этом примере томатный соус приготовлен очень просто — путем протирания стекших консервированных помидоров и последующим добавлением большой щепотки сушеных трав. Если вы подаете хлеб горячим, нарезайте его толстыми ломтиками; если хлеб подается холодным, он более легко поддается тонкой нарезке, и выбор толщины ломтиков будет зависеть только от вашего вкуса.



1 **Соединение ингредиентов.** Сложите все ингредиенты в миску и тщательно их перемешайте. Лучшим инструментом для этой работы будут ваши руки. Вы сможете почувствовать комки ингредиентов и разделить их на части для равномерного перемешивания.



2 **Достижение нужной консистенции.** Правильно замешанная смесь не должна распадаться на части и прилипать к стенкам миски. Если это не так, вмешайте в фарш еще немного жидкости. Выложите фарш на смазанную сливочным маслом форму, а затем, похлопывая по поверхности смеси, придайте ей форму батона; чтобы мясо не прилипало к рукам, смачивайте их холодной водой.



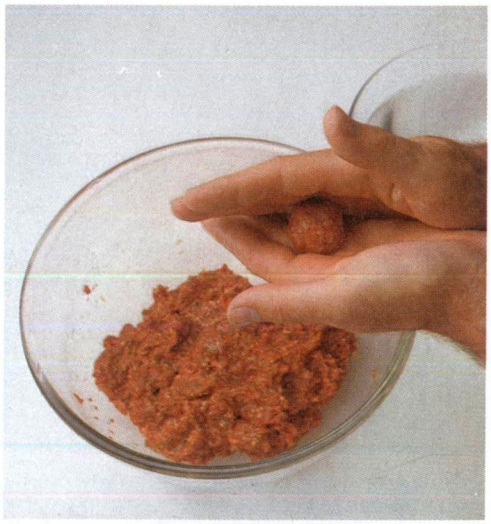
3 **Поливка соусом и сервировка.** Полейте мясной хлеб томатным соусом *(вставка)* и поставьте в духовку, прогретую до 180—190 °С. Во время выпечки периодически поливайте хлеб соусом, добавляя при необходимости немного воды. Ко времени подачи из загущенных и обогащенных мясными соками помидоров получится натуральная подлива для готового мясного хлеба. □

Импровизации с мясными фрикаделями

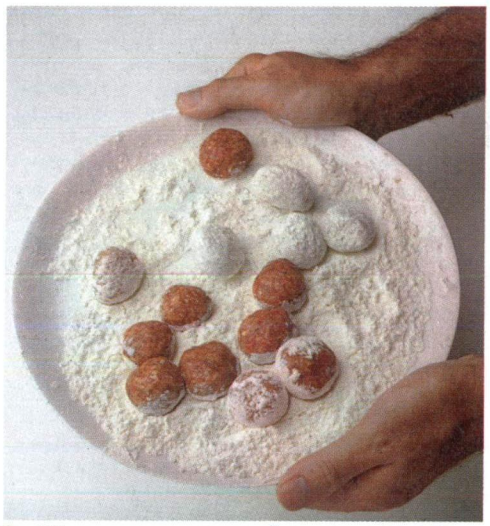
Мясные фрикадели обладают всеми достоинствами мясного хлеба и при этом могут иметь любую форму или размер для порционной подачи. Кроме того, они могут быть приготовлены практически любым из обычных методов: жарением на открытом огне, в сковороде, отвариванием, тушением и запеканием.

Приведенный на этой странице пример является всего-навсего приглашением к эксперименту. Если мясные фрикадели предназначены для жарения на сковороде, предварительное обваливание в муке поможет им подрумяниться, не прилипнув и не раскрошившись, а также будут способствовать образованию на поверхности мяса хрустящей корочки. После обжаривания фрикаделей в масле до образования равномерной румяной корочки вы можете либо сразу подавать их на стол, либо покипятить на медленном огне в одной из многочисленных жидкостей — от бульона (как в этом примере) до томатного соуса и даже йогурта. Если вы отвариваете фрикадели без предварительного обжаривания, не обваливайте их в муке.

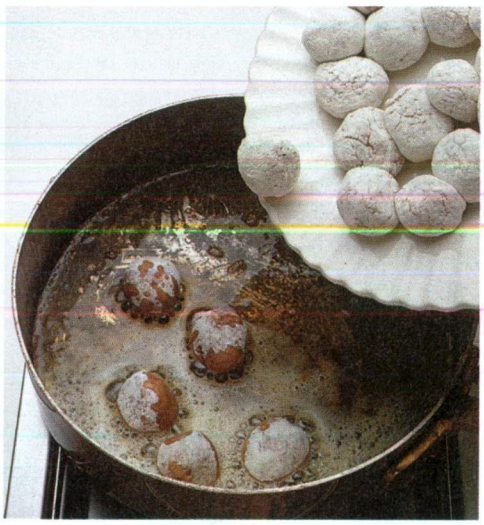
Некоторые рецепты для приготовления *кефта* (ближневосточных или североафриканских фрикаделей) требуют очень мелко нарубленного или молотого мяса. Традиционно *кефта* готовится пестиком в ступке, но вы можете быстро и легко измельчать мясо до пюреобразной массы, используя кухонный комбайн.



1 **Формовка фрикаделей.** После того как вы соедините ингредиенты (в этом примере — рубленая говядина, яйца, хлебные крошки и травы), отщипывайте комочки приправленного специями фарша и скатывайте их аккуратно в шарики увлажненными ладонями.



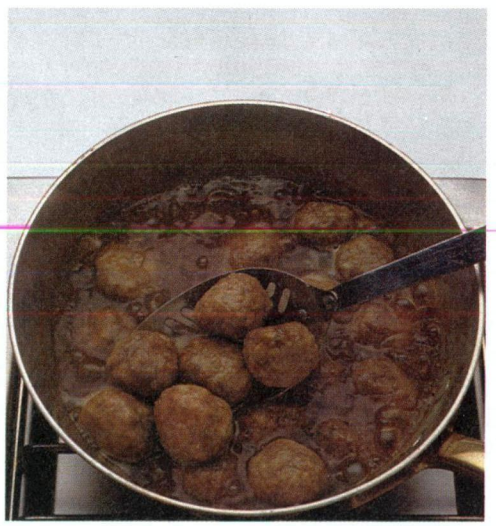
2 **Обваливание в муке.** Для панирования фрикаделей перед обжариванием насыпьте немного муки в тарелку. Положите туда фрикадели и слегка обваляйте их в муке, вращая тарелку из стороны в сторону.



3 **Подрумянивание.** Разогрейте в сотейнике сливочное и растительное масло и обжаривайте фрикадели до тех пор, пока они слегка не подрумянятся со всех сторон. Периодически встряхивайте сотейник для переворачивания фрикаделей и для того, чтобы предохранить их от прилипания.



4 **Добавление жидкости.** Для отваривания фрикаделей удалите из сотейника жир и залейте фрикадели бульоном (как в этом примере) или соусом так, чтобы они были едва покрыты жидкостью. Доведите жидкость до кипения, убавьте огонь, накройте сотейник крышкой и дайте его содержимому покипеть на медленном огне.



5 **Сервировка.** Фрикадели будут готовы примерно через 30 минут, но они могут отвариваться и около часа, если вы захотите. Выложите фрикадели небольшой шумовкой на теплое блюдо. Загустите жидкость на сильном огне и подавайте ее в качестве соуса, посыпав нарезанными свежими травами.

Приготовление пудинга из остатков мяса

Небольшое количество мелко нарезанной телятины, готовой или сырой, может быть трансформировано в воздушный, сочный пудинг в результате ее запекания с хлебными крошками и основательным количеством взбитых яиц в умеренно прогретой духовке до тех пор, пока яйца не загустеют *(рецепт на стр. 163)*. А если этот пудинг готовится в форме и переворачивается перед подачей, блюдо получается не только практичное, но и очень красивое.

Используйте для выпечки плавно очерченную форму и щедро смазывайте сливочным маслом ее внутренние стенки, чтобы пудинг не прилип. По желанию, перед закладыванием смеси выстилайте дно формы листьями щавеля; они сольются с корочкой пудинга, пока он будет готовиться, и придадут ей едва различимый терпкий привкус, равно как и декоративный внешний вид.

Остатки готовой телятины нуждаются только в очень мелкой нарезке; сырая телятина перед соединением с другими ингредиентами должна быть нарублена и слегка обжарена на сковороде. Подбирайте добавки, дополняющие бледную и нежную телятину, например, очищенные от кожицы помидоры и сладкий красный перец вместе с щепоткой тертого мускатного ореха. Вы можете также использовать и другие мелко нарезанные и слегка потушенные овощи (зеленый лук или кабачок), грибы, различные специи и травы.



1 **Подготовка формы.** Покройте внутреннюю поверхность формы достаточно толстым слоем размягченного сливочного масла. В декоративных целях выложите поверх масла узор из листьев. Показанные на снимке листья щавеля необходимо помыть и освободить от черешков. Для образования на пудинге нежной корочки посыпьте форму сухими хлебными крошками.



2 **Заполнение формы.** После тщательного перемешивания всех ингредиентов выложите их в форму, заполнив ее до ободка. Для предохранения верха пудинга от пересыхания или обгорания в духовке накройте смесь смазанной сливочным маслом жиронепроницаемой бумагой. Готовьте пудинг в умеренно прогретой духовке 40 мин или до тех пор, пока он полностью не пропечется, сохранив свою сочность.





3 **Переворачивание пудинга.** Защитив руки салфеткой, снимите с пудинга бумагу и положите на форму теплое блюдо. Прижмите их друг к другу *(вверху)*, а затем переверните. Поднимите форму вверх так, чтобы пудинг остался на блюде *(справа)*. Подавайте пудинг с соусом; очень хорошо подойдет томатное пюре, заправленное небольшим количеством густых сливок. □

Антология рецептов

Говядина 90

Телятина 141

Стандартные рецепты 166

Изучив кулинарные традиции и литературные источники более чем 30 стран, составители и консультанты отобрали для приведенной ниже антологии 206 рецептов блюд из говядины и телятины.

Рецепты варьируются от самых простых до весьма необычных — от ростбифа с йоркширским пудингом до устриц с острым соусом, подаваемых с жаренным на открытом огне бифштексом. Антология охватывает последние три столетия и включает рецепты 115 авторов, среди которых и живший в XVII веке француз Ла Варен, и такие выдающиеся представители классического кулинарного искусства, как Эскофер и Курновский, и популяризаторы современной кулинарии Элизабет Дэвид и Джеймс Биэрд. Многие рецепты малоизвестных авторов взяты из редких старинных книг, хранящихся в частных коллекциях.

Нет ничего удивительного в том, что в антологии так масштабно представлена французская кухня. Значительное количество лучших в мире блюд из говядины и телятины, включая говядину *а ля мод, пот о фе* и *бланкетт* из телятины, пришли в кулинарию из Франции. Однако в антологию не включались слишком сложные и экстравагантные рецепты из так называемой «высокой кухни» *(haute cousine)*. В книге сделан акцент на аутеничные блюда, тщательно приготовленные из свежих натуральных ингредиентов и гармонично объединяющие свои вкусовые оттенки.

Поскольку многие из авторов старинных рецептов не указывали пропорции ингредиентов, соответствующие рекомендации и выделенные курсивом замечания были добавлены издателями. Архаизмы заменялись современными терминами, однако для сохранения духа первоисточников и полного отражения в антологии их сути авторский текст представлен в максимальном приближении к оригиналу. Некоторые инструкции были расширены, но если описание техники приготовления блюда покажется читателю слишком кратким, он может обратиться к первой части книги и найти там соответствующие разъяснения и иллюстрации.

Для удобства использования антологии в ней сначала приведены рецепты блюд из говядины, а затем — из телятины. Рецепты стандартных блюд — бульона, теста и классических соусов — приведены в конце антологии. Рекомендации по сервировке, включенные в состав некоторых рецептов, конечно, не обязательны.

Ингредиенты каждого рецепта перечисляются в порядке использования, а их весовые характеристики приведены в метрической системе мер.

Говядина

Ростбиф с йоркширским пудингом и соусом из хрена

Альтернативный метод соединения муки с яйцами для приготовления теста йоркширского пудинга продемонстрирован на стр. 19.

На 8—10 порций

говяжий оковалок	2,5 кг
молотый черный перец	
Йоркширский пудинг	
пшеничная мука	125 г
соль	1/2 ч. л.
яйца	2 шт.
молоко	300 мл
холодная вода	1 ст. л.
Соус из хрена	
корень хрена (вымочите в течение 1 ч в холодной воде, вымойте и наскоблите ножом тончайшими стружками)	60 г
двойные сливки (48% жирности)	150 мл
сахар	1 ч. л.
сухая горчица	1/2 ч. л.
соль	1/2 ч. л.
молотый белый перец	1/2 ч. л.
белый винный уксус	2 ч. л.

Положите говядину в жаровню, не добавляя жира, и посыпьте черным перцем. Обжаривайте в горячей духовке при температуре 220 °С в течение 15 мин. Убавьте температуру до 190 °С и обжаривайте мясо при этой температуре из расчета 15 мин на каждые 500 г веса. Периодически поливайте мясо соком из жаровни. Говядину следует подавать не полностью прожаренной и перед нарезкой она должна 15 мин полежать на теплом блюде.

Для приготовления йоркширского пудинга просейте подсоленную муку в миску. Добавьте яйца и тщательно размешайте. Медленно влейте половину молока и размешивайте до образования однородной массы. Медленно влейте остальное молоко и хорошенько взбейте тесто. Затем, не прекращая взбивания, добавьте холодную воду. Примерно за 15 мин до окончания жарения говядины влейте 2 ст. л. ее жира в квадратную форму со стороной 25 см. Поставьте форму в духовку, подождите, пока жир не начнет шипеть, влейте в форму тесто и готовьте пудинг в верхней части духовки 30 мин (мясо должно быть вынуто на 15 мин раньше пудинга для того, чтобы полежать перед нарезкой). Пудинг должен быть хорошо поднявшимся, воздушным, с хрустящей корочкой и подрумяненным сверху и снизу. Подавайте пудинг нарезанным квадратными кусками прямо из формы, в которой он выпекался.

Для приготовления соуса из хрена взбейте сливки так, чтобы пена не опадала. Вмешайте в них хрен, сахар, горчицу, соль, перец и уксус. Подавайте холодным.

Ростбиф с костным мозгом

На 4—6 порций

говяжий оковалок без излишков жира	750 г
мука	1 ч. л.
винный уксус	2 ст. л.
красное вино	150 мл
отваренный говяжий костный мозг	60 г
двойные сливки	2 ст. л.
Маринад	
оливковое масло	100 мл
веточка петрушки	2 шт.
долька чеснока, растолченная	1 шт.
шалот, нарезанный ломтиками	2 шт.
репчатый лук, нарезанный колечками	1 головка
сушеный тимьян, растертый	1 ч. л.
лавровый лист, растертый	1 шт.
морковь, нарезанная кружочками	1 шт.

За день до приготовления ростбифа замаринуйте мясо. Сначала натрите кусок оковалка 2 ст. л. оливкового масла и положите мясо в миску. Добавьте петрушку, чеснок, шалот, репчатый лук, тимьян, лавровый лист и морковь. Сбрызните эти ингредиенты оставшимся оливковым маслом и поставьте миску на ночь в прохладное место или холодильник.

На следующий день выньте мясо и поставьте его в жаровне в духовку, прогретую до 190 °С, или в гусятнице на слабый огонь. Готовьте, периодически поливая мясо маслом из маринада около 40 мин или до тех пор, пока соки, вытекающие из мяса при прокалывании, не станут розовыми. Оставьте мясо в посуде, но процедите маринад через густое сито. Приготовьте в кастрюльке смесь *ру* из муки и 1 ст. л. процеженного масла из маринада. Добавьте винный уксус и полейте этим соусом мясо. Готовьте ростбиф вместе с соусом в духовке еще 2 мин. Выложите мясо на теплое блюдо. Удалите жир из соуса и деглазируйте жаровню красным вином. Разомните костный мозг вилкой и добавьте его в соус вместе со сливками. Подавайте соус отдельно, нагретым до температуры кипения.

Ростбиф на ребрах

На 10—12 порций

кусок тонкого края толщиной в 4 ребра (вместе с костями)	
соль грубого помола	150 г
свежеразмолотый черный перец	2 ч. л.
Соус из хрена	
двойные сливки	1/4 л
тертый свежий хрен	100 г

Мясо комнатной температуры натрите солью (крупнозернистая соль образует привлекательную корочку), а перцем — поверхность жира (мякоть не натирайте).

Положите мясо ребрами вниз в неглубокую жаровню и поставьте ее в духовку, прогретую до 180 °С. Задайте время жарения (из расчета 17 мин на каждые 500 г ростбифа для получения полностью прожаренного мяса на внешней поверхности и слегка прожаренного внутри) так, чтобы мясо постояло 15 мин вне духовки перед нарезкой. Это сделает мясо более сочным и облегчит нарезку.

Если вы используете мясной термометр, вставьте его так, чтобы чувствительный элемент находился в центре мякоти, не прикасаясь к костям. Для слегка прожаренного мяса внутренняя температура должна составлять 50 °С. Помните, что ростбиф продолжает готовиться и после извлечения из духовки.

Вместо подливы или коричневого соуса ростбиф, в соответствии с английскими традициями, можно подавать с соусом из хрена, приготовленным путем взбивания двойных сливок и подмешивания в них по вкусу тертого хрена, желательно свежего. Предпочтительнее подавать ростбиф с картофелем. Если обед задерживается, не пытайтесь разогревать ростбиф. Подавайте его теплым или холодным. Он и в таком виде восхитителен.

Духовой ростбиф

Этот метод жарения позволяет получать прекрасную слабопрожаренную говядину, розовую и сочную по всему объему и покрытую великолепной корочкой. Тем не менее его нельзя применять для приготовления маленьких кусков говядины.

На 10 порций

говяжий тонкий край, щуп или свернутый рулетом оковалок	2,5 кг
соль и свежеразмолотый черный перец	
топленый жир или сливочное масло	60 г

Установите термостат на 240 °С и прогревайте духовку по меньшей мере 20 мин, прежде чем поставить в нее мясо.

Натрите мясо со всех сторон солью и перцем и намажьте топленым жиром или сливочным маслом. Положите говядину на решетку, установленную над жаровней.

Поставьте мясо в духовку. Обжаривайте ростбиф из расчета 5 мин на каждые 500 г веса. Затем, не открывая духовку, выключите ее и держите в ней мясо еще 2 ч. Ни при каких обстоятельствах не открывайте дверку духовки в течение этого промежутка времени.

Через 2 ч откройте духовку и, не вынимая жаровню, прикоснитесь к говядине пальцами. Если она окажется горячей, вы можете подавать ростбиф на стол. Однако некоторые духовки не очень хорошо держат тепло (в этом отношении электричество предпочтительнее газа), и вы можете обнаружить, что говядина еле теплая. Если это так, закройте духовку, включите нагреватели, оставив термостат на отметке 240 °С, и готовьте мясо еще около 10 мин. В результате температура говядины увеличится, но она останется слабопрожаренной.

Подавайте, как обычно, на теплом блюде вместе с подливой, приготовленной из вытекших в жаровню соков.

Говяжья вырезка на вертеле, ароматизированная анчоусами

На 4 порции

круглые ломтики говяжьей вырезки, толщиной 4—5 см	4 шт.
тонкие кусочки соленого бекона	5 шт.
чеснок, разрезанный пополам	4 дольки
соль	
розмарин, мелко нарезанный	1/2 ч. л.
молотый черный перец	1/8 ч. л.
оливковое масло	6 ст. л.
филе соленых анчоусов, вымоченных и обсушенных	4 шт.

Насадите поочередно бекон и говядину на вертел и вдавите в каждую боковую сторону ломтиков мяса по кусочку чеснока. Плотно прижмите ломтики друг к другу. Слегка посыпьте наружные поверхности ломтиков солью, смешанной с розмарином и перцем. Придайте ломтикам мяса компактную форму, затем закрепите вертел перед открытым огнем или над решеткой барбекю. Поставьте масло на паровую баню, добавьте анчоусы и размягчите их. Перелейте смесь в маленькую бутылочку и используйте для периодической поливки мяса, каждый раз предварительно встряхивая бутылочку.

Примерно через 20—30 мин обжаривания мясо должно стать подрумяненным снаружи, розовым внутри и очень ароматным. Если вы не любите чеснок, то приправы из соли и розмарина будет вполне достаточно.

Кефта на шпажках

Используемый в рецепте рас эль ханут *представляет собой смесь различных специй, широко употребляемую в марокканской кухне. Один из вариантов этой экзотической смеси может быть приготовлен путем смешивания одинаковых по размеру щепоток молотого душистого перца, корицы, имбиря, мускатного ореха, кардамона, черного перца и гвоздики.*

На 6 порций

рубленая говядина, баранина или их смесь, включая 75 г жира	750 г
небольшая головка репчатого лука, натертая на терке	1 шт.
петрушка, мелко нарезанная	5 ст. л.
зелень кориандра	1—2 ст. л.
свежая мята, нарезанная или 1/2 ч. л. сушеной мяты	1 ч. л.
свежий майоран или 1/4 ч. л. сушеного майорана	1/2 ч. л.
соль и свежеразмолотый черный перец	
молотый тмин	1/2 ч. л.
рас эль ханут (не обязательно)	1/2 ч. л.

Соедините все ингредиенты в большой миске, хорошенько промесите и дайте постоять при комнатной температуре по меньшей мере 1 ч. Влажными руками разделите смесь на 24 части и сформуйте каждую в колбаску. Насадите по две колбаски на каждую шпажку. Обжаривайте с обеих сторон в 5—8 см от тэнов гриля или над тлеющими углями до тех пор, пока мясо не прожарится по вашему вкусу. (Марокканцы предпочитают готовить это блюдо полностью прожаренным). Подавайте готовое блюдо горячим, не давая ему остыть, с арабскими лепешками (такими, как *пита*).

Кебаб «терияки» из говядины

На 4—6 порций

филе оковалка, нарезанное ломтиками толщиной 1 см и затем полосками длиной 15 см	1 кг
Маринад	
соевый соус	100 мл
сухой херес или сакэ	4 ст. л.
чеснок, растолченный	1 долька
молотый имбирь и сахар	по 1 ч. л.

Соедините ингредиенты маринада в миске. Добавьте полоски говядины и держите их в маринаде 1 ч. Насадите полоски волнами на небольшие бамбуковые шпажки, хорошенько вымоченные в холодной воде. Обжаривайте над горячими углями мангала не более 30 с с каждой стороны. Мясо получится слабопрожаренным, сочным и нежным.

Бифштекс с жареным картофелем

На 4 порции

ломтики говяжьей вырезки, каждый толщиной 2,5 см	8 шт.
четыре пряности	
оливковое масло	100 мл
нарезанная петрушка	2 ст. л.
репчатый лук, нашинкованный	2 ст. л.
лимонный сок	1 ст. л.

Отбейте деревянным молотком ломтики мяса, чтобы их толщина уменьшилась примерно до 1 см. Замаринуйте ломтики в смеси пряностей, оливкового масла, петрушки, репчатого лука и лимонного сока. Быстро обжарьте мясо с обеих сторон на очень сильном огне. Бифштексы должны подаваться слабо прожаренными и очень горячими. Подавайте с обжаренным в сливочном масле картофелем и мелко нарезанными ароматическими травами.

Шашлык из говядины и овощей

На 4 (по 2 шпажки в каждой) или 8 порций

постная говядина (мякоть кострец), нарезанная кубиками со стороной 2,5 см	500 г
грибы (крупные грибы разрежьте пополам)	250 г
зеленый или красный сладкий перец, очищенный от семян и нарезанный квадратиками со стороной 4 см	1 шт.
маринованный репчатый лук	8 головок
Маринад	
соевый соус	100 мл
сахар	2 ст. л.
херес	3 ст. л.
кунжутное масло	2 ч. л.
лимонный сок	1 ч. л.
свежий корень имбиря, мелко нарезанный	1/4 ч. л.
чеснок, растолченный	1/2 дольки

Смешайте в средней по размеру миске соевый соус, сахар, херес, кунжутное масло, лимонный сок, имбирь и чеснок. Добавьте мясо и держите его в маринаде около 30 мин.

Насадите мясо, овощи и грибы на шпажки, чередуя все ингредиенты. Готовьте шашлык над углями мангала или в гриле 5—8 мин, периодически поливая ингредиенты и поворачивая шпажки. Подогрейте оставшийся маринад и используйте его в качестве соуса.

Бифштекс по-флорентийски

На 2 порции

бифштекс из говяжьего оковалка (с косточкой) толщиной 5 см	1 шт.
лимонный сок	1 ч. л.
лимон, нарезанный дольками	1/2 шт.
Маринад	
оливкового масла	1 ст. л.
соли и молотого черного перца	по 1/2 ч. л.

Положите бифштекс на блюдо с маринадом из оливкового масла, соли и перца; держите мясо в маринаде около 1 ч, периодически переворачивая. Обжарьте бифштекс на решетке над углями, приблизительно по 8 мин с каждой стороны. Снимите бифштекс с решетки, снова положите на блюдо, сбрызните лимонным соком и украсьте дольками лимона.

Фрикадели по-индонезийски, жаренные на шпажках

Кокосовое молоко, используемое в этом рецепте, может быть получено путем смешивания тертой мякоти от четверти кокосового ореха со 150 мл кипятка. Примерно через полчаса процедите и отожмите смесь через муслин, чтобы получить похожую на молоко жирную жидкость.

На 4 порции

мелко нарубленная говядина	500 г
свежий красный перец чили, нарезанный	2 шт.
кориандр, молотый	1 ч. л.
тмин, молотый	1/2 ч. л.
куркума, молотая	1/4 ч. л.
бразильский орех, очищенный от скорлупы	4 шт.
темно-коричневый сахар	1/2 ч. л.
трасси (острая индонезийская креветочная паста)	1/4 ч. л.
паста или желе из тамаринда	1/4 ч. л.
шалот, мелко нарезанный	4 шт.
чеснок, мелко нарубленный	2 дольки
кокосовый орех, свеженатертый	30 г
соль	
арахисовое масло	4 ст. л.
небольшие яйца, слегка взбитые	2 шт.
жирное кокосовое молоко	100 мл

Соедините в ступке перец чили, молотые специи, орехи, креветочную пасту, сахар и пасту из тамаринда. Добавьте шалот, чеснок, тертый кокосовый орех и по вкусу соль, затем растолките смесь пестиком в пасту. Разогрейте в сотейнике или сковороде *вок* арахисовое масло. Добавьте пасту и обжаривайте ее на среднем огне до тех пор, пока она не станет слегка рассыпчатой и золотистой. Соберите пасту небольшой шумовкой в сито и поставьте стекать. Когда паста стечет, снова растолките ее в ступке.

Смешайте 3/4 пасты с мясом и яйцами. Сформуйте смесь в маленькие шарики диаметром около 2,5 см. Насадите их на двадцатисантиметровые бамбуковые шпажки (по 4—5 шариков на каждую). Защитите открытые концы шпажек, обвернув их алюминиевой фольгой. Смешайте оставшуюся пасту с кокосовым молоком и кисточкой обмажьте шарики этим соусом. Обжаривайте фрикадели над углями или в гриле примерно по 4 мин каждую сторону, периодически смачивая мясо соусом.



Шашлык бастурма из говядины

На 4 порции

говяжья вырезка или мякоть оковалка, нарезанная кубиками со стороной 4 см	1 кг
репчатый лук средней величины, натертый на мелкой терке	1 головка
красный винный уксус или свежий гранатовый сок	4 ст. л.
соль	1 ч. л.
черный перец, свежеразмолотый	1/4 ч. л.
сливочное масло, растопленное (не обязательно)	
помидоры среднего размера, разрезанные на 8 частей каждый	2 шт.
очищенные головки лука-батуна	8 шт.
веточки свежего кориандра или петрушки	
лимон, разрезанный на 4 части	1 шт.

Соедините в большой миске говядину, лук, уксус, соль и перец. Хорошенько перемешайте. Накройте крышкой и дайте постоять 3 ч при комнатной температуре или 6 ч в холодильнике, время от времени переворачивая кубики мяса для лучшего увлажнения их маринадом.

Выньте мясо из маринада, насадите на шампуры, обмажьте растопленным сливочным маслом и обжаривайте, предпочтительно над углями, 15 мин или до тех пор, пока мясо не прожарится по вашему вкусу. При этом часто поворачивайте шампуры.

Снимите мясо вилкой с шампуров на индивидуальные теплые тарелки и украсьте помидорами, луком, кориандром (петрушкой) и лимоном. Сразу же подавайте на стол.

Гамбургеры с кедровыми орешками

На 4—6 порций

говядина, рубленая	750 г
репчатый лук средней величины, нашинкованный	1 головка
чеснок, мелко нарубленный	1 крупная долька
хлебные крошки	60 г
тертый сыр Романо или сыр Пармезан	60 г
кедровые орехи	125 г
нарезанная петрушка	8 ст. л.
яйца	2 шт.
соль	1,5 ч. л.
черный перец, свежеразмолотый	1 ч. л.
растительное масло	

Прогрейте гриль. Соедините говядину, репчатый лук, чеснок, хлебные крошки, сыр, орехи, петрушку, яйца, соль и перец; хорошенько перемешайте. Сформуйте смесь в толстые круглые лепешки диаметром 5—6 см.

Смажьте решетку гриля растительным маслом и обжаривайте гамбургеры на расстоянии 7,5 см от источника тепла примерно по 5 мин каждую сторону или до тех пор, пока мясо не покроется румяной корочкой.

Бифштекс из пашины по-восточному

На 6 порций

бифштекс из пашины или мясистой части диафрагмы	2 шт.
чеснок, мелко нарубленный	3 дольки
черный перец, свежеразмолотый	1 ч. л.
японский соевый соус	150—200 мл
соус Табаско	1/2 ч. л.
сухой херес или сухой вермут	5 ст. л.
соль	

Хорошенько натрите бифштексы измельченным чесноком и перцем. Положите мясо на плоское блюдо и добавьте соевый соус, херес и соус Табаско. Переверните бифштексы в маринаде несколько раз. Дайте им постоять час или два при комнатной температуре или поставьте на ночь в холодильник.

Обжаривайте бифштексы при высокой температуре, близко к источнику тепла, по 3 мин каждую сторону для получения слабопрожаренного мяса. Посолите по вкусу и нарежьте мясо острым ножом очень тонкими ломтиками, держа нож так, чтобы плоскость его лезвия была практически параллельна поверхности бифштекса для получения широких диагональных ломтиков.

Лепешки из говядины по-мексикански

Любимое блюдо в Калифорнии, эти лепешки были завезены туда первыми испанскими поселенцами и мексиканцами. Лепешки получаются очень вкусными при жарении на открытом огне и еще вкуснее при обжаривании в оливковом масле.

На 4—6 порций

говядина, рубленая	1 кг
петрушка, нарезанная	60 г
репчатый лук, нашинкованный	300 г
крупные яйца	2 шт.
соль	1 ст. л.
тертый сыр Пармезан	60 г
соус Табаско	1/2 ч. л.
черный перец, свежеразмолотый	1 ч. л.
панировочные сухари, просеянные	300 г

Перемешайте тщательно все ингредиенты, за исключением панировочных сухарей, и сформуйте из смеси около 30 небольших шариков. Посыпьте панировочными сухарями разделочную доску и расплющите каждый шарик на сухарях в тонкую лепешку диаметром 7,5—10 см. Обваляйте лепешки в сухарях и с другой стороны. Хорошо охладите. Обжаривайте лепешки на смазанной растительным маслом мелкоячеистой решетке гриля по 2—3 мин с каждой стороны.

Барбекю из говядины

Это блюдо является вариантом говядины по-техасски, которая в действительности готовится на решетке над тлеющими углями.

На 6—8 порций

говяжий щуп	2 кг
лярд	125 г
соль	1 ст. л.
кайенский перец	1/2 ч. л.
сливочное масло	125 г
кипяток	100 мл
эстрагоновый уксус	100 мл
красное вино	400 мл
репчатый лук, натертый	40 г
соус Вустер	2 ст. л.

Тщательно протрите говядину влажной матерчатой салфеткой и хорошенько натрите мясо половиной лярда, смешанного с солью и кайенским перцем. Растопите ос-

тавшийся лярд и сливочное масло в кипятке, добавьте все остальные ингредиенты и полейте этой жидкостью мясо, помещенное в среднюю по размеру миску. Дайте мясу постоять в жидкости под плотно закрытой крышкой двое суток в холодильнике, время от времени переворачивая кусок, чтобы его обе стороны могли впитывать маринад.

Положите мясо на решетку гриля кухонной плиты и обжаривайте на очень слабом огне каждую сторону по 20 мин. Выньте мясо из гриля, положите его снова в маринад на 10 мин и затем обжаривайте на таком же слабом огне еще по 20 мин с каждой стороны. Повторите так 4 раза; затем положите мясо в жаровню вместе с остатками маринада и готовьте в духовке, прогретой до 180 °С, до тех пор, пока мясо не станет мягким, часто его поливая.

Жареная говядина с пикантным соусом

На 4 порции

бифштекс, жаренный на открытом огне, разрезанный на 4 толстых ломтика	1 кг

Соус

шалот, мелко нарезанный	2 шт.
оливковое масло	2 ст. л.
филе анчоусов, вымоченные в воде, обсушенные и измельченные	2 шт.
красный винный уксус	100 мл
чеснок	3 или 4 дольки
лавровый лист	1 шт.
тимьян	1/2 ч. л.
бутон гвоздики	1 шт.
небольшой красный перец чили с удаленными семенами	1 или 2 шт.
соль и молотый черный перец	
мука	1 ст. л.
говяжий бульон	1/2 л
корнишоны, мелко нарезанные	1 ст. л.
каперсы, мелко нарезанные	1 ст. л.

Обжарьте шалот в оливковом масле. Добавьте анчоусы, затем влейте в сковороду уксус. Добавьте чеснок, лавровый лист, тимьян, гвоздику и перец чили. Приправьте солью и перцем.

Когда уксус испарится, добавьте муку и обжарьте ее со специями. Затем добавьте небольшими порциями бульон, непрерывно помешивая смесь, чтобы получить совершенно однородный соус. Мешайте смесь до тех пор, пока весь бульон не будет добавлен в соус и тщательно с ним перемешан, после чего держите соус на слабом огне около 30 мин. За 10 мин до подачи добавьте в соус корнишоны и каперсы. Сохраняйте соус теплым, пока вы жарите говядину, и подавайте его вместе с мясом.

Антрекот с устрицами и пикантным соусом

На 4 порции

филе для антрекота	750 г
шалот, очень мелко нарезанный	500 г
уксус	1 л
соль	
средние устрицы в открытых раковинах	48 шт.
дижонская горчица (не обязательно)	

Положите шалот в кастрюлю и поставьте ее на плиту. Добавьте уксус и кипятите около 30 мин, пока вся жидкость не испарится. Соус в виде пюре из шалота готов. Обжарьте на решетке антрекот. Посыпьте его солью. Подавайте каждому сидящему за столом толстый кусок мяса, несколько ложек соуса и дюжину устриц. Блюдо рекомендуется есть следующим образом. Положите в рот кусок антрекота, намазанный соусом, в который, по желанию, может быть добавлена острая горчица. Прожевав мясо, проглотите устрицу. Ощущение прохлады и свежести, возникающее вслед за огнем пикантного соуса, незабываемо.

Жареная говядина с пастой из соевых бобов

На 4 порции

бифштекс из костреца, разрезанный на 4 ломтика	350 г
красный или белый соус *мисо* (соевая паста)	300 г
сахар	4 ст. л.
сакэ	2 ст. л.
листья салата ромэн	
маринованный имбирь, нарезанный ломтиками	

Процарапайте на каждой боковой кромке бифштексов по одной бороздке и сделайте по два неглубоких надреза в их поверхности. Положите соевый соус в миску, добавьте сахар и *сакэ* и размешайте в однородную пасту. Подберите достаточно большое по размеру блюдо, чтобы все бифштексы разместились на нем в один слой. Дно намажьте половиной соевой пасты, накройте его сложенным вдвое куском муслина, отрезанным по размеру блюда. Уложите бифштексы на муслин и накройте их вторым куском муслина, намазанным сверху оставшейся соевой пастой. Плотно оберните блюдо алюминиевой фольгой и поставьте в холодильник на 1—2 дня. Перед приготовлением бифштексов снимите их с блюда, соберите соевую пасту с муслина и сохраните ее для дальнейшего использования.

Готовьте бифштексы в умеренно прогретом гриле, по 2 мин с каждой стороны. Нарежьте мясо небольшими кусочками и подавайте с гарниром из салата и имбиря.

Бифштекс с луком

На 2—3 порции

бифштекс из говяжьего тонкого края (толщиной 5 см)	1 кг
оливковое масло	6—8 ст. л.
репчатый лук, нарезанный тонкими колечками	3 крупные головки
красный винный уксус или дижонская горчица	3 ст. л.
соль и молотый черный перец	
бульон из говядины или телятины	150—200 мл

Разогрейте 4 ст. л. оливкового масла в массивном сотейнике и подрумяньте бифштекс с обеих сторон на очень сильном огне, несколько раз переворачивая мясо. Приблизительно через 5 мин, когда бифштекс хорошо подрумянится, убавьте огонь до слабого и готовьте еще 15—20 мин или пока мясо не станет мягким. Переложите бифштекс на прогретое блюдо и поставьте его в теплое место.

Удалите жир из сотейника, добавьте оставшееся оливковое масло и разогрейте его на огне. Добавьте репчатый лук и обжарьте его до золотисто-коричневого цвета. Вмешайте уксус или горчицу, соль, перец и бульон. Готовьте около 1 мин, затем полейте смесью бифштекс и подавайте на стол.



Жареные бифштексы, фаршированные устрицами

Австралийское блюдо, которое часто называют «бифштекс-саквояж».

На 4 порции

бифштекс из вырезки (толщиной 5 см)	4 шт.
свежие устрицы в открытых раковинах	8 шт.
соль	1/4 ч. л.
черный перец, свежеразмолотый	
сливочное масло	30 г
растительное масло	1 ст. л.
сливочное масло, растопленное (не обязательно)	60 г
свежая петрушка, мелко нарезанная (не обязательно)	1 ст. л.

Сделайте в каждом бифштексе кармашек следующим образом. Кладите бифштексы по одному на разделочную доску. Длинным острым ножом прорезайте в боку каждого бифштекса горизонтальную щель шириной около 5 см и глубиной от 6 до 7,5 см; но будьте осторожны, чтобы не прорезать бифштекс насквозь.

Посыпьте устрицы солью и небольшим количеством перца, затем положите по две устрицы в кармашек каждого бифштекса. Закройте кармашки, сколов их края шпилькой и сшив их плотно толстой белой ниткой. Промокните бифштексы насухо бумажной салфеткой и посыпьте их по вкусу перцем.

В массивном сотейнике, диаметром 25—30 см, разогрейте сливочное масло вместе с растительным на очень сильном огне. Когда пена начнет оседать, опустите в масло бифштексы и быстро их подрумяньте (по 1—2 мин с каждой стороны), переворачивая мясо щипцами. Затем убавьте огонь до умеренного. Обжаривайте бифштексы (переворачивая их через 1—2 мин, чтобы не утолщалась корочка) около 8 мин, если вы любите слабопрожаренную говядину, или около 10 мин, если вы предпочитаете среднепрожаренную.

Сразу же подавайте бифштексы на стол на прогретом блюде. Если вам нравится, непосредственно перед подачей полейте мясо растопленным сливочным маслом, смешанным с нарезанной петрушкой.

Колбаски по-смирненски

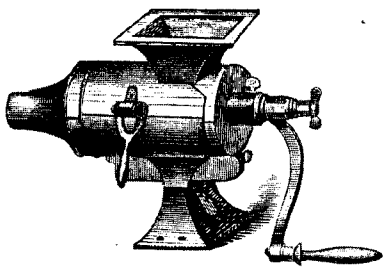
постная говядина, рубленая	500 г
ломтики хлеба без корки, намоченные в воде и хорошо отжатые	2 шт.
тмин, молотый	1 ч. л.
яйцо, слегка взбитое	1 шт.
свежая петрушка, мелко нарезанная	2 ч. л.
чеснок, растолченный	2 дольки
соль	1—1,5 ч. л.
черный перец, свежеразмолотый	
растительное масло	

Соус

сливочное масло, растопленное	60 г
свежие помидоры без кожицы, или стекшие консервированные	500 г
сахар	1 ч. л.
чеснок, растолченный	1 долька
белое вино	4 ст. л.
небольшой лавровый лист	1 шт.
соль и свежеразмолотый черный перец	

Для приготовления соуса соедините в кастрюле растопленное сливочное масло, помидоры, сахар, чеснок, вино и лавровый лист с солью и перцем по вкусу. Кипятите на медленном огне 30 мин, затем процедите через мелкое сито или отожмите на пищевом прессе. Снова перелейте соус в кастрюлю.

Тем временем соедините остальные ингредиенты в большой миске и тщательно промесите (смесь не должна быть слишком густой). Отщипывая комки фарша, величиной чуть больше грецкого ореха, сформуйте из них продолговатые яйцевидные колбаски размером примерно 2,5 на 7,5 см. Затем либо слегка обжарьте их со всех сторон в горячем растительном масле и дайте стечь на бумажной салфетке, либо положите на смазанный растительным маслом противень и запекайте 20 мин в духовке, прогретой до 190 °С, один раз перевернув. Опустите колбаски в соус и варите на медленном огне 15 мин.



Бифштекс с перцем по-конголезски

Зеленый перец горошком, необходимый для этого рецепта,— это мягкие, невызревшие горошины перца. Не раздавливайте их перед использованием.

На 4 порции

бифштекс из костреца (толщиной около 2,5 см и весом около 150 г каждый)	4 шт.
соль	
зеленый перец горошком	4 ст. л.
сливочное масло	30 г
растительное масло	2 ст. л.
арманьяк	4 ст. л.
сливки	1/4 л

Посыпьте бифштексы солью и обваляйте их в перце. Разогрейте в глубокой сковороде сливочное и растительное масло и обжаривайте каждую сторону бифштексов от 2 до 5 мин, в соответствии с вашим вкусом. Когда бифштексы будут готовы, дайте им стечь и положите на горячее блюдо. Удалите из сковороды жир и деглазируйте ее арманьяком; затем подержите сковороду на огне, чтобы арманьяк испарился. Влейте сливки и вытекшие из бифштексов мясные соки, доведите до кипения и, не снимая с огня, дайте соусу загустеть. Переложите бифштексы на сервировочное блюдо, полейте их соусом и сразу же подавайте на стол очень горячими.

Жареная говядина с помидорами и чесноком

На 6 порций

ломтики говяжьего тонкого края (каждый весом около 250 г)	6 шт.
оливковое масло	3 ст. л.
чеснок, растолченный	3 дольки
очень спелые помидоры, очищенные от кожицы и семян, стекшие и затем нарезанные	6 шт.
свежая душица, нарезанная или 1 ч. л. сушеной	1 ст. л.
соль и свежеразмолотый черный перец	

Разогрейте оливковое масло в массивной сковороде на сильном огне. Когда масло станет горячим, быстро подрумяньте ломтики говядины с обеих сторон (не загромождайте сковороду мясом, обжаривайте одновременно не более двух ломтиков). Переложите говядину на горячее сервировочное блюдо и держите ее в тепле. Убавьте огонь до среднего. Добавьте чеснок в оставшееся в сковороде масло и обжаривайте, пока он не подрумянится, затем добавьте помидоры и душицу, приправьте солью и перцем и готовьте еще 8 мин. Положите ломтики говядины снова на сковороду и держите там 1 мин или до тех пор, пока они не прогреются насквозь. Выложите мясо на блюдо, полейте соусом и подавайте на стол.

Бифштекс из оковалка по-палермски

На 6 порций

бифштексы из филе оковалка (толщиной 1 см)	6 шт.
свежие хлебные крошки	2 ст. л.
тертый сыр Пармезан	2 ст. л.
анчоусы, измельченные	6 шт.
большой помидор, очищенный от кожицы и нарезанный кусочками	1 шт.
каперсы	30 г
оливковое масло	2 ст. л.
соль и свежеразмолотый черный перец	

Смешайте хлебные крошки, сыр, анчоусы, помидоры и каперсы; поставьте в сторонку. Обжарьте бифштексы на сковороде в горячем растительном масле до желательной степени прожаренности. Выложите бифштексы на жаростойкое блюдо и посыпьте их приготовленной смесью и петрушкой. Посолите и поперчите по вкусу. Поставьте блюдо с бифштексами на 2—3 минуты под тэны хорошо прогретого гриля для образования на их поверхности хрустящей корочки. Подавайте на стол немедленно.

Говядина с овощами, приготовленная в соевом соусе и сакэ

Заключительная стадия приготовления этого японского блюда обычно осуществляется прямо на обеденном столе. Кушанье может быть приготовлено и подано так, как это описано ниже, либо каждый обедающий может отобрать для себя часть ингредиентов с общего подноса и готовить их в медленно кипящей жидкости сковороды, установленной в центре стола.

На 4 порции

постное филе говядины (предпочтительно филе оковалка)	500 г
консервированная лапша *ширатаки* (дайте жидкости стечь)	250 г
побег бамбука, отскобленный у основания, разрезанный пополам в длину и поперек тонкими ломтиками	1 шт.
стебли лука-батуна с перьями длиной 7,5 см, разрезанные на четырехсантиметровые куски	6 шт.
репчатый лук средней величины, нарезанный кружочками толщиной 1 см	1 головка
небольшие белые грибы, нарезанные ломтиками толщиной 5 мм	4—6 шт.
лепешки соевого творога, нарезанные кубиками со стороной 2,5 см	2 шт.
жеруха, китайская капуста или листья китайской хризантемы	60 г
полоска говяжьего жира, длиной 5 см, сложенная прямоугольником	1 шт.
японский соевый соус	150—200 мл
сахар	3—6 ст. л.
сакэ	150—200 мл

Положите говядину в морозильник минут на 30 или же на столько, сколько необходимо для легкого промораживания, которое облегчит нарезку. Затем, используя широкий острый нож, нарежьте мясо поперек волокон ломтиками толщиной 3 мм, а потом разрежьте ломтики крестнакрест на равные части.

Доведите до кипения примерно 1/4 л воды и опустите в нее лапшу *ширатаки*; снова доведите до кипения. Слейте воду и разрежьте лапшу на 3 части. Промойте холодной проточной водой ломтики побега бамбука и дайте им стечь.

Выложите мясо, лапшу и овощи красивыми отдельными рядами на большой поднос.

Если вы используете скиллет (жаровню на ножках) с электроподогревом, прогрейте его до 220 °С; если нет — поставьте скиллет диаметром 25—30 см на конфорку настольного подогревателя и прогревайте несколько минут. Возьмите палочками или щипцами сложенную полоску жира и смажьте им дно жаровни. Положите в жаровню 6—8 ломтиков мяса, добавьте 4 ст. л. соевого соуса и посыпьте мясо 3 ст. л. сахара. Готовьте 1 мин, помешивая и переворачивая ломтики. Сдвиньте мясо к одной стороне жаровни. Добавьте примерно 1/3 лука-батуна и равные порции репчатого лука, грибов, соевого творога, лапши, зелени и ломтиков бамбука; сбрызните ингредиенты 4 ст. л. *сакэ* и готовьте еще 4—5 мин.

Палочками или вилкой с длинной ручкой переложите содержимое жаровни в тарелки и подавайте. Продолжайте приготовление кушанья порция за порцией, как было описано ранее, время от времени проверяя температуру жаровни. Если она станет слишком горячей и пища начнет прилипать или пригорать, убавьте огонь или охладите жаровню более быстрым способом, добавив немного холодной воды в соус.

Скоблянка из говядины с овощами

На 3 порции

мякоть кострец, нашинкованная тонкой соломкой	250 г
кукурузная мука	1 ч. л.
сахар	1 ч. л.
темный соевый соус	1 ч. л.
арахисовое масло	4—5 ст. л.
чеснок, измельченный	4 дольки
цветная капуста, разделенная на маленькие кочешки	125 г
сладкий зеленый перец, нарезанный толстыми ломтиками	1 шт.
морковь, нарезанная тонкой соломкой	125 г
побеги бамбука, нарезанные ломтиками	90 г
шляпки китайских грибов, вымоченные в теплой воде и нарезанные кубиками	10 шт.
тонкие ломтики свежего корня имбиря	4 шт.
вода	1/4 л
соль и молотый черный перец	

Смешайте мясо с кукурузной мукой, 1/2 ч. л. сахара и соевым соусом; поставьте в сторонку. Разогрейте 3 ст. л. арахисового масла в сотейнике или сковороде *вок* и обжаривайте половину чеснока до тех пор, пока он не станет золотистым. Добавьте цветную капусту, сладкий перец, морковь и обжаривайте, помешивая, пока овощи слегка не размягчатся, затем добавьте грибы, побеги бамбука и обжаривайте, помешивая, еще немного времени. Выньте овощи и поставьте их в сторонку.

Разогрейте в сотейнике еще немного масла и обжарьте остальной чеснок и имбирь. Добавьте мясо и обжарьте его почти до готовности. Затем смешайте вместе воду, соль, черный перец, остальной сахар и немного соевого соуса. Добавьте смесь в мясо и перемешайте. Добавьте овощи, доведите до кипения и сразу же подавайте на стол.

Терияки из говядины

На 6 порций

бифштексы из костреца	6 шт.
светлый соевый соус	4 ст. л.
сладкое рисовое вино *мирин*	4 ст. л.
чеснок, мелко нарубленный	1 долька
кусочек свежего корня имбиря длиной 2,5 см	1 шт.
растительное масло	1 ст. л.

Приготовьте маринад, смешав вместе соевый соус, *мирин*, чеснок и 1 ч. л. имбирного соуса, полученного натиранием свежего корня имбиря на терке и выдавливанием сока пальцами. Подержите бифштексы в маринаде 30 мин. Разогрейте растительное масло в сковороде, положите в нее бифштексы и быстро их подрумяньте. Влейте в сковороду маринад и обжаривайте мясо еще 4—5 мин, пока на нем не образуется глазурь. Это блюдо обычно подается со свежими молодыми ростками имбиря или маленькими огурчиками, замаринованными в уксусе и соевом соусе.

Бефстроганов с горчицей

Этот рецепт входит в группу наиболее известных русских рецептов, созданных в течение прошлого столетия поваром графа Строганова, именем которого названо блюдо. Важная предпосылка для успеха — ингредиенты не должны быть слишком холодными. И мясо, и соус должны постоять несколько часов после предварительной обработки.

На 6 порций

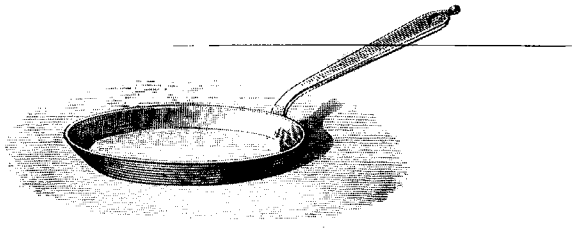
говяжья вырезка	1 кг
соль и молотый черный перец	
мука	30 г
сливочное масло	60 г
горячий бульон из говядины или телятины	600 мл
томатное пюре	1 ст. л.
столовая горчица	1/2 ч. л.
репчатый лук, мелко нарубленный	1 крупная головка
сметана	4 ст. л.

Начинайте обработку мяса по меньшей мере за 2 ч до приготовления. Сначала нарежьте филе ломтиками, затем тонкими полосками. Если мясо нарезано слишком тонко, оно станет жестким. Посыпьте солью и перцем и дайте постоять. Тем временем обжарьте муку в сливочном масле до пастообразной консистенции, частями добавляя бульон, томатное пюре и горчицу. Доведите до кипения, процедите и дайте постоять.

За 20 мин до подачи обжарьте мясо порциями вместе с репчатым луком в оставшемся сливочном масле на довольно сильном огне, в течение 5 мин каждую, переворачивая смесь лопаточкой и закладывая ровно столько ингредиентов, сколько необходимо для покрытия дна сковороды.

Когда мясо будет готово, добавьте в соус сметану. Переложите соус вместе с мясом и луком в кастрюлю и плотно накройте крышкой. Поставьте кастрюлю на пламезащитной подставке на низкий огонь и подержите 10 мин для прогревания. Непосредственно перед подачей доведите смесь почти до точки кипения соуса.

По желанию соус может быть приготовлен без горчицы. В другом варианте в репчатый лук добавляют нарезанные тонкими ломтиками грибы и обжаривают их отдельно от мяса.



Гамбургеры а ля Линдстрем

На 4—6 порций

постная рубленая говядина	500 г
сливочное масло	40 г
репчатый лук, мелко нарубленный	2 ст. л.
яичные желтки	4 шт.
каперсы (дать стечь и мелко нарезать)	1 ст. л.
соль	1,5 ч. л.
свежеразмолотый черный перец	
белый уксус	2 ч. л.
двойные сливки	100 мл
красная столовая свекла, мелко нарезанная	4 ст. л.
растительное масло	2 ст. л.
жареные яйца (не обязательно)	4—6 шт.

В небольшом сотейнике растопите 15 г сливочного масла. Когда пена начнет оседать, добавьте репчатый лук и готовьте 2—3 мин или до тех пор, пока лук не размягчится и не станет прозрачным, но не подрумяненным. Переложите лук в большую миску и добавьте в нее мясо, яичные желтки, каперсы, соль, немного перца и уксус. Хорошенько перемешайте и увлажните сливками. Затем подмешайте столовую свеклу. Сформуйте из смеси 12—14 круглых котлет диаметром 5—7,5 см. В большой толстостенной сковороде разогрейте растительное масло вместе с остатками сливочного. Когда пена начнет опадать, положите в сковороду котлеты, 3 или 4 за один раз, и обжаривайте на очень сильном огне по 5—6 мин каждую сторону или до тех пор, пока они хорошенько не подрумянятся. В Швеции эти ароматные гамбургеры часто подают, положив на них сверху жареное яйцо. В этом случае котлеты следует делать более толстыми и большего диаметра.

Жареная говядина со сладким перцем

На 4 порции

мякоть костреца, нарезанная кубиками со стороной 1 см	250 г
соевый соус	2 ст. л.
херес	1 ст. л.
сахар	1/2 ч. л.
растительное масло	3 ст. л.
сладкий зеленый перец, очищенный от семян и нарезанный квадратиками со стороной 2,5 см	2 шт.
соль	1/2 ч. л.

Соедините 1 ст. л. соевого соуса с хересом и сахаром. Добавьте говядину и перемешайте. Дайте постоять 15 мин, периодически переворачивая мясо. Разогрейте 1,5 ст. л. растительного масла в сковороде. Добавьте сладкий перец и обжаривайте, помешивая, пока он слегка не размягчится. Переложите перец со сковороды в другую посуду. Разогрейте остальное масло. Добавьте говядину и обжаривайте, помешивая до тех пор, пока мясо не начнет подрумяниваться. Снова положите перец в сковороду. Посолите и добавьте остальной соевый соус. Обжаривайте, помешивая, до готовности (еще около 2 мин) и подавайте на стол.

Рулеты из говядины, фаршированные луком-батуном

На 4 порции

говядина (щуп, ссек или другой подобный отруб)	350 г
соевый соус	2 ст. л.
сладкое рисовое вино *мирин*	1 ст. л.
свежий корень имбиря, мелко натертый	1 ч. л.
стебли лука-батуна, очищенные, вместе с зелеными перьями	3 шт.
мука	
растительное масло	
лимон, разрезанный на 4 дольки	1/2 шт.

Нарежьте говядину очень тонкими ломтиками (около 3 мм толщиной). Вы облегчите себе эту задачу, если говядина будет слегка проморожена. Положите ломтики говядины на блюдо. Соедините вместе соевый соус, *мирин* и имбирь, хорошенько перемешайте и полейте этим маринадом мясо. Держите мясо в маринаде 30 мин.

Нарежьте лук-батун кусочками такой же длины, как ширина ломтиков мяса. Разрежьте кусочки лука в длину на 2 или 4 части, чтобы у вас были и белые, и зеленые кусочки для фаршировки каждого рулета.

Выньте ломтики мяса из маринада, разложите на них лук и скатайте в рулеты, предварительно посыпав мукой конец каждого ломтика, чтобы мясо не разворачивалось. Запанируйте рулеты мукой и затем встряхните для удаления ее излишков. Разогрейте слой растительного масла толщиной 5—7,5 см в кастрюле *темпура* или фритюрнице примерно до 175 °С по термометру или пока на деревянных палочках при размешивании ими масла не начнут образовываться пузыри. Обжаривайте рулеты в течение 2 мин по нескольку штук, перевернув один или два раза. Дайте рулетам стечь на решетке кастрюли *темпура* или на бумажных салфетках. Гарнируйте дольками лимона (потом их выжимают на рулеты). Подавайте горячими и как можно быстрее после приготовления.

Вместо жарения рулетов во фритюре их можно обжаривать на сковороде. В этом случае не панируйте рулеты мукой. Разогрейте 2 ст. л. растительного масла в сковороде и обжаривайте рулеты 3—4 мин на очень сильном огне, переворачивая их так, чтобы они подрумянились со всех сторон. К вашему удивлению вкус будет другим.



Жареные фрикадели по-гречески

Для приготовления 24 фрикаделей средней величины

постная говядина или телятина, рубленая	500 г
репчатый лук средней величины, мелко нарубленный	1 головка
чеснок, растолченный (не обязательно)	1 долька
ломтики хлеба без корки, намоченные в воде и хорошо отжатые	2 шт.
яйцо, слегка взбитое	1 шт.
свежая петрушка, нарезанная	3 ст. л.
веточки свежей мяты, нарезанные	2 шт.
молотый душистый перец, корица или кориандр	1/2 ч. л.
красное сухое вино	1 ст. л.
вода (при необходимости)	2—3 ст. л.
соль и свежеразмолотый черный перец	
мука	
растительное масло	

Соедините в миске мясо с репчатым луком, чесноком, хлебом, яйцом, петрушкой, мятой, специями и вином, затем промесите фарш 2 мин. Смесь должна быть мягкой; при необходимости добавьте в нее воды. Приправьте солью и перцем по вкусу, накройте крышкой и поставьте по меньшей мере на 1 ч в холодильник. Отщипывая небольшие порции фарша (размером с грецкий орех или меньше), скатайте их ладонями в шарики и слегка обваляйте в муке. Налейте в сковороду сантиметровый слой растительного масла и нагревайте его до тех пор, пока оно не начнет дымиться. Опустите фрикадели в масло и обжаривайте до образования хрустящей корочки, переворачивая их кулинарными щипцами. Выньте фрикадели шумовкой и дайте им стечь на бумажной салфетке.

Биточки по-русски

На 4 порции

говядина (щуп или ссек), мелко нарубленная, либо говядина и телятина в равных пропорциях	500 г
соль и свежеразмолотый черный перец	
лук-батун, нарезанный	2 ст. л.
мука	
сливочное масло	30 г
говяжий бульон	4 ст. л.
двойные сливки	100 мл
мускатный орех, тертый	
петрушка, нарезанная	2 ст. л.

Приправьте мясо луком и, по вкусу, солью и перцем. Сформуйте из фарша 4 биточка, слегка обваляйте их в муке и обжарьте на сливочном масле. Выложите биточки на блюдо и добавьте в сковороду бульон. Загустите соус так, чтобы его объем уменьшился наполовину, затем добавьте сливки и подержите на огне еще 1 мин. Добавьте мускатный орех и петрушку, затем полейте соусом биточки.

Говядина с жареной лапшой

На 4 порции

мякоть постной говядины, нарезанная тонкой соломкой	750 г
лапша или спагетти	500 г
растительное масло	5 ст. л.
чеснок, растолченный	1 долька
стебли лука-батуна, нарезанные кусочками длиной 2,5 см	3 шт.
капуста или сельдерей, нашинкованные	100 г
побеги бамбука	30 г
соль	1/2 ч. л.
сушеные китайские грибы, вымоченные в течение 30 мин в теплой воде, обсушенные и нарезанные соломкой или маленькими кусочками	3 шт.
соевый соус	2,5 ст. л.
сахар	1 ч. л.
сухой херес	2 ст. л.
мясо сырых креветок, очищенное и нарубленное	2 ст. л.

Отварите лапшу до мягкого состояния. Слейте и промойте под струей холодной воды, чтобы предупредить слипание.

Разогрейте 1 ст. л. растительного масла в большой сковороде. Добавьте чеснок, репчатый лук, капусту, ростки бамбука, половину соли и обжаривайте на сильном огне при непрерывном помешивании 2 мин. Переложите содержимое сковороды в другую посуду и поставьте в сторонку.

Добавьте 2 ст. л. растительного масла в ту же сковороду. Когда масло раскалится, добавьте мясо и грибы и 1 мин обжаривайте на сильном огне, непрерывно помешивая. Добавьте соевый соус, сахар, половину хереса и обжаривайте, продолжая помешивать, еще 1 мин. Переложите содержимое сковороды шумовкой в отдельную посуду и поставьте в сторонку.

Влейте в сковороду остальное растительное масло, затем добавьте лапшу и креветки. Помешивая, обжарьте их вместе с подливой и растительным маслом, оставшимися в сковороде от предыдущих жарений. Когда лапша хорошо прогреется и покроется со всех сторон подливой и маслом (около 1,5 мин обжаривания), добавьте остаток соли, половину мяса и половину обжаренных ранее овощей. После еще 1 мин жарения при непрерывном помешивании выложите кушанье на теплое блюдо.

Положите в ту же самую сковороду оставшиеся овощи и мясо и влейте туда остатки хереса. Перевернув содержимое сковороды несколько раз (около 15 с приготовления на сильном огне), выложите смесь в качестве гарнира на лапшу и подавайте. Для знатоков этого блюда ароматизированная подливой лапша даже более вкусна, чем мясо.

Бифштекс с рисом

Этот рецепт разработан владельцем и шеф-поваром парижского ресторана «Le Dodin-Bouffant» Жаком Маньером.

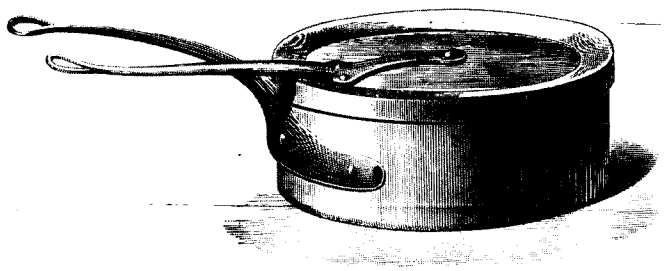
На 4 порции

говядины для бифштексов, рубленая	200 г
длиннозерный рис	100 г
сливочное масло	40 г
яйца	2 шт.
картофелина средней величины, ошпаренная кипятком «в мундире», очищенная от кожуры и натертая на терке	1 шт.
лук-шалот, очищенный и мелко нарубленный	1 шт.
большая веточка петрушки, мелко нарубленная	1 шт.
соль и молотый черный перец	

Слегка обжарьте рис в 15 г сливочного масла. Влейте 200 г кипятка, накройте крышкой и отваривайте на медленном огне 20 мин, пока вся вода не впитается.

Смешайте в большой миске рубленое мясо, яйца, картофель, вареный рис, шалот и петрушку; приправьте солью и перцем. Сформуйте из смеси 4 бифштекса.

Растопите в сковороде 15 г сливочного масла. Положите бифштексы в сковороду и обжарьте их с одной стороны на среднем огне. Переверните бифштексы, добавьте оставшееся масло и обжарьте их с другой стороны. Время жарения зависит от вашего вкуса — бифштексы могут быть слабо- или среднепрожаренными.



Говядина по-сычуаньски

И «целлофановая» лапша, и соус хойсинь *могут быть куплены в магазинах китайских продуктов. После вскрытия консервной банки с соусом* хойсинь *переложите содержимое в стеклянную банку, закройте крышкой и храните в холодильнике; соус сохранится в течение нескольких месяцев.*

На 4 порции

говяжий бифштекс из мясистой части диафрагмы	350 г
сушеная полупрозрачная («целлофановая») лапша	30 г
растительное масло	200 мл
сухой херес	1 ст. л.
соевый соус	1 ст. л.
соус *хойсинь*	2 ст. л.
кукурузная мука	1 ст. л.
побеги бамбука, морковь и нелущеный горох, все в нашинкованном виде	по 60 г
соль	1 ч. л.
свежий корень имбиря, мелко нарезанный	1 ст. л.
перец чили, измельченный	1/2 ч. л.

Используя сковороду *вок* или фритюрницу, обжарьте лапшу во фритюре из растительного масла при 180 °С в течение нескольких секунд. Дайте лапше стечь на бумажных салфетках и поставьте в сторонку. Масло зарезервируйте.

Нарежьте говядину очень тонкими ломтиками (вы облегчите себе эту задачу, если говядина будет слегка проморожена), затем нарежьте ломтики соломкой. Смешайте говяжью соломку с соевым соусом, хересом, соусом *хойсинь* и кукурузной мукой.

Разогрейте 2 ст. л. зарезервированного растительного масла в сковороде *вок* или фритюрнице. Непрерывно помешивая, обжарьте ростки бамбука, морковь и горох в течение 1 мин. Добавьте соль, перемешайте и поставьте в сторонку.

В той же самой сковороде *вок* или фритюрнице разогрейте еще 6 ст. л. растительного масла и добавьте имбирь. Несколько раз перемешайте. Выложите сюда мясную смесь и обжаривайте, непрерывно помешивая, 2 мин. Затем добавьте перец чили и снова хорошо перемешайте. (При необходимости удалите излишек растительного масла.)

Положите в сковороду с мясом обжаренные ранее овощи, тщательно перемешайте и выложите смесь на блюдо.

Вокруг нее и сверху положите лапшу и подавайте кушанье горячим.

Говядина по-крестьянски

Инструкции по замазыванию горшка тестом приведены на стр. 59.

На 4—6 порций

говяжий ссек, нарезанный тонкими ломтиками	1 кг
ломтики бекона с прожилками жира	12 шт.
нарезанная петрушка	4 ст. л.
лук-батун, нашинкованный	125 г
четыре специи	
соль и молотый черный перец	
лавровый лист	1 шт.
бренди	2 ст. л.
вода	4 ст. л.
густое тесто из муки и воды	

Укладывайте в глиняный горшок говядину и бекон чередующимися слоями, приправляя каждый слой петрушкой, репчатым луком, специями, солью и черным перцем. Когда горшок заполнится наполовину, добавьте лавровый лист и продолжайте укладывать ингредиенты, закончив слоем бекона. Добавьте бренди и воду. Замажьте горшок тестом и готовьте в духовке при 170 °С около 4 ч. Выньте горшок из духовки, снимите крышку и удалите излишек жира. Подавайте прямо в горшке.

Тушеная говядина по-бельгийски

На 4 порции

говяжий щуп или ссек, нарезанный кубиками со стороной 2,5 см	750 г
сливочное масло	60 г
говяжий бульон	400 мл
сушеные абрикосы	175 г
сахар	1 ч. л.
стебли лука порея (только белые части)	4 или 5 шт.
соль и молотый черный перец	
цедра лимона, тертая	1 ч. л.

Подрумяньте говядину на сливочном масле в гусятнице на очень сильном огне. Добавьте бульон, абрикосы и сахар, убавьте огонь до низкого и тушите при слабом кипении. Пробланшируйте лук-порей, положив его в холодную воду и медленно доведя ее до кипения. Добавьте лук-порей в гусятницу и приправьте по вкусу солью и перцем. Накройте крышкой и тушите на медленном огне 2 ч. Проверьте, хватает ли специй, добавьте лимонную цедру, перемешайте и тушите еще 5 мин. Подавайте с картофельным пюре и лимской фасолью.

Тушеная говядина по-бургундски

Подробные инструкции по шпигованию мяса салом приведены на стр. 52.

На 6 порций

говяжья голяшка или рулька, отрубленная поперек волокон, с удаленной костью	1,5 кг
свежее свиное сало, нарезанное полосками длиной около 2,5 см с квадратным поперечным сечением со стороной 5 мм	90 г
петрушка, мелко нарезанная	2 ст. л.
тимьян, сушеный или смесь трав	1/2 ч. л.
постный соленый бекон, нарезанный кубиками со стороной 1 см	250 г
оливковое или другое растительное масло	3 ст. л.
средние моркови, нарезанные соломкой длиной 2,5—5 см	3 или 4 шт.
крупные головки репчатого лука, разрезанные на 4—6 частей каждая	3 шт.
соль	
мука	3 ст. л.
коньяк	4 ст. л.
пучок душистых трав	1 шт.
чеснок, растолченный	2 дольки
бульон из телятины, отвара от *пот о фе*, или воды	1/4 л
плотные молодые грибы	250 г
молотый черный перец	
сливочное масло	90 г
головки маринованного репчатого лука	30 шт.

Маринад

оливковое масло	2 ст. л.
тимьян или смесь трав	1/2 ч. л.
бутылка красного бургундского вина	1 шт.

Разрежьте мясо поперек волокон на 2 равные части и затем каждую из них еще на 6 кусков вдоль, следуя структуре мышц (каждый кусок должен оставаться неповрежденным внутри своей пленки). Обваляйте свиное сало в петрушке, перемешанной с тимьяном или смесью трав. Небольшим острым ножом проделайте по два отверстия вдоль волокон в каждом куске мяса и вставьте в каждое отверстие полоску сала. Положите мясо на 3 ч в маринад, приготовленный из оливкового масла, тимьяна (смеси трав) и вина. Переверните куски мяса в маринаде два или три раза в течение этого времени.

Залейте бекон холодной водой, доведите до кипения, дайте покипеть на медленном огне 2—3 мин и затем слейте. Обжаривайте со всех сторон кусочки бекона в растительном масле в сотейнике или сковороде на среднем огне до тех пор, пока они не подрумянятся и не покроются тонкой хрустящей корочкой. Переложите бекон в другую посуду, а в этом масле 20—30 мин обжаривайте морковь и репчатый лук, периодически помешивая. Репчатый лук должен только слегка подрумяниться. Выньте шумовкой овощи со сковороды, дайте стечь жиру и убедитесь, что в сковороде не осталось кусочков лука — они неминуемо подгорят и придадут горький привкус соусу.

Пока овощи обжариваются, кусочки мяса из маринада выложите в дуршлаг или большое сито и дайте им хорошенько стечь. Стекающую жидкость соберите, а мясо насухо промокните бумажной салфеткой. Увеличьте огонь и в том же масле подрумяньте мясо со всех сторон, добавляя при необходимости немного свежего растительного масла и подсаливая кусочки, но только после того, как они были один раз перевернуты. Убавьте огонь до минимума, удалите излишки жира, посыпьте мясо сверху мукой и переверните его 2 или 3 раза в течение 5—6 мин, пока мука слегка не подрумянится. Снова положите репчатый лук и морковь в сковороду, перемешайте с мясом и влейте коньяк и оставшийся маринад. Перемешайте ингредиенты и поскребите дно сковороды деревянной ложкой, чтобы отделить от него и растворить все карамелизованные отложения.

Куски мяса вместе с овощами переложите в гусятницу и влейте в нее стекшую жидкость. Добавьте пучок душистых трав и чеснок, затем кипящий бульон (или воду), чтобы мясо было покрыто жидкостью. Доведите жидкость до кипения, накройте крышкой и готовьте при слабом кипении (предпочтительно в духовке при 150 °С) 2,5—3 ч или до тех пор, пока мясо не станет мягким, но все еще сохраняющим свою форму. За это время 2 или 3 раза удаляйте жир с поверхности жидкости и осторожно сдвигайте с места куски мяса, чтобы убедиться, что они не прилипли ко дну гусятницы.

Посолив и поперчив грибы, обжаривайте их в половине сливочного масла на сильном огне около 2 мин или до тех пор, пока они слегка не подрумянятся и их поверхностная влага не испарится. Приправьте маринованные луковицы и обжаривайте их, не разрезая, на слабом огне в оставшемся сливочном масле, подобрав такую сковороду, чтобы луковицы уместились в ней в один слой. Периодически переворачивайте луковицы, пока они не станут желтыми и мягкими, но не подрумяненными.

Выньте ложкой мясо и морковь из соуса, выбросьте пучок душистых трав и процедите соус через мелкое сито. Снова положите мясо и морковь в гусятницу, добавьте зарезервированный бекон, глазированные луковицы и обжаренные грибы, накройте гусятницу крышкой и не открывайте, пока не будет готов соус.

Доведите соус до кипения, сдвиньте кастрюлю на край конфорки и кипятите на медленном огне, регулярно снимая пенку, 30 мин. Если к этому времени соус окажется слегка жидковатым, загущайте его, непрерывно помешивая, на сильном огне около 2 мин, пока он не достигнет требуемой консистенции. Полейте соусом мясо и гарнир, медленно разогрейте и готовьте при слабом кипении 20 мин. Подавайте мясо прямо в гусятнице вместе с выложенным на отдельное блюдо свежеотваренным картофелем.

Говядина в кисло-сладком соусе по-рейнски

Замаринованная в приправленном специями уксусе говядина, подаваемая с кисло-сладким соусом, является одним из самых любимых блюд во всех землях Германии. Различные варианты этого блюда отличаются составом соуса и количеством специй. В этом рейнском рецепте соус ароматизирован изюмом и загущен крошками традиционного немецкого рождественского печенья, приготовленного из меда, патоки и специй. Яблочный сироп, придающий сладость подливе, является одной из специализаций рейнских крестьян.

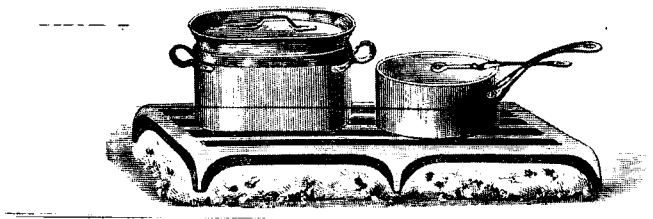
На 6 порций

говяжий ссек	1 кг
лярд	75 г
изюм, замоченный в воде	125 г
соль и молотый черный перец	
крошки медового печенья или имбирной коврижки	75 г
яблочный сироп или патока	1 ст. л.
сметана	1/4 л
Маринад	
вода	1/2 л
винный уксус	1/4 л
соль	1 ч. л.
репчатый лук	2 головки
морковь	1 шт.
черный перец	5 горошин
гвоздика	2 бутона
лавровый лист	1 шт.
ягоды можжевельника	2 шт.

Сложите все ингредиенты маринада в большую кастрюлю. Прокипятите 15 мин на медленном огне и поставьте остывать. Положите говядину в глиняный горшок, залейте остывшим маринадом и дайте постоять 2—3 дня, периодически переворачивая мясо. Выньте мясо из маринада, дайте ему стечь и подрумяньте на лярде. Маринад процедите, выбросив все овощи и приправы, и снова полейте им мясо. Готовьте мясо при 180 °С около 1,5 ч, регулярно поливая его. Примерно за 15 мин до конца приготовления добавьте изюм. Когда мясо будет полностью готово и станет очень мягким, выложите его на теплое блюдо.

Удалите из соуса жир, а соус приправьте солью и перцем. Загустите его крошками медового печенья или имбирной коврижки, затем добавьте яблочный сироп (или патоку) и сметану.

Нарежьте мясо ломтиками и подавайте его в собственном кисло-сладком соусе вместе с картофельными клецками или картофельными оладьями и яблочным соусом.



Тушеная маринованная говядина

На 6 порций

говяжий щуп или кострец	2 кг
мука	60 г
соль	1,5 ч. л.
молотый черный перец	
растительный жир	60 г
репчатый лук, нарезанный колечками	1 головка
горчичное семя	1/2 ч. л.
гвоздика	6 бутонов
черный перец горошком	1/2 ч. л.
раскрошенное имбирное печенье	30 г
Маринад	
яблочный уксус	350 мл
красное вино	100 мл
вода	1/4 л
черный перец	12 горошин
сахар	2 ст. л.
крупные головки репчатого лука, нарезанные колечками	2 шт.
лавровый лист	4 шт.
гвоздика	12 бутонов
горчичное семя	1 ч. л.
соль	2 ч. л.

Соедините все ингредиенты маринада в большой миске. Положите мясо в маринад, накройте крышкой и дайте постоять в холодильнике от двух до четырех дней, каждый день переворачивая кусок. Закончив маринование, выньте мясо из миски и дайте ему стечь на бумажных салфетках.

Смешайте 2 ст. л. муки с солью и щепоткой молотого перца. Запанируйте мясо со всех сторон приправленной мукой. Подрумяньте мясо в жиру в «голландской» жаровне. Процедите маринад, выбросив все приправы, и добавьте его в мясо вместе с луком, горчичным семенем, гвоздикой и горошинами перца. Накройте крышкой. Готовьте при слабом кипении 3,5—4 ч или до тех пор, пока мясо не станет мягким. Выложите мясо на теплое блюдо (по желанию, предварительно нарежьте мясо ломтиками). Процедите жидкость. Смешайте в жаровне оставшуюся муку и раскрошенное имбирное печенье. Медленно добавьте процеженную жидкость. Кипятите на медленном огне, непрерывно помешивая, пока жидкость не загустеет. Частью этой подливы полейте мясо, а оставшуюся — подайте на стол.

Тушеная говядина по-индийски

На 4 порции

говядина для тушения, нарезанная порционными кусками	500 г
молотый кориандр	1/2 ст. л.
молотые семена тмина, молотые семена горчицы, молотый перец чили	по 1/2 ч. л.
молотая куркума	1 ч. л.
молотый черный перец, молотый имбирь	по 1/4 ч. л.
винный уксус	
крупная головка репчатого лука, нарезанная тонкими колечками	1 шт.
чеснок, нарезанный тонкими ломтиками	2 дольки
зеленый перец чили (свежий или маринованный), нарубленный мелкими кусочками	2 шт.
топленое масло или другой жир	60 г
соль	
лимонный сок	

Смешайте специи с уксусом в пасту. Обжаривайте репчатый лук, чеснок и перец чили в топленом масле 3—4 мин. Добавьте пасту и готовьте еще 3—4 мин, затем положите мясо и, накрыв сковороду крышкой, дайте ему готовиться в собственном соку по меньшей мере 2,5 ч. Если необходимо, долейте воды, чтобы получилась густая ароматная подлива. Соль и лимонный сок добавьте по вкусу.

Тушеная говядина по-суссекски

Это одно из лучших старинных английских блюд, в котором из грибного кетчупа и эля или портера получается аппетитная и очень красивая подлива. Для подготовки блюда к приготовлению вам потребуется не больше 5 минут.

Грибной кетчуп является традиционной приправой, приготовленной путем концентрирования грибной вытяжки. Продается в бутылочках в Великобритании в большинстве хороших бакалейных лавок. Если вы не можете купить грибной кетчуп, используйте уксус.

На 4 порции

бифштекс из хребтового края или подбедерка одним куском	1 кг
соль и молотый черный перец	
мука	1—2 ст. л.
крупная головка репчатого лука	1 шт.
портвейн и портер	по 5 ст. л.
грибной кетчуп или винный уксус	2 ст. л.

Приправьте мясо солью и перцем, затем натрите с обеих сторон мукой. Положите плоско на дно подходящей по размеру неглубокой гусятницы. Поверх мяса разложите нарезанный колечками репчатый лук. Влейте в гусятницу портвейн, портер и кетчуп (уксус). Положите на мясо сложенный вдвое лист жиронепроницаемой бумаги и накройте крышкой. Поставьте в слабо прогретую духовку (до 140 °С) и готовьте около 3 ч (можно чуть больше или меньше — это не имеет значения). Самый жесткий кусок мяса станет мягчайшим, а подлива получится густой, ярко коричневой и с превосходнейшим ароматом.

Картофельное пюре и, возможно, несколько жареных на сковороде или открытом огне грибов (если вы сможете найти достаточно большие грибы) прекрасно подойдут к этому мясу.

Говядина ломтиками по-семарангски

На 3—4 порции

мякоть костреца, разрезанная на небольшие эскалопы (щуп или подбедерок также подойдут, но потребуют несколько большего времени приготовления)	500 г
сливочное масло или 1 ст. л. кокосового масла	15 г
крупная головка репчатого лука, нарезанная вдоль тонкими ломтиками	1 шт.
крупный спелый помидор, очищенный от кожицы и нарезанный кусочками	1 шт.
палочка корицы (не обязательно)	1 шт.
бутон гвоздики (не обязательно)	2 шт.

Маринад

крупная головка репчатого лука, мелко нарубленная	1 шт.
чеснок, измельченный	3 дольки
черный перец, размолотый	10 горошин
темный соевый соус	3 ст. л.
коричневый сахар (не обязательно)	3 ст. л.
мускатный орех, свеженатертый (не обязательно)	

Отбивайте эскалопы деревянным молотком до тех пор, пока они не станут очень тонкими. Для приготовления маринада растолките репчатый лук и чеснок до пастообразного состояния. Смешайте полученную пасту с перцем, соевым соусом и, если вы их используете, с сахаром и щепоткой мускатного ореха. Держите ломтики мяса в маринаде от 30 мин до 1 ч.

Разогрейте сливочное или растительное масло в сковороде, добавьте ломтики репчатого лука и обжаривайте его до мягкости. Добавьте мясо и маринад и обжаривайте, помешивая, 1 мин. Затем добавьте помидоры и немного воды. Перемешайте и готовьте, не накрывая крышкой, до тех пор, пока мясо и помидоры не станут мягкими, а подлива — более густой.

Для приготовления этого блюда по вкусу жителей Суматры не добавляйте в маринад сахар, а положите вместо него во время заключительного этапа приготовления блюда палочку корицы и 2 бутона гвоздики и удалите их перед подачей.

Гуляш из говядины по-венгерски

На 6 порций

говяжий хребтовый край, нарезанный стограммовыми кубиками	1,5 кг
репчатый лук, крупно нарезанный	250 г
лярд	125 г
соль	1 ч. л.
свежая венгерская паприка	1 ст. л.
помидоры, очищенные от кожицы и семян и разрезанные на 4 части каждый	600 г
вода	300 мл
картофель, клубни которого разрезаны на 4 части каждый	600 г

Обжаривайте говядину и репчатый лук в лярде на среднем огне до тех пор, пока лук не приобретет однородный золотистый цвет. Приправьте солью и паприкой, добавьте помидоры и 100 мл воды. Накройте крышкой и готовьте в духовке при 170 °С 1,5 ч. Затем добавьте в гуляш остальную воду и картофель. Продолжайте готовить в духовке, не накрывая гуляш крышкой и периодически поливая мясо, около 45 мин или до тех пор, пока жидкость почти полностью не испарится.

Добе из говядины а ля Беарнез

Подробные инструкции по шпигованию мяса полосками сала приведены на стр. 52.

На 6—8 порций

говяжий кострец или лопатка, нарезанные кубиками со стороной 5 см	2 кг
свиное сало, нарезанное толстыми полосками	125 г
петрушка, нарубленная вместе с 2—3 дольками чеснока	4 ст. л.
тимьян и порошок лаврового листа	по 1/4 ч. л.
бренди	1 ст. л.
мука	4—5 ст. л.
сырой окорок	150 г
морковь и репчатый лук, нарезанные тонкими кружочками и слегка обжаренные в свином или гусином жире	по 200 г
пучок душистых трав	1 шт.
чеснок, растолченный	2 или 3 дольки
бульон из говядины или телятины	4 ст. л.
тесто из муки и воды	

Маринад

красное вино	1/2 л
бренди	3 ст. л.
репчатый лук, нарезанный колечками	125 г
морковь, нарезанная ломтиками	125 г
петрушка	1 веточка
тимьян	1 веточка
лавровый лист	1 шт.

Нашпигуйте каждый кусок говядины вдоль волокон полоской свиного сала, обвалянной в петрушке и чесночной смеси, приправленной тимьяном и лавровым листом и сбрызнутой бренди. Положите мясо в маринад на 2 ч. Выньте мясо, зарезервировав маринад. Промокните куски мяса салфеткой и запанируйте мукой. Выложите стенки и дно *добьера* (горшка для приготовления *добе*) ломтиками окорока. Заполните *добьер* чередующимися слоями говядины, жареной моркови и репчатого лука. Когда *добьер* заполнится наполовину, добавьте пучок душистых трав.

Доведите до кипения зарезервированный маринад, добавьте чеснок и бульон и кипятите на медленном огне 25 мин. Процедите и полейте жидкостью мясо — она должна полностью покрыть его. Если это не так, добавьте воды.

Накройте *добьер* крышкой, замазав ее тестом из муки и воды. Доведите до кипения на очень слабом огне и готовьте 4 ч в духовке при 150 °С, поддерживая постоянную температуру. Выньте пучок душистых трав, снимите излишек жира и подавайте в *добьере*.

Говядина с паприкой

На 8 порций

говяжьи антрекоты (каждый весом около 125 г)	8 шт.
соль	
гусиный жир, топленый	2 ст. л.
репчатый лук, нашинкованный	500 г
паприка	2 ст. л.
мука	2 ст. л.
вода или бульон из говядины или телятины	1/2 л
анчоусы, вымоченные в воде и обсушенные (не обязательно)	

Обильно посыпьте антрекоты солью и затем промойте их в холодной воде. Промокните антрекоты салфеткой и отбейте их как можно сильнее деревянным молотком. Положите мясо в глиняный горшок вместе с гусиным жиром, репчатым луком и изрядным количеством паприки. Посыпьте слегка мукой. Поставьте горшок на сильный огонь, периодически его встряхивая (по меньшей мере на

2 мин), пока репчатый лук не даст влагу и мука не превратится в комочки теста. На этой стадии залейте мясо водой или бульоном и проверьте, хватает ли приправ. Накройте горшок крышкой и готовьте в умеренно прогретой духовке при 180 °С не меньше 3 ч. Подавайте прямо в горшке.

В другом варианте этого блюда непосредственно перед добавлением воды или бульона на мясо кладут несколько анчоусов.

Гуляш из говядины с клецками

Используемая в этом блюде паприка должна быть венгерской, так как другие ее виды могут быть всего лишь цветовыми наполнителями

На 8 порций

говяжий хребтовый край, щуп или ссек, нарезанный кубиками со стороной 2 см	1 кг
говяжье сердце, нарезанное кубиками со стороной 2 см (не обязательно)	250 г
лярд	30 г
репчатый лук средней величины, нарезанный крупными кусочками	2 головки
чеснок	1 долька
семена тмина	1/8 ч. л.
соль	
венгерская паприка	2 ст. л.
теплая вода	2,25 л
спелый помидор средней величины, очищенный от кожицы и нарезанный кусочками со стороной 2,5 см	1 шт.
сладкий зеленый перец с удаленной сердцевиной, нарезанный кружочками	2 шт.
картофель, очищенный и нарезанный кубиками со стороной 2 см	500 г
Клецки	
яйцо	1 шт.
мука	3 ст. л.
соль	1/4 ч. л.

Растопите лярд в большой (объемом 6—8 л) гусятнице. Обжарьте в лярде репчатый лук. Огонь должен быть слабым, чтобы лук не подрумянивался. Когда лук станет глянцевым, добавьте говядину и говяжье сердце. Перемешивая, обжаривайте мясо вместе с луком в течение 10 мин.

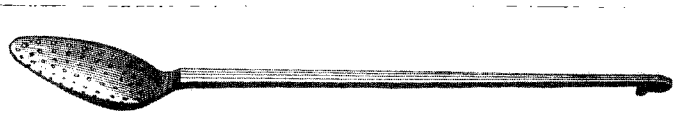
Тем временем нарубите чеснок и раздавите кусочки вместе с семенем тмина и небольшим количеством соли, используя плоскую сторону массивного ножа.

Снимите гусятницу с огня. Вмешайте паприку и чесночную смесь. Перемешивайте быстро, деревянной ложкой. Как только паприка разойдется, сразу же добавьте теплую воду. (Холодная вода при добавлении во время жарения делает мясо более жестким.) Снова поставьте накрытую крышкой гусятницу на слабый огонь и готовьте не менее 1 ч (время тушения зависит от вида отруба).

После этого добавьте помидоры и сладкий перец, затем долейте воды, чтобы гуляш имел консистенцию супа. Добавьте немного соли и готовьте при медленном кипении еще около 30 мин. Затем добавьте картофель и тушите все до готовности. При необходимости добавьте еще немного соли.

Для приготовления клецек смешайте яйцо с мукой и солью. Начинайте опускать тесто в гуляш по 1/4 ч. л. за 2—3 мин до подачи.

Подавайте гуляш и клецки очень горячими в больших глубоких мисках. Мясо должно быть мягким, но сохраняющим форму.



Венгерский гуляш с кислой капустой

На 4—6 порций

говядина для тушения, телятина и свинина, зачищенные от жира и нарезанные толстой соломкой	по 250 г
крупная головка репчатого лука, нашинкованная	1 шт.
сливочное масло	40 г
помидоры средней величины, очищенные от кожицы	5 шт.
сладкий зеленый перец, нашинкованный	1 шт.
соль	
черный перец	6 горошин
лавровый лист	2 шт.
каперсы	1/2 ч. л.
паприка	1 ст. л.
семена тмина	1 ч. л.
бульон из говядины или телятины	100 мл
кислая капуста	750 г
сметана	350 мл

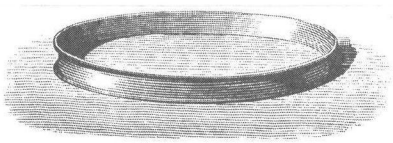
Обжаривайте репчатый лук в сливочном масле до тех пор, пока он не подрумянится, затем добавьте помидоры и сладкий перец. Готовьте 15 мин на очень слабом огне, после этого добавьте мясо и приправы. Влейте бульон и готовьте при слабом кипении еще 30 мин. Затем добавьте кислую капусту. Тушите все в течение 1 ч. Перед подачей положите сметану.

Фрикадели из рубленой говядины с луком-пореем

На 4 порции

рубленая говядина	500 г
лук-порей, промытый	1 кг
соль	
свежие хлебные крошки	60 г
черный перец, свежеразмолотый	
яйца, слегка взбитые	2 шт.
растительное масло	2—3 ст. л.
лимонный сок	2—3 ст. л.
сливочное масло	40 г

Отваривайте лук-порей в кипящей подсоленной воде, пока он не станет мягким (около 15—20 мин). Дайте хорошенько стечь и пропустите через мясорубку. Смешайте с мясом и хлебными крошками, приправьте специями и перемешайте с яйцом. Разогрейте растительное масло в массивной сковороде. Сформуйте смесь в шарики величиной с грецкий орех и слегка их подрумяньте в растительном масле. Соедините в кастрюле лимонный сок, сливочное масло и 150 мл воды, хорошенько приправьте и доведите до кипения. Опустите в жидкость фрикадели, накройте крышкой и готовьте на медленном огне 15 мин. Периодически встряхивайте кастрюлю и добавляйте немного воды и лимонного сока, если жидкость будет впитываться слишком быстро. Когда фрикадели будут готовы, подавайте их с рисом (лапшой) и с хрустящими свежими овощами.



Тагинэ по-марокканski

Тагинэ — *это тушеные марокканские фрикадели* кефта. *Блюдо названо аналогично с названием неглубокого глиняного горшка с конической крышкой, в котором эти фрикадели традиционно готовятся.* Кефта — *это мелко нарубленное мясо (говядина или баранина), смешанное с обильным количеством специй.*

На 5—6 порций

говядина, мелко нарубленная	500 г
петрушка, нарезанная	2 ст. л.
листья кориандра, нарезанные	1 ст. л.
тмин, молотый	1/2 ч. л.
небольшая головка репчатого лука, натертая на терке	1 шт.
кайенский перец	1/4 ч. л.
соль	
растительное масло	2 ст. л.

Соус

репчатый лук средней величины, нашинкованный	2 шт.
небольшой пучок петрушки, нарезанный кусочками	1 шт.
спелые помидоры, очищенные от кожицы и семян и нарезанные кусочками	1 кг
тмин, молотый	1 ч. л.
черный перец, свежеразмолотый	1 ч. л.
чеснок, измельченный	2 дольки
молотая корица	1/2 ч. л.
кайенский перец	1/4 ч. л.
яйца	6 шт.

Соедините в большой миске все ингредиенты для *кефта*, за исключением растительного масла. Смочите руки, чтобы к ним не прилипал фарш, и сформуйте из него шарики диаметром 2,5 см. Разогрейте растительное масло в сковороде и подрумяньте шарики со всех сторон. Выньте фрикадели из сковороды и поставьте в сторонку в накрытой крышкой посуде.

Положите в сковороду все ингредиенты соуса, за исключением яиц. Готовьте, не накрывая крышкой, 30 мин или до тех пор, пока соус не загустеет. Затем положите в соус фрикадели и тушите еще 10 мин. Аккуратно разбейте в соус яйца и готовьте их, пока белки немного не затвердеют и не станут белыми. Готовое блюдо подавайте на сковороде.

Рагу с капустой

На 4 порции

говядина для тушения, нарезанная кубиками со стороной 2,5 см	500 г
мука	60 г
соль и свежеразмолотый черный перец	
говяжий топленый жир	30 г
репчатый лук средней величины, нашинкованный	1 головка
сухой сидр	300 мл
вода	150 мл
грибы, нарезанные толстыми ломтиками	125 г
сельдерей, нашинкованный	4 черешка
сладкий зеленый перец с удаленной сердцевиной, нарезанный ломтиками	1 шт.
тугой круглый кочан капусты, помытый и нарезанный толстыми ломтиками	1 шт.

Смешайте муку с солью и перцем, пересыпьте смесь в пакет из жиронепроницаемой бумаги или полиэтилена, добавьте мясо и потрясите пакет, чтобы кусочки мяса покрылись мукой. Растопите жир в большом сотейнике, добавьте мясо и обжаривайте с репчатым луком до тех пор, пока кусочки мяса не покроются корочкой, а лук слегка

не подрумянится. Добавьте сидр и воду, накройте крышкой и готовьте при слабом кипении 1 ч. Добавьте грибы, сельдерей и сладкий перец, хорошенько перемешайте и готовьте еще 20 мин. Положите ломтики капусты на мясо, снова накройте крышкой и готовьте, пока капуста не станет мягкой (около 20 мин).

Рагу из говядины

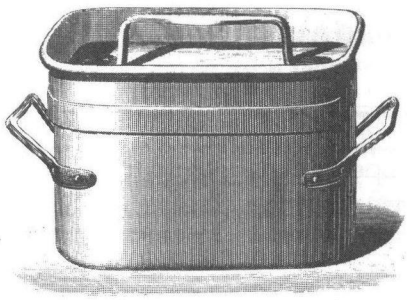
Эта разновидность тушеной говядины может быть приготовлена не в бульоне, а в красном вине — в этом случае ее называют говядиной по-бургундски. Гарнир для говядины по-бургундски состоит из ломтиков бекона, подрумяненных после бланширования, небольших глазированных луковиц и грибов.

На 6—8 порций

мякоть говяжьего кострец, хребтовый край или покромка, нарезанные стограммовыми кусочками	2 кг
топленый говяжий жир или сливочное масло	60 г
репчатый лук, разрезанный на 4 части каждый	2 головки
морковь, разрезанная на 4 части каждая	2 шт.
соль и молотый черный перец	
мука	30 г
прозрачный говяжий бульон	1 л
душистые травы	1 пучок
чеснок, растолченный	1 долька
сарделькы чиполата, обжаренные на открытом огне (не обязательно)	12 шт.
жареные грибы (не обязательно)	350 г
каштаны, надрезанные, ошпаренные кипятком, очищенные от кожуры и сваренные в бульоне (не обязательно)	250 г
козлобородник, отваренный до мягкости и тушенный в сливочном масле (не обязательно)	250 г

Обжарьте мясо вместе с репчатым луком и морковью в жиру или сливочном масле в большой гусятнице. Приправьте солью и перцем.

Когда мясо и овощи подрумянятся, посыпьте их мукой, залейте бульоном так, чтобы они покрылись жидкостью, и перемешайте. Добавьте пучок душистых трав и чеснок. Накройте крышкой и готовьте при слабом кипении 1,5 ч. Откиньте мясо и овощи на сито и зарезервируйте жидкость. Выбросьте овощи и уложите кусочки мяса бок к боку в глиняный горшок, достаточно большой по размеру, чтобы в нем уместилось и мясо, и гарнир. Положите на мясо либо гарнир из сарделек чиполата, грибов, каштанов или козлобородника, либо гарнир для говядины по-бургундски, описанный в начале рецепта. Загустите жидкость в кастрюле на слабом огне в течение 20—30 мин, периодически снимая пенку. Процедите и полейте жидкостью рагу. Поставьте горшок в духовку и готовьте 1,5 ч при 150 °С, не накрывая крышкой.



Говядина с имбирной коврижкой по-голландски

На 4 порции

говяжья покромка, нарезанная кубиками со стороной 1 см	600 г
соль и молотый черный перец	
сливочное масло	90 г
растительное масло	1 ст. л.
крупные головки репчатого лука, разрезанные на 4 части каждая	4 шт.
чеснок, мелко нарезанный	1 долька
мука	60 г
толстые ломтики голландской имбирной коврижки или любой другой плотной имбирной коврижки, нарезанной кубиками со стороной 1 см	2 шт.
гвоздика	2 бутона
лавровый лист	2 шт.
базилик	1/2 ч. л.
тмин, молотый	1/4 ч. л.
говяжий бульон	1,25 л
томатное пюре	1 ст. л.
красное вино	1 ст. л.
уксус	1 ст. л.
соус Вустер или соус Табаско (не обязательно)	

Приправьте слегка мясо солью и перцем. Разогрейте сливочное и растительное масло в гусятнице. Обжаривайте репчатый лук и чеснок до тех пор, пока лук не станет прозрачным. Добавьте мясо и слегка его подрумяньте. Вмешайте муку и обжарьте до орехово-коричневого цвета.

Добавьте кубики имбирной коврижки, гвоздику, базилик, лавровый лист, тмин и перец. Хорошенько перемешайте. Добавьте томатное пюре, вино и уксус. Накройте крышкой и готовьте при слабом кипении 1,5 ч, используя термостойкую подставку.

Добавьте немного соуса Вустер или Табаско, чтобы сделать блюдо более острым. Подавайте с вареным рисом или обвалянной в сливочном масле лапшой, тушеной капустой или красной фасолью.

Говядина «Абдулла»

На 4 порции

говядина, рубленая	500 г
репчатый лук средней величины, нашинкованный	1 головка
сливочное масло	125 г
яйцо	1 шт.
толстые ломтики вчерашнего хлеба без корки, намоченные в молоке и отжатые	2 шт.
соль и молотый черный перец	
белые панировочные сухари	
йогурт	1/4 л
измельченные грибы	60 г

Обжаривайте в большой сковороде репчатый лук в части сливочного масла до тех пор, пока он не станет прозрачным. Снимите сковороду с огня и дайте немного остыть. Хорошенько перемешайте мясо, репчатый лук, яйца, хлеб и специи. Сформуйте фарш в небольшие шарики, слегка их приплюсните, обваляйте в панировочных сухарях и обжарьте на слабом огне в сливочном масле. При необходимости положите в сковороду оставшееся сливочное масло. Добавьте йогурт и грибы и готовьте при слабом кипении 30 мин. Подавайте мясо горячим.

Говядина с репчатым луком

На 4—6 порций

говядина для тушения, нарезанная кубиками со стороной 2,5 см	1 кг
сливочное масло	60 г
помидоры, нарезанные кубиками	2 шт.
жемчужный лук, очищенный	500 г
чеснок	2 дольки
душистый перец, молотый	1/2 ч. л.
уксус	2 ст. л.
соль и молотый чёрный перец	
томатный сок	1/4 л

Готовьте мясо в сливочном масле в закрытом сотейнике на слабом огне 1 ч. Периодически встряхивайте сотейник, чтобы предупредить пригорание. Добавьте все остальные ингредиенты. Накройте крышкой и продолжайте готовить на слабом огне еще 1 ч или до тех пор, пока мясо не станет мягким. Это блюдо не должно быть сухим, в нем обязательно должен быть собственный соус. При необходимости в мясо может быть добавлено немного теплой воды. Подавайте горячим с отварной брюссельской капустой или лапшой.

Коллопы из говядины

На 6—8 порций

говяжья шея или рулька, рубленые	1 кг
жирный свежий бекон, рубленый или говяжий жир	125 г
филе соленой сельди, каждое весом около 100 г, нарубленные мелкими кусочками	2 шт.
репчатый лук, мелко нарубленный	1 головка
яйца, хорошо взбитые	3 шт.
сливочное масло	100 г
хлебные крошки	250 г
соль, молотый черный перец и тертый мускатный орех	
говяжий бульон	350 мл
ломтики лимона	2 или 3 шт.
хлебные крошки, слегка обжаренные в сливочном масле	

Нарубите очень мелко вместе говядину, жирный бекон (говяжий жир), филе сельди и репчатый лук. Добавьте хорошо взбитые яйца, 60 г растопленного сливочного масла, хлебные крошки, соль, перец и немного мускатного ореха. Хорошенько все перемешайте и сформуйте смесь в шарики размером не больше яйца. Разогрейте оставшееся сливочное масло в неглубокой кастрюле, положите в кастрюлю шарики и покрутите их так, чтобы они покрылись маслом. Добавьте чашку или две бульона, приготовленного путем отваривания на медленном огне любых костей или обрезков мяса. Положите в кастрюлю ломтики лимона, плотно накройте крышкой и тушите 20 мин, перевернув за это время коллопы один раз. Подавайте в собственном соусе, посыпав жареными хлебными крошками.

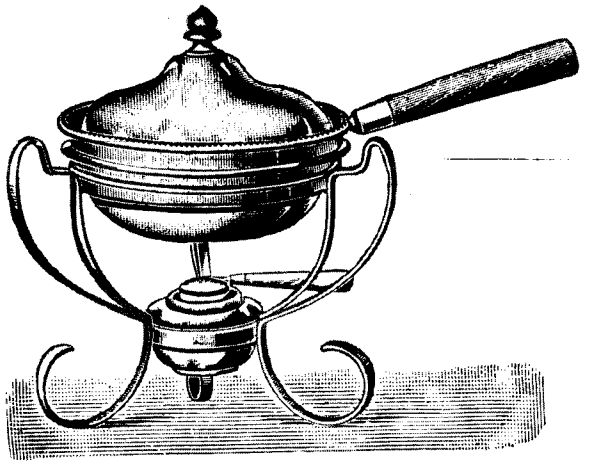
Бифштекс по-швейцарски

На 4 порции

говяжий хребтовый край, зачищенный от жира, ссек или щуп толщиной 2,5—4 см	1 кг
мука	75 г
говяжье нутряное сало или срезанный с мяса говяжий жир	3 ст. л.
репчатый лук, мелко нарезанный	1 головка
чеснок, мелко нарезанный	1 долька
тимьян, майоран и розмарин или чабер	
томатный сок или вода	100 мл
соль и молотый черный перец	

Нарежьте мясо порционными кусками или, если хотите, готовьте его одним куском. Вбивайте в мясо муку до тех пор, пока оно не будет удерживать в себе новые порции муки. Растопите нутряное сало или жир в массивной сковороде. Добавьте мясо и обжарьте его на слабом огне с обеих сторон (это займет у вас около 30 мин). Выньте мясо из

сковороды, удалите жир, затем добавьте в нее репчатый лук, чеснок и, по вкусу, немного трав. Добавьте томатный сок или воду, приправьте солью и перцем и размешивайте, пока не деглазируте сковороду. Приправьте мясо и снова положите его в сковороду. Накройте крышкой и готовьте на очень слабом огне примерно 1 ч 30 мин — 1 ч 45 мин или до тех пор, пока мясо не станет мягким.



Бифштекс с кларетом

Весьма популярное блюдо в Турции, Иране и Египте

На 6 порций

говяжий бифштекс из костреца	1 кг
кларет	150 мл
шалот, мелко нарезанный	1 шт.
чеснок, растолченный	1 долька
душистый перец, молотый	1 ч. л.
сок лайма	1—2 ст. л.
соль и молотый черный перец	
мелко нарезанный лук-скорода, мелко нарезанная свежая петрушка и сушеный шалфей	по 1 ч. л.
оливковое масло	3 ст. л.
молодые грибы	12 шт.
мука	40 г
говяжий бульон	900 мл
молодая морковь	3 шт.
салями	3 ломтика

Отделите мясо от костей, зачистите его и оберните в смоченную уксусом салфетку. Соедините в миске кларет, шалот, чеснок, душистый перец, сок лайма, соль, черный перец и травы. Хорошо все перемешайте и положите в эту смесь мясо. Маринуйте мясо 5 ч, периодически поливая его маринадом. Выньте мясо и дайте ему как следует стечь, насухо не промокайте.

Разогрейте в сковороде оливковое масло и обжаривайте мясо 10 мин, по 5 мин с каждой стороны, пока оно слегка не подрумянится. Добавьте репчатый лук и готовьте еще 5 мин. Переложите мясо и репчатый лук в другую посуду и держите в тепле.

Добавьте муку в оставшееся на сковороде масло и обжаривайте до темно-коричневого цвета, непрерывно помешивая. Налейте туда бульон и жидкость, в которой мариновалось мясо, и доведите до кипения, продолжая помешивать, чтобы не образовалось комков. Переложите в сковороду мясо с репчатым луком и морковь. Сверху опустите ломтики салями, накройте крышкой и готовьте при слабом кипении 2,5 ч, периодически встряхивая сковороду для предупреждения пригорания. Подавайте мясо горячим.

Говядина, тушенная с репчатым луком и морковью в пиве Гиннесс

На 4 порции

мякоть говядины для тушения, зачищенная и нарезанная порционными кусками	1 кг
кулинарный жир	2 ст. л.
лавровый лист	3 шт.
крупная головка репчатого лука, нарезанная колечками	1 шт.
мука	2 ст. л.
пиво Гиннесс или портер	150 мл
вода	150 мл
соль и молотый черный перец	
петрушка, нарезанная	1 ст. л.
морковь, нарезанная кружочками	250 г
сушеный чернослив, вымоченный и очищенный от косточек (не обязательно)	125 г
жареный фундук (не обязательно)	60 г

Разогрейте жир и положите в него лавровые листья. Листья будут трещать и подпрыгивать, это не страшно, накройте только сковороду крышкой, чтобы жир не брызгал в стороны. Затем добавьте говядину и обжарьте ее с обеих сторон; когда мясо будет наполовину готово, добавьте репчатый лук и обжарьте его до бледно-золотистого цвета. Посыпьте мясо мукой и дайте ей подрумяниться, затем добавьте пиво и воду. Мясо должно быть полностью покрыто жидкостью, поэтому при необходимости влейте еще немного воды или бульона. Приправьте по вкусу и добавьте петрушку и морковь. Накройте крышкой и тушите в духовке при 150 °С около 2 ч. За это время хотя бы один раз переверните мясо и, если появится опасность подсыхания, добавьте немного жидкости.

В XIX столетии за полчаса до окончания тушения мяса в него добавлялся вымоченный и отделенный от косточек чернослив, начиненный фундуком. Как и другие виды тушеного мяса, это блюдо становится вкуснее, если после приготовления ему дать остыть и затем разогреть на очень слабом огне.

Говядина с репчатым луком в пиве

На 4—6 порций

постная говядина (лопатка, щуп или ссек), нарезанная ломтиками толщиной 5 мм с аккуратно обрезанными кромками	1 кг
репчатый лук, головки которого разрезаны на две части вдоль и затем нарезаны тонкими ломтиками	500 г
оливковое масло или лярд	5 ст. л.
соль	
коричневый сахар	2 ч. л.
мука	3 ст. л.
пиво	450 мл
бульон или отвар от *пот о фе*	1/4 л
лавровый лист	2 шт.
мелко растертые сушеные травы (тимьян, душица, чабер, майоран)	2 ч. л.

Обжаривайте репчатый лук примерно в 3 ст. л. растительного масла или лярда в большой массивной сковороде на слабом огне, периодически помешивая до тех пор, пока лук не станет мягким и слегка карамелизованным. При необходимости слегка увеличьте огонь, чтобы лук подрумянивался лучше. Переложите лук в сито, размещенное над миской или над кастрюлей из жаростойкого материала, в которой мясо будет тушиться в духовке, и убедитесь в том, что в сковороде не осталось ни кусочка репчатого лука.

Вылейте стекший с лука жир снова в сковороду, добавив при необходимости еще немного растительного масла, и на очень сильном огне подрумяньте подсоленные ломтики мяса. (Это придется делать в 2 или 3 захода.) Обжаренные ломтики мяса складывайте в сито с репчатым луком. Жир и соки, стекающие с лука и подрумяненного мяса, периодически выливайте в сковороду.

После того как все ломтики мяса будут подрумянены, убавьте огонь до слабого, добавьте сахар и хорошенько его размешайте. Затем добавьте муку и обжарьте ее, помешивая, несколько минут. Деглазируйте сковороду пивом: добавляйте его тонкой струйкой, непрерывно размешивая, чтобы соскрести все карамелизованные отложения. Подлейте бульон, доведите его до кипения и снимите сковороду с огня. Проверьте достаточность соли.

Уложите слоями в кастрюлю ломтики мяса и репчатый лук (3 слоя ломтиков мяса и 2 слоя лука). Полейте мясо жидкостью — она должна полностью покрыть все ингредиенты (при необходимости добавьте еще немного пива, воды или бульона). Доведите жидкость до кипения на плите, плотно закройте крышкой и готовьте в духовке при 170 °С около 3 ч, начиная проверять мягкость мяса через 2,5 ч после начала тушения.

Перед подачей тщательно снимите весь жир с поверхности жидкости — сначала столовой ложкой, затем бумажной салфеткой. Приправьте перцем и подавайте с отварным картофелем или свежеприготовленной яичной лапшой.

Пастушья говядина

Это деревенское блюдо популярно среди пастухов Камарге.

На 4 порции

говяжий кострец или щуп, нарезанный кусочками размером с грецкий орех	1 кг
репчатый лук, нашинкованный	2 головки
постный бекон, нарезанный кубикам	125 г
оливковое масло	
соль и молотый черный перец	
репчатый лук, неразрезанный, с вдавленными в него 2 или 3 бутонами гвоздики	1 головка
душистые травы	1 пучок
небольшой кусок сушеной апельсиновой корки	1
зеленые и черные оливки без косточек	по 60 г
средние картофелины, очищенные от кожуры и нарезанные кубиками	4 шт.
вода	1/4 л

Обжарьте нашинкованный репчатый лук и бекон в оливковом масле до приобретения ими золотистого цвета. Добавьте кусочки говядины и слегка их подрумяньте. Приправьте солью и перцем, затем добавьте неразрезанную луковицу, пучок душистых трав, апельсиновую корку, оливки и картофель. Влейте воду, накройте крышкой и готовьте при очень слабом кипении 1—2 ч или до тех пор, пока соки не загустеют.

Бифштекс по-пуэрториканski

Время, затраченное на поиски померанцев для этого пуэрториканского блюда, вполне себя оправдает. Их сок придает блюду необычный и очень изысканный аромат, который не даст ни один заменитель.

На 6 порций

небольшие бифштексы из костреца или щупа, весом по 250 г каждый	6 шт.
соль и свежеразмолотый черный перец	
померанцевый сок	300 мл
лярд или растительное масло	4 ст. л.
репчатый лук средней величины, мелко нарезанный	3 головки
чеснок, мелко нарезанный	2 дольки
душица	1/2 ч. л.
говяжий бульон	3 ст. л.

Попросите мясника разгладить бифштексы или сделайте это сами при помощи большого ножа для разделки мяса.

Приправьте мясо по вкусу с обеих сторон солью и перцем, положите в миску и влейте померанцевый сок. Накройте крышкой и поставьте на ночь в холодильник, перевернув бифштексы 1 или 2 раза.

Выньте их из маринада и промокните насухо. Зарезервируйте маринад. Разогрейте лярд или растительное масло в массивной сковороде и обжарьте репчатый лук и чеснок вместе с душицей. Когда лук станет мягким, но не подрумяненным, сдвиньте овощи в одну сторону и обжарьте бифштексы так, чтобы они слегка подрумянились с обеих сторон. Добавьте маринад и говяжий бульон. Накройте крышкой и готовьте примерно 1,5 ч или до тех пор, пока мясо не станет мягким.

Гусарская запеканка: бифштекс с сельдью

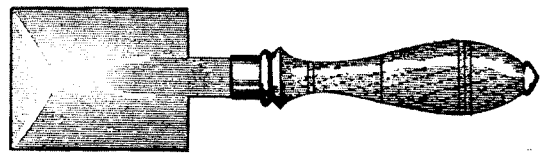
На 4—6 порций

мясо для тушения (говяжий ссек или лопатка), нарезанное кусками толщиной 2 см	750 г
соль	
крупная головка репчатого лука, нашинкованная	1 шт.
морковь, нашинкованная	2 шт.
растительное масло	2 ст. л.
вода или говяжий бульон	
Начинка	
небольшая свежая сельдь весом около 175 г	1 шт.
раскрошенные ломтики вчерашнего хлеба без корки	3 шт.
молотый черный перец	
нашинкованный лук-батун	1 шт.
яйцо	1 шт.
растительное масло	1 ч. л.

Посыпьте поверхность мяса солью и дайте ему постоять 30 мин.

Сначала сделайте начинку, тщательно отделив филе сельди от костей и сняв с нее кожу. Нарубите филе очень маленькими кусочками. Добавьте хлебные крошки, немного перца, лук-батун и яйцо. Тщательно перемешайте, добавляя растительное масло.

Обжарьте на сковороде репчатый лук и морковь в горячем растительном масле. Затем подрумяньте мясо с обеих сторон и сделайте по 5—6 глубоких надрезов на одной стороне каждого куска, не прорезая мясо насквозь. Положите в эти надрезы начинку. Начинив мясо, обвяжите куски плотно кулинарным шпагатом или толстой ниткой. Положите мясо в гусятницу на слой овощей, покрытых водой или бульоном. Плотно накройте крышкой и тушите на слабом огне 45 мин, добавляя, при необходимости, понемногу воду, чтобы предупредить пригорание.



Говядина Эстергази

На 6 порций

говядина для тушения, разрезанная на 6 ломтиков толщиной около 1 см	1,5 кг
лярд	100 г
большая головка репчатого лука	1 шт.
морковь, корневой сельдерей и пастернак	по 2 шт.
вода	400 мл
лавровый лист	1 шт.
соль	1 ч. л.
молотый черный перец	1/2 ч. л.
лимон	1/2 шт.
сливочное масло	60 г
столовая горчица	1 ст. л.
мука	1 ст. л.
сметана	1/4 л
листовая петрушка, мелко нарезанная	1 ст. л.

Хорошенько отбейте мясо. Растопите лярд в большой сковороде и, когда он станет очень горячим, подрумяньте говядину с обеих сторон на сильном огне в течение 1—2 мин. Переложите мясо в другую посуду и поставьте в сторонку. Возьмите всю головку репчатого лука и половину других овощей и нарежьте их тонкими ломтиками. Обжаривайте нарезанные овощи в горячем жире несколько минут. Добавьте воду, лавровый лист, соль и перец. Натрите на терке цедру от половины лимона и добавьте ее в обжариваемые овощи. Выдавите из лимона сок и поставьте его в сторонку.

Положите ломтики говядины снова в сковороду, накройте крышкой и готовьте на очень слабом огне 2,5 ч или до тех пор, пока мясо не станет мягким.

Нарежьте остальные овощи длинной соломкой. Растопите сливочное масло в другой сковороде, добавьте нарезанные соломкой овощи и готовьте их под крышкой, добавляя, при необходимости, понемножку воду.

Когда мясо будет готово, выньте его из сковороды. Разотрите находившиеся под мясом овощи вместе с их жидкостью в пюре в блендере или протрите их сквозь сито. Добавьте горчицу, лимонный сок и муку, смешанную с тремя столовыми ложками воды. Затем добавьте сметану. Положите мясо в пюреобразный соус и разогревайте несколько минут. Аккуратно уложите ломтики мяса на блюдо. Полейте сверху соусом, затем выложите на мясо овощную соломку и посыпьте нарезанной петрушкой.

Грудинка по-крестьянски

Грудинка является одним из лучших отрубов для тушения; подслащенный эль придает мясу нежный привкус.

На 6—8 порций

говяжья грудинка, отделенная от костей и свернутая рулетом	1 кг
мука, приправленная солью и перцем	
говяжий топленый жир	30 г
нарубленный бекон с прослойками жира	125 г
репчатый лук, нарезанный кубиками	500 г
морковь, нарезанная кубиками	250 г
сельдерей, нарезанный кубиками	125 г
темный эль	300 мл
коричневый сахар	2 ч. л.
соль и молотый черный перец	

Посыпьте мясо приправленной специями мукой, подрумяньте его в жире и переложите в другую посуду. Обжаривайте бекон с репчатым луком, морковью и сельдереем до тех пор, пока овощи не станут мягкими. Полейте овощи элем, добавьте сахар, соль и перец и положите сверху мясо. Накройте крышкой и готовьте на слабом огне 2,5 ч. Выложите мясо и овощи на блюдо, загустите жидкость для тушения и полейте ею разложенные вокруг мяса овощи.

Тушеная говядина по-гасконски

В данном рецепте приведен гасконский способ приготовления *добе* из говядины, одного из традиционных блюд, подаваемых в Гаскони в сочельник. Блюдо готовится в овальной керамической кастрюле.

На 12 порций

говяжий щуп, обвязанный в цилиндрический рулет	3 кг
свежая свиная кожа или одна свиная ножка	750 г
соль и молотый черный перец	
пучок душистых трав	1 шт.
шалот	7 или 8 головок
большие головки репчатого лука, разрезанные на 4 части каждая	2 шт.
морковь	1 или 2 шт.
арманьяк или бренди	300 мл
крепленое красное вино	400 мл

Положите свиную кожу (или ножку) на дно кастрюли и сверху приправленную говядину. Разложите вокруг мяса овощи, добавьте пучок душистых трав и полейте арманьяком. Подогрейте немного красное вино и полейте им мясо, которое должно полностью покрыться жидкостью. Накройте кастрюлю жиронепроницаемой бумагой так, чтобы не осталось ни одной щели, и затем крышкой.

Готовьте на слабом огне 1,5 ч. Затем в сельских домах по традиции кастрюлю снимают с плиты, ставят в очаг на горячие угли и оставляют там на 24 ч. В современных кухнях кастрюля может быть оставлена на сутки в духовке, работающей на самом слабом огне. За час до подачи снимите мясо с огня и дайте немного остыть, чтобы было легче снимать жир с соуса (если блюдо приготовлено со свиной кожей, то она нарезается и подается вместе с мясом). Перед подачей разогрейте мясо на слабом огне.

Блюдо может быть приготовлено за день вперед. В этом случае, после того как блюдо остынет за ночь, снимать жир будет гораздо легче. Арманьяк или бренди придает соусу чудесный аромат, однако, по желанию, можно добавлять только половину рекомендованного количества.

Тушеная говядина по-египетски

В этом рецепте яйца готовятся в своей скорлупе среди говядины, картофеля и гороха (или фасоли). Яйца, подаваемые вместе с другими ингредиентами блюда, чистятся присутствующими за столом самостоятельно. Очень питательное и пронизанное египетским колоритом, это блюдо особенно популярно как субботнее кушанье у ортодоксальных евреев, поскольку оно может быть подготовлено в пятницу, оставлено готовиться на медленном огне на всю ночь и съедено днем за обедом в субботу.

На 6—8 порций

говядина для тушения, нарезанная кубиками	1 кг
телячья ножка	1 шт.
крупные головки репчатого лука, мелко нарезанные	2 шт.
растительное масло	
небольшие картофелины, очищенные	6 шт.
яйца в скорлупе, вымытые со щеткой	6 шт.
сушеный мелкий «куриный» горох или сушеная фасоль, предварительно замоченная на ночь	250—500 г
чеснок, растолченный	2 дольки
молотый душистый перец	1 ч. л.
соль и молотый черный перец	

Отварите слегка телячью ножку в кипящей воде; затем обжарьте репчатый лук в растительном масле, чтобы он стал мягким и приобрел золотистый цвет.

Положите ножку и лук вместе с мясом, картофелем, яйцами и стекшим горохом или фасолью (менее часто используемой в этом блюде по сравнению с горохом) в большую гусятницу или керамическую жаростойкую кастрюлю с плотно прилегающей крышкой. Залейте водой и добавьте чеснок и приправы. (При использовании фасоли предпочтительно добавлять соль после того, как фасоль станет мягкой, так как это предохранит ее от разваривания). Накройте крышкой и готовьте в умеренно прогретой духовке при 190 °С 1 ч, затем убавьте огонь до самого

слабого и продолжайте готовить при слабом кипении еще несколько часов или всю ночь. В альтернативном варианте вы можете готовить мясо на плите при *едва* заметном кипении на самом слабом огне несколько часов.

Мясо станет мягчайшим и будет практически распадаться на волокна, а горох или фасоль будут очень нежными и пропитанными ароматным бульоном из телячьей ножки. Яйца должны стать кремовыми.

Тушеная говядина с черносливом и кедровыми орехами

Это блюдо может быть приготовлено заранее и потом разогрето.

На 4 порции

постная говядина для тушения, нарезанная кубиками со стороной 5 см	1 кг
оливковое масло	6—8 ст. л.
репчатый лук средней величины, нарезанный толстыми ломтиками	1 головка
чеснок, неочищенный	2 дольки
крупный спелый помидор, разрезанный на 8 частей	1 шт.
коньяк	2 ст. л.
сухое белое вино	100 мл
соль	
паприка	1/2 ч. л.
молотая корица	1/8 ч. л.
свежий тимьян (или 1/2 ч. л. сушеного)	1 веточка
лавровый лист	1/2 шт.
мука	1,5 ст. л.
кипяток	1/4 л
сушеный чернослив	250 г
кедровые орехи	100 г

Разогрейте 3 ст. л. оливкового масла в гусятнице на сильном огне. Когда масло будет близко к тому, чтобы начать дымиться, подрумяньте мясо двумя порциями по 500 г. Подрумяненное мясо переложите в миску.

Добавьте в гусятницу оливковое масло, если это необходимо, дайте ему прогреться и обжарьте репчатый лук и чеснок до золотистого цвета. Добавьте помидоры; готовьте до тех пор, пока весь сок не испарится. Добавьте коньяк и вино; продолжайте готовить на сильном огне, пока жидкость не начнет испаряться. Убавьте огонь и добавьте соль, паприку, корицу, тимьян, лавровый лист и муку. Энергично перемешивайте смесь, пока мука не подрумянится. Положите мясо снова в гусятницу. Добавьте кипяток, перемешайте, накройте крышкой и готовьте при слабом кипении 2 ч или до тех пор, пока мясо не станет мягким. Если во время тушения соус начнет подсыхать, добавляйте понемножку кипяток. Если же соус к концу приготовления мяса станет слишком жидким, переложите мясо в другую посуду и кипятите соус, не накрывая гусятницу крышкой, пока он не станет достаточно густым. Консистенция соуса будет изменяться в зависимости от количества соков, выделяемых мясом.

За полчаса до подачи залейте чернослив водой, чтобы он был полностью покрыт жидкостью, и доведите до кипения. Когда чернослив размягчится, откиньте его на дуршлаг. За 15 мин до подачи доведите до кипения в отдельной кастрюле залитые с верхом кедровые орехи. Дайте стечь и вместе с черносливом добавьте в мясо. Чернослив добавляют в последний момент, чтобы избежать слишком сильного подслащения соуса; кедровые орехи добавляют непосредственно перед подачей, чтобы сохранить их белизну. Выложите мясо на блюдо и полейте процеженным соусом.

Говядина с анчоусами

На 4 порции

говяжий щуп или подбедерок	1 кг
соленый бекон с жировыми прослойками, нарезанный полосками	75 г
филе анчоуса, вымоченное и обсушенное	75 г
свиное сало, нарезанное ломтиками	60 г
четыре специи	
петрушка	1 веточка
лук-батун, нашинкованный	2 ст. л.
чеснок	2 дольки
шалот, нарезанный ломтиками	2 головки
лавровый лист	1 шт.
тимьян	1 веточка
базилик	1 веточка
белое вино	150 мл
несоленое сливочное масло	15 г
мука	1 ст. л.
мелкие каперсы	2—3 ст. л.
говяжий бульон (не обязательно)	

Нашпигуйте говядину по всему объему беконом и анчоусами. Положите мясо в горшок, выстланный ломтиками свиного сала. Приправьте щепоткой *четырех специй*, добавьте петрушку, репчатый лук, чеснок, шалот, лавровый лист, тимьян, базилик и вино (соль не добавляется из-за анчоусов). Накройте крышкой и готовьте на слабом огне 5—6 ч. Когда мясо будет готово, процедите в небольшую кастрюлю жидкость для тушения и удалите жир. Промесите сливочное масло с мукой и распустите венчиком полученную смесь *бер манье* в жидкости для тушения на слабом огне. Добавьте каперсы. Если соуса маловато, добавьте немного бульона. Перед подачей полейте мясо соусом.

Говядина с зеленым горошком

На 5—6 порций

нежирный говяжий щуп или ссек	1,5 кг
соль и молотый черный перец	
сливочное масло	175 г
зеленый горошек, свеженалущенный	750 г

Приправьте говядину солью и перцем. Подрумяньте мясо со всех сторон на сковороде в сливочном масле на сильном огне. Переложите мясо в гусятницу, достаточно большую, чтобы по бокам мяса остался зазор толщиной около 1 см. Заполните это пространство горошком и полейте сверху оставшимся на сковороде сливочным маслом. Не добавляйте больше никаких жидкостей. Плотно накройте крышкой и готовьте в духовке при 140 °С 2,5 ч.

Тушеная говядина с ветчиной и зеленым горошком

Подробные инструкции по шпигованию мяса полосками сала приведены на стр. 52.

На 6 порций

говяжий щуп	1 кг
чеснок, измельченный	3 дольки
майоран, нарезанный	2 ст. л.
соль и молотый черный перец	
свиное сало, нарезанное узкими полосками	60 г
соленый бекон, рубленый	75 г
петрушка, нарезанная	2 ст. л.
лярд	15 г
морковь, репчатый лук и сельдерей, нарезанный кружочками	по 40 г
петрушка, растолченная в ступке	1 веточка
мускатный орех, тертый	1/8 ч. л.
гвоздика	2 или 3 бутона
сухое красное вино	100 мл
помидоры, очищенные от кожицы и протертые через сито	750 г

Смешайте две измельченные дольки чеснока, майоран, соль и перец; обваляйте полоски сала в этой смеси. Используя иглу для шпигования, нашпигуйте поверхностный слой мяса через одинаковые интервалы полосками приправленного сала. Обвяжите мясо в компактный кусок. Затем смешайте бекон, остальной чеснок и растолченную петрушку.

Растопите лярд в гусятнице; добавьте смесь бекона, чеснока и растолченной петрушки, затем овощи и нарезанную петрушку. Положите в гусятницу мясо и обжарьте его с овощами на среднем огне. Приправьте солью, перцем, мускатным орехом и добавьте бутоны гвоздики. Затем полейте вином, увеличьте огонь и кипятите, пока жидкость почти полностью не испарится. Добавьте протертые помидоры и воду, чтобы она покрыла мясо. Убавьте огонь, накройте крышкой и готовьте 2 ч. Снимите шпагат, нарежьте мясо ломтиками и выложите их на прогретое блюдо. Процедите мясные соки в кастрюльку, снимите с них жир и затем загустите. Полейте соусом мясо и подавайте его горячим с молодым зеленым горошком, отваренным до мягкости и затем обжаренным в течение 2 мин в сливочном масле вместе нашинкованным репчатым луком и рубленой ветчиной *прошютто*.

Духовая говядина, нашпигованная миндалем и беконом

Перец чили анчос, *необходимый для этого рецепта,— это красновато-коричневый сушеный перец чили. Он имеет пикантный мускусный запах и широко используется в мексиканской кухне.*

На 6 порций

говяжья грудинка, зачищенная от излишков жира	1,5 кг
соленый бекон или ветчина	125 г
ядра миндального ореха, бланшированные	1,5 ст. л.
крупный перец *чили анчос*	3 шт.
гвоздика	3 бутона
палочка корицы длиной 1 см	1 шт.
тимьян, майоран и душица, сушеные	по 1/8 ч. л.
черный перец	4 горошины
чеснок, очищенный	3 дольки
соль	2 ч. л.
уксус	1,5 ст. л.
вода	200 мл
лярд или жир бекона	3 ст. л.
молодой картофель, нечищеный	750 г

Прогрейте духовку до 170 °С.

Нарежьте бекон маленькими кусочками. Наколите говядину острием ножа по всей поверхности и вставьте в отверстия миндаль и кусочки бекона. Положите мясо в сторонку на время приготовления соуса.

Слегка обжарьте стручки перца чили в массивной сковороде, переворачивая их время от времени, чтобы они не пригорели. Разрежьте перцы в длину и удалите из них семенники.

Положите стручки в миску с горячей водой и дайте постоять около 20 мин, затем переложите шумовкой в стакан электрического блендера. Добавьте остальные ин-

гредиенты (за исключением лярда и картофеля) и разотрите в однородную массу. Если у вас нет блендера, растолките ингредиенты в пасту в ступке.

Растопите лярд в гусятнице и, когда он станет очень горячим, хорошенько подрумяньте мясо со всех сторон. Переложите мясо в другую посуду и поставьте в сторонку. Слейте жир из гусятницы, оставив только 3 ст. л. Добавьте перечную смесь и готовьте на сильном огне, непрерывно помешивая, около 5 мин.

Снова положите мясо в гусятницу и полейте его соусом. Плотно накройте крышкой и готовьте в духовке 2 ч.

Положите картофель в кастрюлю, залейте кипятком и варите на сильном огне 5 мин. Слейте воду и поставьте картофель остывать. Когда он достаточно остынет, очистите его от кожуры.

Выньте гусятницу из духовки, переверните мясо и хорошенько полейте его соусом. Соскребите отложения соуса со стенок и дна гусятницы и добавьте немного воды, если соус слишком сильно загустел. Положите картофель в окружающий мясо соус, накройте крышкой и готовьте, пока мясо не станет очень мягким, но еще не распадающимся на волокна (начинайте проверять примерно через 1 ч 10 мин).

Нарежьте мясо толстыми кусками, выложите их на блюдо, разложите вокруг картофель и полейте сверху соусом.

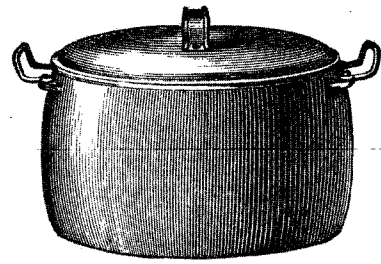
Говядина со свеклой и пряностями

На 4—6 порций

постная говядина для тушения, нарезанная кубиками со стороной 2,5 см	1 кг
топленый жир	2 ст. л.
крупная головка репчатого лука (или 2 небольшие), нарезанные тонкими колечками	1 шт.
красное вино	1/4 л
красный винный уксус	4 ст. л.
ягоды можжевельника, растолченные и горошины душистого перца	по 8 шт.
мягкий коричневый сахар	2 ч. л.
молодая столовая свекла, очищенная и разрезанная пополам	8 шт.
соль и молотый черный перец	
сметана	2 ст. л.
сухая горчица	2 ч. л.
тертый хрен	2 ст. л.

Растопите жир в гусятнице на сильном огне. Подрумяньте мясо со всех сторон, переложите в другую посуду и поставьте в сторонку. Убавьте огонь, добавьте, размешивая, репчатый лук и обжаривайте до тех пор, пока он не станет мягким. Влейте вино и уксус, снова увеличьте огонь и доведите смесь до кипения. Вмешайте пряности и сахар и добавьте мясо и свеклу. Приправьте солью и перцем. Накройте гусятницу крышкой и поставьте в духовку, прогретую до 170 °С, на 1,5 ч.

Смешайте сметану, горчицу и хрен. Непосредственно перед подачей блюда на стол добавьте смесь в гусятницу и хорошенько перемешайте с мясом и свеклой.



Рождественское тушеное мясо

Рецепт французского писателя Марселя Прево (1862—1941).

На 18—20 порций

говяжий ссек, плотно обвязанный шпагатом	3 кг
свежая свиная кожа, нарезанная квадратиками со стороной 4 см	750 г
шалот	7 или 8 шт.
крупные головки репчатого лука, разрезанные на 2 или 4 части каждая	2 шт.
морковь	1 или 2 шт.
душистые травы	1 пучок
соль и молотый черный перец	
арманьяк	1/4 л
красное вино	1/4 л

Положите свиную кожу в жаростойкую керамическую кастрюлю или *добьер*. Добавьте говядину и разложите вокруг нее овощи вместе с пучком душистых трав. Приправьте солью и перцем. Влейте арманьяк и красное вино. Накройте кастрюлю листом жиронепроницаемой бумаги, чтобы пар не мог улетучиваться, и придавите сверху крышкой. Поставьте кастрюлю на очень слабый огонь приблизительно на 1—1,5 ч; затем снимите с огня и готовьте в слабо прогретой духовке при 130 °С 24 ч. Время от времени встряхивайте кастрюлю. (В традиционном варианте мясо готовят в очаге при медленном кипении на тлеющих углях.) Перед подачей снимите крышку и бумагу и переложите мясо на блюдо. Процедите жидкость, в которой тушилось мясо, выбросьте пучок душистых трав и тщательно снимите жир с соуса. Подавайте мясо вместе с разложенными вокруг него кусочками свиной кожи.

Фаршированные ломтики говядины

На 6 порций

говяжий ссек или кострец, разрезанный на 12 тонких ломтиков, весом около 90 г каждый	1 кг
рубленый соленый бекон с прожилками жира	100 г
филе анчоусов, вымоченные, обсушенные и разрезанные пополам	6 шт.
мелкие маринованные каперсы	60 шт.
крутые яйца, разрезанные на 4 части каждое	3 шт.
петрушка, нарезанная	3 ст. л.
чеснок, измельченный	1 долька
соль	
оливковое масло	2 ст. л.
бульон из говядины или телятины	200 мл

Разложите ломтики мяса и положите на каждый 1—2 ч. л. рубленого бекона, половинку филе анчоуса, 5 каперсов, 1/4 крутого яйца, щепотку петрушки и немного чеснока; солите очень слабо.

Скатайте ломтики в рулеты и перевяжите их шпагатом или ниткой. Влейте оливковое масло в сотейник и подрумяньте рулеты со всех сторон. Влейте бульон, накройте крышкой и готовьте на медленном огне 1 ч 15 мин. Проверьте консистенцию соуса, который за время приготовления должен хорошо загуститься, и достаточность специй. Подавайте рулеты с пилавом, ризотто или отварным картофелем.

Рулеты из говядины

На 4—6 порций

говяжий щуп или мясистая часть диафрагмы	1 кг
ломтики бекона, нарезанные кубиками	4 шт.
соленые огурцы, нарезанные ломтиками в длину	3 шт.
горчица	1 ч. л.
майоран	
мука	2—3 ст. л.
жир	2 ст. л.
говяжий бульон	450 мл

Мясо должно быть разрезано на 4—6 кусков прямоугольной формы. Отбивайте мясо деревянным молотком или ребром тарелки до тех пор, пока куски не станут тонкими и все волокна не раздробятся. Положите на каждый кусок мяса кубики бекона, ломтики огурца и немного горчицы. Посыпьте майораном. Скатайте в рулеты, слегка присыпая внешнюю поверхность мяса мукой. Сколите рулеты для прочности зубочистками. Обжаривайте в горячем жиру на сковороде, пока рулеты хорошенько не подрумянятся со всех сторон. Переложите в гусятницу. Добавьте оставшуюся муку в жир на сковороде и обжаривайте несколько секунд, затем, непрерывно помешивая, тонкой струйкой влейте бульон. Готовьте при слабом кипении, пока соус не загустеет. Полейте соусом мясо в гусятнице. Плотно накройте крышкой и готовьте на медленном огне 1,5 ч или до тех пор, пока мясо не станет мягким. Мясо превосходно на вкус, когда приготовлено заранее и затем разогрето в собственном соусе.

Иногда вместо соленых огурцов в каждый рулет кладут немного кислой капусты. В этом случае вам дополнительно понадобится около 200 г кислой капусты.

Тушеная говядина по-старинному

Подробные инструкции по шпигованию говядины салом приведены на стр. 52. С рекомендациями по обработке телячьих ножек перед их приготовлением можно ознакомиться на стр. 11.

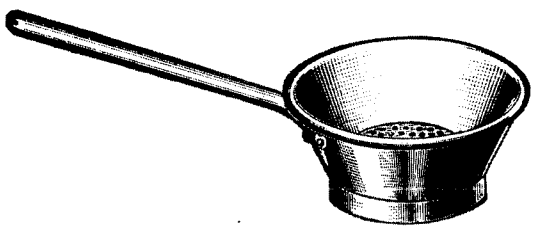
На 6—8 порций

говяжий кострец	3 кг
длинные толстые полоски свежего свиного сала	4 или 5 шт.
нарезанные петрушка и чеснок, смешанные с черным молотым перцем	2 ст. л.
соленый бекон ломтиками	125 г
говяжий бульон или сок, оставшиеся от жарения говядины в духовом шкафу	300 мл
телячьи ножки, разрезанные пополам и недолго поваренные	2 или 3 шт.
мелкая морковь, бланшированная	24 шт.
маленькие головки репчатого лука, обжаренные в сливочном или растительном масле	24 шт.
Маринад	
головки репчатого лука, разрезанные на 4 части каждая	2 шт.
морковь, разрезанная на 4 части каждая	2 шт.
чеснок, растолченный	3 дольки
тимьян	2 веточки
лавровый лист	1 шт.
петрушка	4 веточки
соль и молотый черный перец	
смешанные специи	1 ч. л.
белое вино	350 мл

Нашпигуйте говядину вдоль всей длины куска и внутри него полосками свиного сала, предварительно обвалянными в петрушечно-чесночной смеси. Положите нашпигованное мясо в миску вместе с ингредиентами маринада и поставьте в прохладное место на 5—6 ч. Выложите дно гусятницы ломтиками бекона. Положите сверху мясо и разложите вокруг него овощи маринада. Накройте крыш-

кой и готовьте на слабом огне, время от времени встряхивая гусятницу и переворачивая мясо, чтобы оно подрумянилось со всех сторон. Когда все соки испарятся, влейте маринад и готовьте на слабом огне, пока жидкость не испарится наполовину. Затем добавьте 200 мл бульона или мясных соков. Положите в гусятницу телячьи ножки. Накройте крышкой и готовьте в духовке при 150 °С 5—6 ч, периодически переворачивая мясо. Тем временем потушите в кастрюле морковь и репчатый лук в оставшемся бульоне или мясных соках.

За 15 мин до подачи процедите жидкость, в которой тушилось мясо, в отдельную кастрюлю. Выбросьте разрезанные на 4 части овощи. Прокипятите соус на медленном огне, периодически снимая образующуюся на поверхности пленку. Добавьте в соус репчатый лук и морковь, а также нарезанное кусочками мясо телячьих ножек. Готовьте при слабом кипении несколько минут. Переложите говядину на блюдо, разложите вокруг нее овощи и мясо телячьих ножек, полейте соусом и подавайте на стол.



Говядина а ля мод

На 7—8 порций

толстая говяжья пашина	2,5—3 кг
репчатый лук, нарезанный колечками	3 головки
жирный соленый бекон ломтиками	150 г
винный уксус	150 мл
черный перец, гвоздика и душистый перец, тщательно растолченные	2 ч. л.
душистые травы, включая петрушку, мелко нарезанные	2 ч. л.
крупная морковь, нашинкованная	2 шт.
репа, нашинкованная	1 шт.
корневой сельдерей, нашинкованный	1 шт.
вода	900 мл
портвейн	150 мл

Обжарьте репчатый лук до бледно-золотистого цвета и подготовьте мясо к тушению следующим образом. Выберите хороший кусок говядины, нарежьте бекон длинными ломтиками шириной около 2,5 см, окуните их в уксус и обваляйте затем в небольшом количестве вышеперечисленных специй, смешанных с таким же количеством трав. Острым ножом проколите в говядине отверстия, достаточно глубокие для введения бекона; затем натрите всю говядину остатком специй и трав. Обвяжите ее шпагатом в компактный красивый кусок. Подберите подходящую по размеру гусятницу (она не должна быть намного больше куска мяса, подготовленного к тушению) и положите в нее говядину вместе с овощами, уксусом и водой. Готовьте при *очень слабом* кипении по меньшей мере 5 часов (или дольше, если мясо не станет необычайно мягким), перевернув кусок 1 или 2 раза. Величайшая забота должна быть уделена тому, чтобы не было бурного кипения, иначе мясо будет жестким и безвкусным. Перед подачей выньте мясо из гусятницы, удалите шпагат и положите говядину на горячее блюдо. Снимите даже самые маленькие частицы жира с поверхности подливы и добавьте в нее портвейн. Доведите только до точки кипения. Полейте подливой говядину, и она готова к подаче.

Говядина а ля мод, французский вариант

Этот рецепт взят из книги, опубликованной анонимно в 1747 году, автором которой, по мнению большинства специалистов, является английская писательница Ханна Гласс-се. Подробные инструкции по шпигованию говядины салом приведены на стр. 52.

На 6 порций

говяжий ссек	2 кг
соль	2 ч. л.
молотый черный перец, молотый мускатный цвет и тертый мускатный орех	по 1 ч. л.
свиное сало, нарезанное длинными узкими полосками	250 г
уксус	4—5 ст. л.
крупный репчатый лук	2 или 3 головки
большой кусок лимонной корки	1 шт.
душистые травы	1 пучок
кусок свежей свиной кожи (достаточно большой, чтобы накрыть мясо)	1 шт.
трюфель, сморчки и другие грибы (не обязательно)	

Смешайте вместе соль, перец, мускатный цвет и мускатный орех. Окуните полоски свиного сала в уксус, обваляйте их в смеси специй и нашпигуйте говядину. Положите мясо в гусятницу вместе с репчатым луком, лимонной коркой, пучком душистых трав и 3—4 ст. л. уксуса; накройте плотно крышкой и обвяжите ее кромки влажной тканью, чтобы пар не мог выходить. Поставьте гусятницу на очень слабый огонь. Когда вы сочтете одну сторону готовой (примерно через 3 ч), переверните мясо и накройте его свиной кожей. Закройте гусятницу точно так же, как раньше; еще через 3 часа, когда мясо станет совершенно мягким, выложите его на блюдо. Тщательно снимите жир с соуса и полейте им мясо.

Готовя говядину таким образом, вы должны приложить максимум усилий, чтобы огонь был как можно более слабым. Если вы посчитаете, что соус слишком гус-

той, отваривайте трюфеля и сморчки до тех пор, пока они не станут очень мягкими и не образуется хорошая подлива, затем добавьте другие грибы. Смешайте грибную подливу с соусом и полейте смесью говядину.

Тушеная говядина по-провансальски

На 8—10 порций

мякоть говядины (рулька, голяшка, хребтовый край или их смесь)	1,5 кг
коньяк	100 мл
оливковое масло	3 ст. л.
хорошее сухое белое вино	3/4 л
соленый бекон с прожилками жира	250 г
свиная кожа	150 г
морковь средней величины, почищенная и нарезанная тонкими ломтиками	2 шт.
плотные спелые помидоры, очищенные от кожицы и семян и нарезанные большими кусками	500 г
чеснок, мелко нарезанный	4 дольки
репчатый лук, очищенный от кожицы и затем мелко нарезанный	2 головки
грибы, защищенные, промытые, обсушенные и затем мелко нарезанные	250 г
черные оливки без косточек (с косточками, если оливки мелкие)	125 г
смесь тимьяна, душицы и чабера	2 ч. л.
соль	
пучок душистых трав, в каждый из которых входят 3 веточки петрушки, 1 лавровый лист и кусок апельсиновой корки	2 шт.
соки, оставшиеся после жарения (тушения) говядины или телятины; либо бульон из телятины, отвар от *пот о фе* или вода	1/4 л
Ингредиенты для шпигования	
свежее свиное сало со спинной части туши	125 г
чеснок, очищенный	2 дольки
петрушка, нарезанная	3 ст. л.

Нарежьте говядину на 15—16 сравнительно больших кусков более или менее правильной формы, сохраняя в максимально возможной степени естественную структуру мышц.

Чтобы нашпиговать мясо свиным салом, срежьте с сала кожу и положите ее в сторонку для последующего использования. Нарежьте сало полосками толщиной и шириной около 1 см и длиной от 2,5 до 4 см. Растолките чеснок в ступке в пасту, добавьте нарезанную петрушку, хорошенько перемешайте, затем добавьте полоски сала и еще раз все вместе тщательно перемешайте.

Небольшим ножом с остро заточенным концом проколите каждый кусок мяса насквозь вдоль волокон, стараясь не делать широких отверстий с рваными краями. Аккуратно вставьте в центр каждого куска мяса полоску свиного сала, обильно покрытую чесночно-петрушечной смесью, и сложите куски в миску. Сбрызните мясо коньяком и оливковым маслом, переворачивая куски так, чтобы все стороны увлажнились одинаково. Полейте мясо белым вином и дайте ему помариноваться 2—3 ч.

Срежьте кожу с бекона и нарежьте всю свиную кожу (в том числе и зарезервированную ранее) квадратиками со стороной около 1 см. Отварите кусочки кожи в кипящей воде в течение 5—6 минут и дайте стечь.

Нарежьте бекон поперек волокон полосками шириной 1 см и отварите их в кипящей воде в течение 2—3 мин. Смешайте морковь, помидоры и чеснок с репчатым луком и грибами.

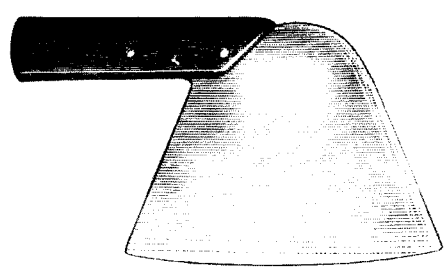
Подберите посуду для тушения (предпочтительно керамическую, однако эмалированная чугунная или толстостенная медная также подойдут) емкостью примерно 3,5 л, чтобы обеспечить возможность плотной укладки ингредиентов. Крышка должна прилегать настолько плотно, насколько это возможно.

Теперь необходимо уложить слоями различные ингредиенты — сколько потребуется слоев, 2—3 или больше, будет зависеть от соотношения между высотой и шириной посуды. Для начала посыпьте дно кусочками свиной кожи; выньте мясо из маринада и положите на кожу слой мяса, располагая куски достаточно близко друг к другу, но не вплотную. Затем добавьте помидоры, репчатый лук, грибы, оливки, морковь, полоски бекона, смесь трав и соль. Положите сверху пучок душистых трав и начните снова укладывать свиную кожу, куски мяса и т. д. Полейте маринадом и добавьте мясные соки, бульон или воду так, чтобы уложенные ингредиенты были слегка покрыты жидкостью.

Если крышка выбранного вами *добьера* не прилегает плотно, оторвите длинную полоску ткани около 2,5 см шириной, окуните в жидкое тесто из муки и воды и отожмите излишек жидкости. Положите крышку вверх дном и обмотайте ткань вокруг ее наружной кромки. Затем переверните крышку в нормальное положение и аккуратно накройте *добьер*.

Поставьте *добьер* в духовку, прогретую до 170—180 °С. Примерно через 45 мин жидкость должна начать закипать — вы услышите легкое бурление пузырьков; поставьте терморегулятор духовки на 130—140 °С и забудьте о мясе на целых 5 ч.

Раскрошите тесто, если вы его использовали, снимите крышку и удалите все излишки плавающего на поверхности жира. На этой стадии блюдо может быть сразу же подано на стол или поставлено в сторонку и разогрето на следующий день.



Добе из говядины

На 4—6 порций

говяжья рулька или голяшка, нарезанная кубиками со стороной 2,5—5 см	1 кг
оливковое масло	3 ст. л.
красное вино	1 л
Смесь приправ	
соленый бекон, нарезанный кубиками	125 г
чеснок	3 дольки
гвоздика	3 бутона
апельсиновая корка	1 кусок
лавровый лист	2 шт.
молотая корица	1/2 ч. л.
соль и молотый черный перец	

Налейте приличный слой оливкового масла в гусятницу или *добьер*, затем добавьте мясо и приправы. Размешайте смесь на умеренном огне, затем слегка подрумяньте мясо. Сделав это, добавьте красное вино и готовьте на слабом огне, пока вино немного не выкипит. Накройте крышкой и готовьте говядину при едва заметном кипении 6—8 ч. Хорошую тушеную говядину следует готовить всю ночь и подавать на следующий день во время обеда.

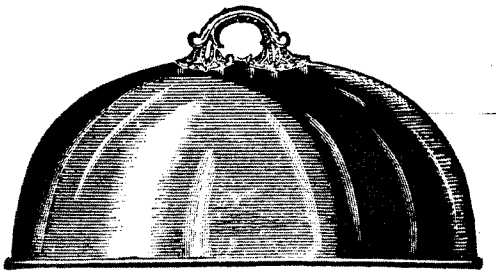
Говядина с миндалем и оливками

На 4—6 порций

постный говяжий щуп или лопатка	1 кг
бланшированный миндаль, нарезанный соломкой	100 г
измельченные зеленые оливки без косточек	100 г
соль	
молотая корица	1 ч. л.
оливковое масло	
репчатый лук, разрезанный на 4 части	1 головка
помидор, очищенный от кожицы и разрезанный на 4 части	1 шт.
чеснок	1 долька
красное вино	100 мл
бульон из говядины или телятины	
молотый черный перец	

Сделайте несколько глубоких отверстий в мясе и заполните их смесью миндаля, оливок, соли и корицы. Обвяжите мясо шпагатом и подрумяньте в горячем оливковом масле в гусятнице. Когда мясо покроется со всех сторон золотисто-коричневой корочкой, добавьте репчатый лук, помидоры и дольку чеснока. Влейте вино и примерно столько же бульона, чтобы мясо было покрыто жидкостью. Хорошенько приправьте, накройте крышкой и готовьте на очень слабом огне, пока мясо не станет мягким (примерно 2—3 ч).

Перед подачей нарежьте мясо ломтиками и полейте процеженным соусом.



Тушеная говядина с помидорами и сельдереем

На 6 порций

говяжий кострец или щуп, разрезанный на 6 кусков	750 г
соленый бекон, нарезанный кусочками	200 г
крупная головка репчатого лука, нашинкованная	1 шт.
ветчина *прошютто* или сырой окорок	100 г
соль и молотый черный перец	
белое вино	100 мл
помидоры, очищенные от кожицы и семян и нарезанные большими кусками	2 шт.
чеснок	1 долька
лавровый лист	1
говяжий бульон	100—150 мл
клубни сельдерея, разрезанные на 4 части каждый и затем кратковременно отваренные	6 шт.

Слегка обжарьте бекон в гусятнице, добавьте репчатый лук и готовьте 2—3 мин. Добавьте говядину и окорок и обжаривайте на сильном огне, пока мясо хорошенько не подрумянится. Приправьте солью и перцем и увлажните вином. Накройте гусятницу крышкой и поставьте на очень слабый огонь или в духовку, прогретую до 150 °С. Через час добавьте помидоры, чеснок и лавровый лист. Готовьте всего 3 ч, добавляя бульон по мере загущения соков. Когда мясо будет готово на 75% (примерно через 2 ч), добавьте гарнир из клубней сельдерея. Перед подачей снимите излишки жира и выложите мясо вместе с гарниром на горячее блюдо.

Тушеный фаршированный говяжий хвост

Инструкции по отделению говяжьего хвоста от костей приведены на стр. 62. Отделяются только первые 6 позвонков; остальная часть хвоста может быть использована для приготовления бульона. Говяжий костный мозг, необходимый для начинки, следует извлекать из кости в соответствии с рекомендациями, изложенными на стр. 11; мозговая косточка может быть использована для приготовления бульона.

На 4 порции

большой говяжий хвост, отделенный от костей	1 шт.
говяжий бульон	2,5—3 л
репчатый лук и морковь, нашинкованные или нарезанные кубиками со стороной 1 см	по 175—250 г
Маринад	
смесь из сушеного тимьяна, душицы и чабера, мелко растертая	1 ч. л.
оливковое масло	1 ст. л.
сухое белое вино	1/4 л
Начинка	
говяжий костный мозг, измельченный	175 г
постный говяжий хребтовый край, рубленый	250 г
чеснок, очищенный и размолотый в пюре	2 дольки
свежие хлебные крошки без корок	90 г
мелко растертые смешанные сушеные травы	1/2 ч. л.
мелко нарезанная петрушка	3—4 ст. л.
крупный трюфель, нарезанный большими кусочками (или мелко нарезанная кожица трюфеля)	1 шт.
соль и молотый черный перец	
душистый перец, молотый	1/8 ч. л.
коньяк	2 ст. л.
яйцо	1 шт.

Замаринуйте говяжий хвост, слегка посыпав мясо с обеих сторон травами. Влейте оливковое масло и вино в глиняный горшок, добавьте мясо, переверните несколько раз, чтобы оно со всех сторон покрылось маринадом, и накройте крышкой. Поставьте мясо мариноваться на ночь в холодильник.

Весьма важно, чтобы начинка имела плотную консистенцию. Если начинка не приготовлена заранее и не охлаждена, позаботьтесь о том, чтобы были охлаждены костный мозг и рубленое мясо, затем тщательно перемешайте вилкой в миске все ингредиенты начинки (тепло от ваших рук размягчит смесь).

Выньте из маринада говяжий хвост и расстелите его прилегавшей к костям стороной вверх на прямоугольном куске муслина. Выложите начинку горкой на середину мяса; заверните 1/3 часть длины хвоста с его узкой стороны на поверхность начинки. Притяните боковые края мяса друг к другу в месте сгиба. Затем, проткнув эти края кулинарной иглой с вдетой в нее ниткой длиной 75—100 см, завяжите конец нитки узлом и сшейте хвост зигзагом, протыкая края мяса с интервалом около 2,5 см. Обрежьте нитку, оставив довольно длинный свободный конец. Начинка в хвосте будет располагаться достаточно просторно; однако во время приготовления начинка немного разбухнет, в то время как мякоть хвоста даст усадку.

Заверните хвост аккуратно и достаточно плотно в муслин, закрутив ткань на одном конце и туго перевязав его ниткой. Оберните нитку 3—4 раза по спирали вдоль всей длины хвоста; затем перевяжите другой конец муслина.

Положите завернутый хвост в близкую по размеру посуду и залейте маринадом и довольно горячим, но не кипящим бульоном, чтобы мясо было полностью покрыто жидкостью (если у вас нет достаточного количества бульона, добавьте воду). Доведите жидкость до кипения, отрегулируйте огонь так, чтобы жидкость еле кипела, и готовьте 2,5 ч. В течение последнего часа отваривания 2 или 3 раза тщательно снимите жир с поверхности жидкости.

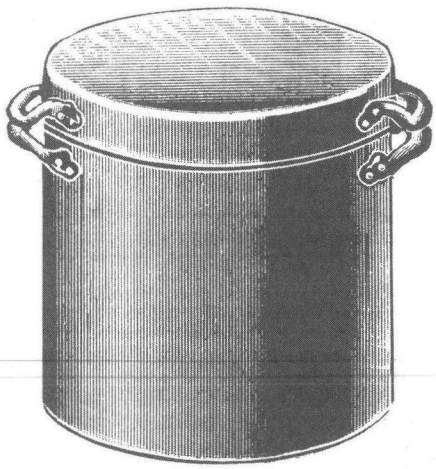
Переложите завернутый хвост на блюдо, срежьте нитку, разверните мясо и оставьте его вместе с муслином стекать на решетке, поставленной на блюдо, на время загущения бульона. Жидкость, стекшая с муслина и мяса, может быть перелита в миску и охлаждена; впоследствии застывший жир может быть удален одним куском и жидкость добавлена в остатки бульона.

Доведите бульон до появления признаков легкого кипения на одной половине его поверхности и в течение 30 мин периодически удаляйте образующуюся пленку. В заключение снимите плавающий на поверхности жир бумажными салфетками. Когда на поверхности жидкости не останется видимых следов жира и перестанет быстро образовываться пленка, увеличьте огонь до сильного, доведите бульон до интенсивного кипения и загустите примерно до половины его первоначального объема.

Положите репчатый лук и морковь на дно подходящего по размеру *кокота*, в котором будете тушить хвост (никакого жира, никакой жидкости, никаких приправ), и поставьте *кокот* в духовку, прогретую до 180 °С, примерно на 30 мин. Время от времени проверяйте овощи; они должны пустить сок и стать полумягкими, не подрумяниваясь. Снимите крышку и готовьте овощи еще 5—10 мин, пока они не начнут прилипать ко дну *кокота* и слегка золотиться на кромках.

Положите стекший хвост сшитой стороной вниз на слой овощей. Влейте половником достаточное количество горячего загущенного бульона, чтобы мясо погрузилось в жидкость примерно на половину — две трети. Накройте *кокот* крышкой и готовьте при очень слабом кипении 1 ч, поливая мясо через каждые 10—15 мин. Затем снимите крышку, поставьте *кокот* в духовку, прогретую до 170 °С, и готовьте еще 1 ч или 1 ч 15 мин. Снова поливайте мясо через каждые 10—15 мин, стараясь зачерпывать вместе с жидкостью овощи и оставляя их на поверхности мяса, чтобы они так же, как и мясо, покрылись красивой карамелизованной глазурью.

Осторожно выньте хвост лопаточками на прогретое блюдо. Перережьте нитку около узла, потяните ее аккуратно за другой конец, удерживая мясо на месте, и вытащите нитку из мяса. Подавайте овощи и жидкость для тушения в прогретом соуснике в качестве гарнира к мясу.



Тушеный говяжий хвост по-старинному

На 8 порций

говяжьи хвосты, разрезанные на куски длиной около 5 см	2 шт.
соль и молотый черный перец	
морковь, разрезанная на 4 части каждая	2 шт.
крупные головки репчатого лука, разрезанные пополам	4 шт.
пучок душистых трав	1 шт.
сливочное масло	125 г
бренди	100 мл
чеснок	3 дольки
мука	75 г
красное бургундское вино	1,5 л
говяжий бульон	1/2 л
грибы	1 кг
соленый бекон, нарезанный полосками	500 г
тесто на муке и воде	

Приправьте куски хвоста солью и перцем. Обжаривайте мясо в большом сотейнике вместе с морковью, репчатым луком и пучком душистых трав в 60 г сливочного масла, пока куски хорошенько не подрумянятся. Вылейте на мясо бренди и подожгите. Когда пламя погаснет, добавьте чеснок и муку и хорошенько перемешайте. Влейте вино и говяжий бульон, снова перемешайте и затем доведите до кипения. Переложите в гусятницу, поставьте ее в духовку, прогретую до 170 °С, и готовьте 2 ч. Процедите жидкость для тушения через сито в миску и поставьте остывать. Выбросьте овощи и положите куски хвоста снова в гусятницу. В отдельной сковороде обжарьте слегка грибы вместе с беконом в оставшемся сливочном масле и добавьте их в гусятницу. Снимите весь жир, всплывший на поверхность процеженной жидкости для тушения, перелейте ее в кастрюлю и загустите до консистенции жидкой сметаны.

Когда соус будет готов, полейте им куски хвоста, поставьте гусятницу на плиту и доведите соус до кипения. Запечатайте крышку гусятницы тестом и поставьте ее в духовку, прогретую до 180 °С, на 2 ч для завершения приготовления блюда. Подавайте очень горячим из гусятницы вместе со спагетти, покрытыми корочкой *гратена*.

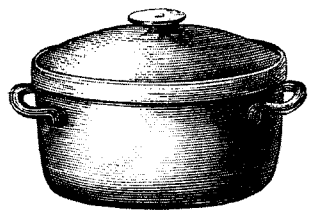
Жареный на открытом огне тушеный говяжий хвост с пюре из каштанов

На 3—4 порции

говяжий хвост, разрезанный в местах сочленения позвонков на куски длиной около 5 см	1 шт.
бульон из говядины или телятины	350 мл
белое вино	150—200 мл
репа	2 шт.
крупная головка репчатого лука	1 шт.
морковь	2 шт.
соль и молотый черный перец	
панировочные сухари	
взбитые яйца	3 шт.
растопленное сливочное масло	90 г

Положите куски хвоста в холодную воду, доведите ее до кипения и варите мясо 10 мин. Дайте кускам хвоста стечь, положите их в гусятницу на слой овощей и залейте бульоном и вином. Накройте крышкой и готовьте на очень слабом огне на плите, либо в духовке, прогретой до 150 °С, 3 ч или до тех пор, пока мясо не станет мягким и не начнет отделяться от костей.

Дайте кускам хвоста остыть в жидкости для тушения. Выньте мясо, выбросьте овощи, процедите жидкость и удалите из нее жир. Приправьте куски хвоста солью и перцем, обваляйте в панировочных сухарях, окуните в яйцо и снова обваляйте в сухарях. Сбрызните куски растопленным сливочным маслом и обжаривайте их в гриле, периодически переворачивая, 25—30 мин при невысокой температуре. Выложите мясо на горячее блюдо и подавайте вместе с процеженным соусом и пюре из каштанов.



Говяжий хвост по-бургундски

На 6 порций

большой говяжий хвост, разрезанный на куски длиной около 5 см	1 шт.
оливковое масло	4 ст. л.
головки репчатого лука, разрезанные пополам	2 шт.
морковь	4 шт.
шалот	6 шт.
свиная ножка	1 шт.
телячья ножка	1 шт.
пучок душистых трав	1 шт.
бульон из курицы или телятины	600 мл
соль и молотый черный перец	

Маринад

красное вино	450 мл
белое вино	150 мл
морковь, нарезанная ломтиками	125 г
репчатый лук, нашинкованный	125 г
шалот, нарезанный кружочками	60 г
тимьян, лавровый лист, черный перец горошком	
чеснок, растолченный	2 дольки
растительное масло	3 ст. л.

Смешайте ингредиенты маринада, добавьте куски хвоста и маринуйте 24 ч. Выньте мясо из маринада, дайте стечь и затем слегка подрумяньте в оливковом масле в гусятнице вместе с разрезанными пополам головками репчатого лука и цельными морковью и шалотом. Добавьте свиную и телячью ножки и пучок душистых трав. Влейте бульон и примерно 200 мл процеженного маринада. Доведите до слабого кипения на плите, затем накройте крышкой и готовьте в духовке при 150 °С 3—3,5 ч.

По завершению тушения выньте мясо из гусятницы. Отделите от костей свиную и телячью ножки, нарежьте их мякоть большими кубиками и положите на теплое блюдо вместе с кусками хвоста. Процедите соки, в которых тушилось мясо, и отожмите овощи, чтобы извлечь больше жидкости. При необходимости загустите соус до сиропообразной консистенции. Проверьте достаточность специй и полейте мясо соусом перед подачей.

Пирамидки из говядины в пивном соусе

На 6 порций

постная мякоть говяжьего кострец или щупа, толщиной около 5 см	1,5—2 кг
соль и молотый черный перец	
мука	
сливочное масло	60 г
крупные головки репчатого лука, нарезанные тонкими колечками	2 шт.
крупный сладкий красный перец, очищенный от семян и нарезанный колечками	2 шт.
крупно нарезанные грибы	12 шт.
светлое пиво	350 мл
томатное пюре	1,5 ст. л.
столовая горчица	1 ст. л.

Срежьте с мяса весь жир. Разрежьте мясо в длину острым ножом на 2 полосы шириной около 7,5 см каждая. Отрежьте диагональный ломтик мяса от конца одной из полос. Начиная с этого среза отрезайте диагонально в противоположных направлениях треугольные куски мяса. Продолжайте до тех пор, пока обе полосы мяса не будут нарезаны треугольниками («пирамидками»).

Посыпьте каждый кусок мяса щепоткой соли и перца и обваляйте со всех сторон в муке. Растопите сливочное масло в большой сковороде или скиллете и слегка подрумяньте мясо, переворачивая его весьма осторожно, чтобы сохранить пирамидообразную форму кусков. Добавьте в сковороду репчатый лук, сладкий перец и грибы и слегка обжарьте. Влейте пиво. Вмешайте томатное пюре и горчицу. Накройте плотно крышкой и готовьте при слабом кипении 1—1,5 ч или до тех пор, пока мясо не станет мягким. Если потребуется больше соуса, добавьте во время тушения оставшиеся 150 мл пива. Перед подачей поставьте пирамидки из говядины на теплое блюдо и полейте сверху соусом с овощами.

Отварное мясо с овощами по-новоанглийски

На 6—8 порций

солонина из говяжьей грудинки	2 кг
кочан капусты средней величины с удаленной кочерыжкой, разрезанный на 4 части	1 шт.
молодая репа, очищенная от кожицы и разрезанная на 4 части каждая	6 шт.
небольшая морковь, чищеная	6 шт.
картофель средней величины, чищеный	6 шт.
небольшая свекла	6 шт.

Подберите кусок солонины из грудинки слабого посола, промойте ее под струей воды и плотно обвяжите шпагатом. Залейте с верхом холодной водой, доведите до медленного кипения и отваривайте 10 мин; снимите пену, накройте крышкой и готовьте при слабом кипении 3 ч. Добавьте капусту, репу, морковь и картофель и готовьте еще 30 мин. Положите мясо на центр горячего блюда, разложите вокруг мяса овощи, в том числе и отваренную в отдельной кастрюле свеклу, и подавайте на стол.

Говядина а ля фисель

На 4—6 порций

говяжья вырезка или филе оковалка одним куском	1 кг
отвар от *пот о фе*	1,5—2 л

Говяжья вырезка должна быть плотно обвязана в длину и ширину так, чтобы оставался длинный свободный конец шпагата, за который мясо вынимают из кастрюли, в которой оно отваривается.

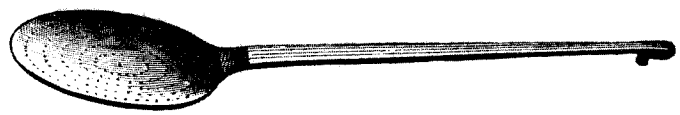
Опустите говядину в отвар и готовьте на сильном огне несколько минут, затем убавьте огонь и готовьте при слабом кипении до готовности; она должна быть непроваренной внутри и слегка подкрашенной отваром снаружи. Время приготовления аналогично жарению вырезки в духовке: около 25 мин для большой цельной вырезки. Подавайте это превосходное по вкусу блюдо с крупнозернистой солью, отварным картофелем, с небольшим количеством отвара или без него, и, по желанию, с горчицей или хреном.

Тушеная говядина по-мексикански

На 6—8 порций

говяжий хребтовый край одним куском	1 кг
вода	2 л
стручковая фасоль, нарезанная кусочками	250 г
початки молодой сахарной кукурузы, нарезанные кусочками длиной 5 см	3 шт.
маленькие кабачки	4 шт.
цветки кабачка	6 шт.
зелень лука-батуна, нарезанная	5 ст. л.
зелень молодого чеснока или две чесночные дольки, нарезанные	5 ст. л.
листья кориандра	5 ст. л.
соль	1 ст. л.

Отваривайте говядину в воде при слабом кипении 2 ч или до мягкости, затем выньте мясо и нарежьте его кубиками со стороной 4 см. Если вода выкипит, добавьте еще, чтобы в кастрюле было около 1 л жидкости. Отваривайте фасоль, кукурузу и кабачки, пока фасоль не станет мягкой. Добавьте мясо и остальные ингредиенты, оставив немного зелени для украшения. Готовьте при слабом кипении 20 мин. Посыпьте сверху зарезервированной зеленью.



Пот о фе

На 4 порции

говяжий ссек или щуп, обвязанный шпагатом	1 кг
говяжьи кости, напиленные кусочками длиной 5—7,5 см	1 кг
вода	2,5 л
соль	15 г
морковь	200 г
репа	125 г
лук-порей	200 г
репчатый лук (одна головка с двумя вдавленными бутонами гвоздики)	3 головки
пастернак	30 г
сельдерей	30 г

Положите кости на дно кастрюли, а сверху — мясо. Добавьте воду и соль. Поставьте кастрюлю на слабый огонь, не накрывая крышкой, чтобы, как только вода закипит, вы могли сразу же снимать пену. Медленный нагрев жидкости очень важен для обеспечения прозрачности и высоких вкусовых качеств отвара. В результате постепенного прогрева мясо выделяет пену, без удаления которой жидкость станет мутной. Для указанного количественного соотношения ингредиентов старайтесь довести воду до точки медленного кипения за полчаса.

Первая пена всегда темная и очень грязная. Удалите ее ковшиком или шумовкой, которой более удобно снимать пену у стенок, где она обычно собирается. Когда жидкость начнет снова закипать, добавьте 3 ст. л. холодной воды. Холодная вода замедлит кипение и заставит всплыть на поверхность новую порцию пены, которая будет светлее по цвету и не столь жирная и грязная, как первая. Снова снимите пену и, когда жидкость начнет опять закипать, добавьте еще 3 ст. л. холодной воды. В результате появится третья порция пены, на этот раз почти белая. Снимите. Когда жидкость начнет закипать еще раз, снова добавьте 3 ст. л. холодной воды. Жиденькая пена, которая всплывет на этот раз, должна быть белой и чистой. Снимите и эту. Затем добавьте овощи и снимите все частицы всплывающей пены. Осторожно протрите влажной салфеткой внутренние кромки кастрюли, чтобы на них не осталось и следа пены. Теперь мя-

со может отвариваться практически без вашего участия.

От начала и до конца отваривания прогрев обязательно должен быть равномерным и все время должно поддерживаться очень слабое кипение — такое, когда пузырьки появляются только в одной точке поверхности. Это условие весьма существенно для обеспечения прозрачности жидкости.

Накройте кастрюлю крышкой, оставив щель шириной в один или два пальца: это тоже необходимое условие для получения прозрачного отвара. Если кипение по каким-то причинам прекратится, возвращайте жидкость к точке кипения аккуратно и медленно.

Готовьте говядину 3 ч, отсчитывая от начала кипения после завершения снятия пены.

Говяжья нога со специями по-теннессийски

Рождественское блюдо в Теннесси. Для его приготовления используется отруб от задней ноги, в который входят щуп и ссек.

На 30—40 порций

говяжий щуп	4,5 кг
темно-коричневый сахар	300 г
соль грубого помола	500 г
селитра (не обязательно)	1/2 ч. л.
черный молотый перец	4 ч. л.
кайенский перец	1/8 ч. л.
молотый имбирь и гвоздика	по 1 ст. л.
молотая корица	2 ч. л.
свеженатертый мускатный орех	1 ст. л.
крупный репчатый лук, мелко нарезанный	3 головки
семена сельдерея	1 ст. л.
нутряное сало, мелко нарубленное	350 г
лавровый лист	1 шт.

Обвяжите говядину шпагатом в компактный кусок и положите ее в глиняный горшок. Смешайте коричневый сахар, соль и селитру и вотрите хорошенько смесь в мясо. Смешайте специи и также вотрите их в мясо. Держите говядину в темном, прохладном месте 2 недели, каждый день переворачивая.

Слейте выделившиеся из мяса соки в миску и смешайте их с репчатым луком, семенем сельдерея и нутряным салом. Сделайте многочисленные надрезы на обеих сторонах говядины и заполните эти надрезы смесью. Плотно зашейте говядину в чистый кусок ткани, положите на решетку в суповой котел, добавьте остатки соков из горшка и воду, чтобы мясо было покрыто жидкостью. Добавьте лавровый лист, накройте крышкой и отваривайте до тех пор, пока мясо не станет мягким (примерно 25 мин на каждые 500 г веса). Дайте говядине остыть, не вынимая ее из отвара, и подавайте холодной, нарезанной тонкими ломтиками.

Клецки из костного мозга

Клецки традиционно подают с солониной из говядины. Их можно также подавать в супе или с ростбифом.

На 7—8 клецек

говяжий костный мозг	30 г
сливочное масло	30 г
небольшие яйца, хорошо взбитые	2 шт.
французский хлеб без корки (намочите в кипяченом молоке, дайте стечь на дуршлаге и разомните вилкой)	125 г
репчатый лук, нашинкованный (не обязательно)	1 ч. л.
петрушка, нашинкованная	1 ч. л.
соль	
тертый мускатный орех	
говяжий бульон	1,75 л

Взбейте костный мозг со сливочным маслом до консистенции сливок. Добавьте яйца, размешайте в однородную массу и положите в нее хлеб. Вмешайте репчатый лук, петрушку и, по вкусу, соль и мускатный орех. Сформуйте смесь в небольшие круглые клецки. Опустите их в кипящий бульон и готовьте при слабом кипении 20—30 мин.

Солонина из говядины со специями

Больший кусок говядины потребует пропорционального увеличения количества добавляемых специй и времени засола. Чтобы подготовить к тушению кусок весом 5,5 кг, вам понадобится 16 дней.

На 6 порций

говяжий ссек или щуп, обвязанный для засола	2,5—3 кг
коричневый сахар	6 ст. л.
селитра (не обязательно)	1 ст. л.
морская или кухонная соль	8 ст. л.
черный перец горошком	2 ст. л.
душистый перец горошком	1 ст. л.
ягоды можжевельника	2 ст. л.
нутряное сало, измельченное	125 г

Сначала натрите говядину со всех сторон сахаром. Положите ее в глубокий горшок и поставьте на 2 дня в холодильник либо в очень прохладную комнату или кладовую. Растолките остальные ингредиенты засолочной смеси и натирайте ею всю поверхность мяса каждый день в течение 9 суток (всего на засол уйдет 11 дней). Засолочная смесь станет жидкой, но вы все равно втирайте ее в мясо. Держите горшок накрытым крышкой.

Перед приготовлением говядины промойте ее кратковременно под струей воды, чтобы смыть кусочки специй.

Положите мясо в близкую ему по размеру гусятницу и влейте примерно четверть литра воды. Посыпьте верхнюю часть мяса измельченным нутряным салом, чтобы сохранить влагу во время приготовления. Накройте гусятницу двойным слоем жиронепроницаемой бумаги или фольгой, а затем крышкой, чтобы соки не испарялись. Готовьте мясо в духовке при температуре 140 °С из расчета 45—50 мин на каждые 500 г веса. Не открывая гусятницу, поставьте мясо остывать на 2—3 ч.

Выложите мясо на разделочную доску (слив сначала всю жирную жидкость), плотно накройте его жиронепроницаемой бумагой и положите сверху груз весом 1—2 кг. Поставьте в холодильник или другое прохладное место на 24 ч. Подавайте холодным с соусом из хрена и зеленым салатом (или с нарезанным кубиками авокадо и винегретом) и хлебом из непросеянной муки и сливочным маслом или картофелем в мундире.

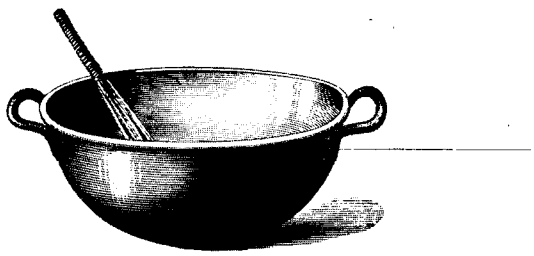
Рассол (тузлук)

Этот рассол, используемый как для засола свинины и мяса домашней птицы, так и для получения солонины из говядины, может содержать немного селитры для сохранения мясом розового цвета. В домашних условиях в холодной кладовой мясо можно держать в рассоле 2—3 недели, а иногда и дольше. Когда на поверхности начнут плавать островки белой плесени, выньте мясо и вылейте рассол. Горшок следует помыть кипятком с содой. С мясом будет все в порядке.

вода	4 л
соль крупного помола или морская соль	750 г
темно-коричневый сахар	500 г
селитра (не обязательно)	30 г
лавровый лист	1 шт.
веточка тимьяна	1 шт.
ягоды можжевельника, растолченные	10 шт.
черный перец, растолченный	10 горошин

Доведите все ингредиенты до кипения и кипятите на сильном огне 5 мин. Поставьте рассол остывать. Вымойте керамический горшок или пластмассовое ведро и крышку кипятком с растворенной в нем содой. Хорошенько сполосните и дайте полностью высохнуть. Влейте холодный рассол через выстланное муслином сито. Положите мясо в рассол и придавите его сверху прокипяченным куском доски или тщательно вымытой тарелкой, чтобы оно было полностью погружено в жидкость. Накройте крышкой и поставьте в сухое место с температурой ниже 15 °С. Продолжительность засола зависит от толщины мяса: 7—10 дней — для говяжьего ссека и грудинки или большого свиного окорока; 36—48 ч для утки (с удаленными потрохами). Свиные ножки будут готовы через 24 ч.

Вынимая куски мяса из рассола, всегда используйте чистые щипцы: в этом случае рассол дольше сохранит свою свежесть и вы сможете закладывать в него для засола новые куски такого же мяса. Используйте отдельный горшок для говядины, свинины, утки и других видов мяса; никогда не засаливайте вместе разные виды мяса и не кладите их в рассол, который может содержать отстой от другого мяса. Вы можете процедить рассол и снова его прокипятить, добавив примерно половинную норму свежих ингредиентов. Естественно, горшок или ведро будут нуждаться в полной очистке. Это следует делать до появления плесени.



Пудинг из говядины и почек

Приведенный ниже рецепт предоставлен нам одной леди из графства Суссекс, жители которого славятся вкусными пудингами. Рецепт отличается от общепринятого способа их приготовления, так как мясо нарезается очень маленькими кусочками; когда вы попробуете этот пудинг, вы увидите, что он намного вкуснее и сочнее тех, что готовятся из больших кусков мяса. *(Отрывок из книги, изданной в 1861 году.)*

На 6 порций

говяжий кострец, нарезанный кубиками со стороной 2,5 см	1 кг
говяжьи почки, разрезанные на 8 частей каждая	2 шт.
соль и молотый черный перец	
тесто на нутряном сале *(стр. 167)*	

Выстелите форму для выпечки пудинга тестом так, чтобы его кромки свешивались с ободка. Затем положите на дно слой мяса и несколько кусков почек; приправьте солью и перцем (некоторые повара добавляют немного муки для загущения соков, но это делать не обязательно) и положите второй слой мяса, почек и приправ.

Продолжайте до тех пор, пока форма не заполнится, затем влейте в мясо немного воды, чтобы от поверхности жидкости до верхнего края формы оставалось около 5 см. Увлажните кромки теста, накройте пудинг покрывным коржом, обдавите его край по окружности, чтобы соки не испарялись, и заверните вверх свешивающиеся кромки теста. Выжмите смоченную в горячей воде салфетку, посыпьте ее мукой и обвяжите сверху пудинг; поставьте его в кипящую воду и готовьте при слабом кипении по меньшей мере 4 ч. Если уровень воды понизится, сразу же восполняйте потерю, долив немного кипятка, поскольку форма пудинга должна все время стоять в воде, а кипение не должно прекращаться. Снимите салфетку и подавайте пудинг на стол прямо в форме — либо на декоративном блюде, либо в красивой салфетке, скрепленной булавками вокруг формы. Подавайте, не мешкая.

Мясной пудинг может стать намного вкуснее, если в него добавить несколько устриц или грибов.

Пирог с мясом по-мексикански

На 4 порции

рубленый говяжий хребтовый край	500 г
вода	3/4 л
соль	3,5 ч. л.
кукурузная мука крупного помола	250 г
жир	40 г
репчатый лук средней величины, нашинкованный	1 головка
небольшой сладкий зеленый перец, нашинкованный	1 шт.
порошок чили	1/2 ч. л.
помидоры средней величины, нарезанные ломтиками	4 шт.

Положите 1,5 ч. л. соли в воду и доведите ее до кипения. Затем, непрерывно помешивая, добавьте тонкой струйкой кукурузную муку. Готовьте на слабом огне, периодически размешивая, 10 мин. Снимите кашу с огня.

Растопите жир в сковороде, добавьте репчатый лук и сладкий перец и обжаривайте на слабом огне, пока овощи не станут мягкими, но еще не подрумяненными. Добавьте мясо и обжаривайте, пока оно не подрумянится. Вмешайте перец чили и остаток соли. Снимите сковороду с плиты. Выложите половину кукурузной каши равномерным слоем на дно гусятницы среднего размера, положите сверху слой помидоров, затем всю мясную смесь. Покройте мясо слоем кукурузной каши и положите сверху оставшиеся ломтики помидоров. Готовьте в духовке, прогретой до 190 °С, 25 мин.

Пирог с говядиной, почками и устрицами

На 6 порций

говяжий хребтовый край	0,75—1 кг
говяжьи почки	250—300 г
устрицы	12—18 шт.
соль и свежеразмолотый черный перец	
сливочное масло	30 г
репчатый лук, нашинкованный	175 г
мука	1,5 ст. л.
грибы, нарезанные ломтиками	175 г
говяжий бульон	
соевый соус или соус Вустер	
песочное тесто *(стр. 166)*	
взбитое яйцо или немного молока (не обязательно)	1 шт.

Раскройте створки устриц, обмотав для безопасности левую руку посудным полотенцем. Положите устрицы вместе с их жидкостью в миску. Нарежьте говядину кубиками, а почки — толстыми ломтиками, срезав предварительно жир и пленки. Приправьте мясо солью и перцем и подрумяньте на сильном огне в сливочном масле вместе с репчатым луком.

Вмешайте муку и обжаривайте 1—2 мин, пока мука не впитает жир. Добавьте устрицы вместе с их жидкостью, грибы и столько бульона, сколько необходимо для приобретения соусом консистенции густых сливок (грибы и мясо выделят немного соков и сделают соус более жидким). Приправьте солью, перцем и небольшим количеством соуса Вустер или соевого соуса.

Переложите смесь в форму емкостью 1—1,5 л. Положите на ободок вдоль всей его длины полоску теста, увлажните ее и накройте пирог покрывным коржом. Далее делайте все обычным путем для песочного пирога, и, если хотите, украсьте верх покрывного коржа листиками из теста и смажьте взбитым яйцом или молоком. Готовьте 2 ч в духовке при температуре 150—170 °С. Когда покрывной корж подрумянится, накройте его бумагой.

В альтернативном варианте начинку можно предварительно потушить 1 ч в закрытой гусятнице и дать частично или полностью (в течение ночи) остыть. Выложите начинку в форму, накройте покрывным коржом и готовьте 30 мин при 190—200 °С. Я считаю, что первый метод позволяет получать более ароматные пироги, однако второй может оказаться для вас более удобным или более подходящим для вашей плиты. Он также позволит вам более точно контролировать готовность мяса; говядина может существенно отличаться по жесткости и требовать, соответственно, различного времени приготовления в духовке.

Вместо говядины и почек вы можете начинять пирог кусочками кроличьего мяса и жирного бекона. Если кролик взрослый, время приготовления необходимо увеличить, если очень молодой и мягкий — уменьшить.

Тушеная говядина под корочкой из брюквы

На 4—6 порций

отделенная от костей говяжья рулька или другое говяжье мясо для тушения, нарезанное кубиками со стороной 2,5 см	1 кг
говяжий топленый жир	3 ст. л.
репчатый лук средней величины, нарезанный тонкими колечками	3 головки
светлый эль	400 мл
петрушка, нарезанная	4 ст. л.
лавровый лист	2 шт.
соль и молотый черный перец	
соус Вустер	4 ст. л.
брюква, нарезанная толстыми ломтиками	500—750 г
сливочное масло	30 г
хрен, тертый	1 ст. л.
хлебные крошки	

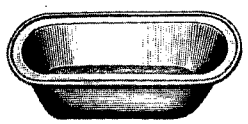
Прогрейте духовку до 200 °С.

Растопите жир в гусятнице на сильном огне и подрумяньте кусочки мяса со всех сторон. Переложите мясо в

другую посуду и поставьте в сторонку. Убавьте огонь и обжаривайте в жиру 2 нарезанные колечками луковицы на очень слабом огне до тех пор, пока лук не станет мягким. Влейте эль (и бульон, если вы его используете), добавьте петрушку и лавровый лист, приправьте и доведите до кипения. Снова положите мясо в гусятницу и добавьте соус Вустер. Накройте крышкой и готовьте в духовке 1,5 ч.

Тем временем отваривайте кусочки брюквы в подсоленной воде, пока они не станут мягкими (около 45 мин). Слейте воду и поставьте брюкву в сторонку. Растопите сливочное масло в кастрюле на слабом огне и обжаривайте в масле остальной репчатый лук, пока он не подрумянится. Добавьте кусочки вареной брюквы, выключите огонь и разомните брюкву с репчатым луком и сливочным маслом.

Снимите крышку с гусятницы и удалите лавровый лист. Посыпьте мясо тертым хреном и затем распределите по поверхности брюкву аналогично картофелю в пастушьей запеканке. Посыпьте брюкву хлебными крошками и поставьте гусятницу в духовку еще на 20 мин, по прошествии которых на поверхности кушанья образуется румяная хрустящая корочка.



Пудинг с говядиной и коньяком

Эдуард де Помиан в 1948 году писал, что этот пудинг является одним из самых вкусных блюд английской кухни. Он состоит из оболочки из теста на нутряном сале, внутри которой находятся кусочки говяжьего костреца, сбрызнутые коньяком. Так как мясо закрыто со всех сторон, оно пропитывается ароматом коньяка и становится необычайно вкусным.

На 4 порции

говяжий кострец, нарезанный кубиками	500 г
сливочное масло	30 г
соль и молотый черный перец	
марочный французский коньяк	100 мл
Тесто	
мука	250 г
яйцо	1 шт.
соль	
теплая вода	50—100 мл
говяжье нутряное сало, натертое на терке или измельченное ножом	150 г

Приготовьте тесто, смешав муку, яйцо и щепотку соли, добавив затем столько теплой воды, чтобы получилась рыхлая смесь. Раскатайте и посыпьте сверху третьей частью нутряного сала. Сверните тесто в 3 слоя и дайте 10 мин постоять. Снова раскатайте и посыпьте второй третью нутряного сала. Сверните в три слоя и дайте постоять еще 10 мин. Повторите то же самое с оставшейся третью нутряного сала. В заключение раскатайте тесто в пласт толщиной 1 см.

Используя ободок формы для выпечки пудинга в качестве режущей кромки, вырежьте из теста круг и положите его в сторонку. Раскатайте оставшееся тесто в блин и выстелите им форму так, чтобы кромки теста свешивались с ободка.

Обжарьте кубики мяса в сливочном масле и приправьте солью и перцем. Положите мясо в выстланную тестом форму. Добавьте коньяк. Накройте круглым коржом и плотно защипайте его края со свешивающимися кромками теста.

Оберните форму матерчатой салфеткой, свяжите вверху друг с другом ее противоположные углы и поставьте форму в кастрюлю с кипящей водой. Накройте крышкой и готовьте при медленном кипении 3—4 ч. Подавайте прямо из формы. Разрежьте пудинг на куски и подавайте каждому сидящему за столом мясо вместе с тестом.

Пирог с говядиной и почками

Этот пирог имеет множество местных особенностей. На западе Англии прямо перед подачей в пирог вливают через отверстие в тесте 300 мл двойных сливок. В Шотландии пирог ароматизируют, добавляя в него по 1 ч. л. соуса Вустер, уксуса и томатного соуса. В других версиях на тушеное мясо под покрывной корж укладывают слой нарезанных ломтиками грибов. Даже базовая кулинарная техника и та отличается. В этом рецепте мясо, перед тем как быть накрытым тестом, проходит частичную термическую обработку.

На 6—8 порций

говядина для тушения, нарезанная маленькими кубиками	750 г
говяжьи или бараньи почки, нарезанные маленькими кубиками	250 г
мука, приправленная солью и молотым черным перцем	30 г
нарезанная петрушка	1 ст. л.
топленый жир	30 г
репчатый лук, нашинкованный	125 г
говяжий бульон	400 мл
соль и молотый черный перец	
песочное или пресное слоеное тесто *(стр. 166)*	350 г
яйцо, взбитое	1 шт.

Посыпьте мясо и почки приправленной мукой и перемешайте с нарезанной петрушкой. Растопите жир и обжаривайте в нем репчатый лук и мясо, пока они слегка не подрумянятся. Залейте бульоном, доведите до кипения и готовьте при слабом кипении 1—1,5 ч. При необходимости добавьте по вкусу еще соли и перца.

Переложите мясо в форму емкостью 1,5 л, накройте тестом и смажьте его поверхность взбитым яйцом. Выпекайте в духовке при 200 °С 1 ч или до образования золотисто-коричневой корочки.

«Жаба в норке»

Хотя это любимое многими блюдо часто делают из свинины и говяжьих сарделек, классическая «жаба в норке» готовится из кусочков первосортного говяжьего костреца.

На 6—8 порций

мякоть говяжьего костреца, нарезанная ломтиками длиной 5 см и шириной 2,5 см	600 г
топленый жир	60 г
говяжьи почки, нарезанные маленькими кусочками	350 г
соль и молотый черный перец	
Тесто для йоркширского пудинга	
мука	250 г
соль	
яйца	3 шт.
молоко	450 мл

Обжарьте мясо в половине жира в течение нескольких минут. Приправьте почки солью и перцем.

Для приготовления теста просейте муку, приправленную щепоткой соли, сделайте в центре горки муки ямку, разбейте в нее яйца и влейте 1/3 молока. Размешайте в жидкое тесто, тщательно взбивая и понемногу добавляя остальное молоко. В духовке, прогретой до 200 °С, в форме емкостью 2 л разогрейте остальной жир до начала дымления. Влейте половину теста и выпекайте 10—15 мин или пока тесто не схватится. Положите сверху мясо и почки, залейте оставшимся жидким тестом и готовьте еще 40 мин или пока тесто хорошенько не поднимется.

Пудинг по-деревенски

Инструкции по приготовлению пудинга на пару приведены на стр. 77.

На 6—8 порций

рубленая говяжья рулька	750 г
нашинкованный репчатый лук	350 г
говяжий топленый жир	60 г
тертая морковь	175 г
нарезанная петрушка	40 г
мука	40 г
говяжий бульон	900 мл
соль и молотый черный перец	
тесто на нутряном сале *(стр. 167)*	500 г

Обжаривайте в сковороде говядину и репчатый лук в жире на среднем огне, пока они слегка не подрумянятся. Добавьте морковь и петрушку, вмешайте муку и тонкой струйкой влейте бульон; размешивайте до тех пор, пока смесь не станет густой и не начнет кипеть. Приправьте солью и перцем.

Смажьте жиром форму емкостью 1—1,5 л и накройте дно пластом теста. Положите на тесто слой мяса, затем заполните форму чередующимися слоями теста и мяса, закончив слоем теста. Накройте жиронепроницаемой бумагой, обвяжите салфеткой и готовьте на пару 1,5 ч.



Пирог с говяжьим хвостом, «Беппе»

На 6 порций

говяжий хвост, разрезанный на куски в местах сочленения позвонков	1 шт.
сливочное масло	50 г
нашинкованный сельдерей, репчатый лук и морковь	по 60—90 г
мука	2 ст. л.
сухое белое вино	100 мл
помидоры, очищенные от кожицы и нарезанные крупными кусочками	250 г
говяжий бульон	100 мл
соль и молотый черный перец	
грибы, нарезанные тонкими ломтиками	125 г
чеснок, измельченный	1 долька
песочное тесто *(стр. 166)*	
молоко	
граппы (аналог французской фруктовой водки или шнапса) или бренди	100 мл

Подрумяньте куски говяжьего хвоста в гусятнице в сливочном масле. Добавьте сельдерей, морковь и репчатый лук; обжарьте их, непрерывно размешивая деревянной ложкой.

Обжарьте муку в чугунной сковороде, аккуратно помешивая, пока она не подрумянится. Добавьте подрумяненную муку и белое вино в гусятницу. Доведите до кипения и дайте немного покипеть, чтобы половина вина испарилась. Добавьте помидоры, говяжий бульон, соль, перец, грибы и чеснок. Плотно накройте крышкой и готовьте при слабом кипении 2 ч или до тех пор, пока мясо не начнет отделяться от костей. Все это можно сделать на день раньше и поставить мясо в холодильник. Жир всплывет наверх — соберите его и уберите за ненадобностью. Выстелите глубокую форму двумя третями теста, заполните форму приготовленной из говяжьего хвоста начинкой, накройте сверху оставшимся тестом и смажьте его поверхность молоком. Прорежьте в покрывном корже несколько щелевых отверстий и выпекайте при 200 °С 30 мин, пока тесто не подрумянится. Влейте *граппу* через воронку в одно из отверстий и выпекайте еще 6 мин.

Йоркширский пирог в кастрюле

На 2—3 порции

говядина для тушения, нарезанная кубиками	250 г
топленый жир	1 ст. л.
крупная головка репчатого лука, мелко нарезанная	1 шт.
морковь, нарезанная ломтиками	3 шт.
помидоры, нарезанные ломтиками	2 шт.
лук-порей, нарезанный ломтиками	2 шт.
соль и молотый черный перец	
Тесто	
самоподнимающаяся мука	100 г
измельченное нутряное сало	40 г
соль	
вода	

Растопите жир в кастрюле. Обжарьте репчатый лук и мясо до подрумянивания. Добавьте морковь, помидоры, лук-порей и воду, чтобы все ингредиенты были покрыты жидкостью. Готовьте при слабом кипении 30 мин. Приправьте хорошенько солью и перцем и готовьте на слабом огне еще 15 мин. Смешайте муку и нутряное сало с щепоткой соли и холодной водой, чтобы получилось тугое тесто. Раскатайте тесто в пласт и вырежьте круг с диаметром, чуть меньшим диаметра ободка кастрюли. Положите этот круг теста на мясо и овощи. Накройте кастрюлю крышкой и готовьте на медленном огне 1 ч.

Говяжьи фрикадели по-турецки

На 4 порции

рубленая говядина	500 г
репчатый лук, натертый на терке	1 головка
рис	3 ст. л.
соль и молотый черный перец	
мука	2 ст. л.
вода	3/4 л
лимонный сок	1 ст. л.
взбитые яйца	2 шт.
раскрошенные сушеные листья мяты	1 ст. л.

Положите мясо в миску, добавьте репчатый лук, рис и по вкусу соль и перец. Хорошенько промесите смесь. Сформуйте круглые фрикадели величиной с грецкий орех и положите их на вощеную бумагу.

Размешайте в кастрюле муку в небольшом количестве воды, чтобы получилось жидкое тесто. Вмешайте остальную воду и готовьте на медленном огне, непрерывно размешивая. Когда жидкость начнет закипать, поочередно добавьте фрикадели и готовьте, не накрывая крышкой, на среднем огне 45 мин или до тех пор, пока рис внутри фрикаделей не проварится. Снимите кастрюлю с огня.

Добавьте лимонный сок во взбитые яйца и взбивайте еще 1 мин. Постепенно добавьте несколько столовых ложек горячего соуса фрикаделей в яичную смесь и продолжайте взбивать. Затем влейте яичную смесь в фрикадели и хорошенько перемешайте, не ставя кастрюлю на огонь. Переложите содержимое кастрюли в глубокое блюдо, посыпьте сверху мятой и подавайте на стол.

Рубленая говядина со специями и фасолью

Это блюдо готовят на Ближнем Востоке с давних времен. Оно является превосходным холодным легким завтраком и готовится на основе смеси татбила *— рубленого мяса со специями.*

На 6 порций

постная рубленая говядина	750 г
растительное масло	5 ст. л.
лущеная широкая фасоль	1 кг
соль и молотый черный перец	
сушеный тимьян	0,5—1 ч. л.
смесь молотого мускатного ореха, корицы и кайенского перца	1,5 ч. л.
яйца	3 шт.
лимонный сок	1 ст. л.

Смешайте в кастрюле 3 ст. л. растительного масла и 100 мл воды. Добавьте фасоль, посолите и поперчите по вкусу и ароматизируйте тимьяном. Готовьте при слабом кипении, пока фасоль не станет мягкой, добавляя понемножку воду по мере впитывания жидкости. Когда фасоль будет готова, слейте всю оставшуюся в кастрюле жидкость.

Тем временем приготовьте мясную смесь *татбила.* Разогрейте оставшееся растительное масло в глубокой сковороде или гусятнице. Добавьте рубленую говядину в тот момент, когда масло уже прогреется, но еще не станет слишком горячим, иначе мясо станет сухим. Добавьте смесь специй, соль и черный перец по вкусу и достаточно воды, чтобы мясо было покрыто жидкостью. Готовьте при слабом кипении 20—30 мин или до тех пор, пока мясо не будет полностью готово, мягкое и сочное, и не впитает в себя воду и аромат специй.

Добавьте мясную смесь в фасоль и хорошенько перемешайте, разминая слегка фасоль вилкой. Вбейте яйца и непрерывно размешивайте, пока они не коагулируют. Выложите на блюдо и дайте остыть. Попробуйте на вкус и при необходимости добавьте приправ. Подавайте холодным, сбрызнув лимонным соком.

Тушеная говядина с кукурузой по-индейски

На 4—6 порций

рубленая говядина	500 г
сливочное масло	30 г
репчатый лук, мелко нарезанный	1 головка
чеснок, мелко нарезанный	1 долька
сладкий зеленый перец, нарезанный крупными кусочками	1 шт.
зерна сахарной кукурузы, свежеснятые с початка	300 г
спелые помидоры, очищенные от кожицы и нарезанные крупными кусочками	3 шт.
соус Вустер	1 ст. л.
сахар	2 ч. л.
соль	1,5 ч. л.

Растопите сливочное масло в большой сковороде (скиллете), добавьте говядину и обжаривайте ее на сильном огне, пока она не подрумянится. Вмешайте репчатый лук, чеснок и сладкий перец и готовьте примерно 5 мин. Добавьте кукурузу, помидоры и специи. Накройте крышкой и готовьте при слабом кипении примерно 30 мин.

Спагеттини и мясной шар

На 6 порций

говяжий хребтовый край, мелко нарубленный	1,5 кг
репчатый лук, мелко нарезанный	2 головки
оливковое масло	4 ст. л.
слегка взбитые яйца	3 шт.
панировочные сухари	60 г
нарезанная петрушка	2 ст. л.
сыр Пармезан или Асьяго, свеженатертый	125 г
изюм, измельченный	1 ст. л.
соль	2 ч. л.
черный перец, свежеразмолотый	
томатный соус *(стр. 167)*	1/2 л
спагеттини	750 г

Обжаривайте репчатый лук в 1 ст. л. оливкового масла, пока он не станет мягким и желтым, но еще не подрумяненным. Вылейте 1 ст. л. оливкового масла на разделочную доску, положите сверху все мясо и разминайте его руками, пока оно не станет мягким и податливым. Добавьте взбитые яйца, панировочные сухари, петрушку и половину сыра, хорошенько разминая смесь руками. Затем добавьте обжаренный лук, изюм, соль и обильное количество перца. Промесите все как можно лучше и сформуйте смесь в большой прочный шар. Для сглаживания выступающих частей похлопайте по нему ладонями.

Влейте оставшиеся 2 ст. л. оливкового масла в большую гусятницу. Подрумяньте мясной шар на слабом огне, поворачивая его так, чтобы вся поверхность шара покрылась плотной румяной корочкой. Разогрейте томатный соус и полейте им мясо. Накройте гусятницу крышкой и готовьте в духовке при 180 °С около 1 ч или до тех пор, пока оно не пропечется насквозь. Через каждые 10 мин поливайте мясо соусом.

Положите мясной шар на теплое блюдо. Сварите спагеттини, слейте и подавайте в прогретых суповых чашках, полив сверху каждую порцию несколькими ложками соуса, в котором готовилось мясо. Вместе с макаронами подайте на стол оставшийся сыр и мясной шар на блюде. Разрежьте мясо прямо на столе и подайте к нему в соуснике оставшийся соус.

Говядина, запеченная с баклажанами под соусом из йогурта

На 6—8 порций

постная рубленая говядина	750 г
баклажаны, очищенные от кожицы и нарезанные кружочками толщиной 1 см	1 кг
соль	
сливочное масло	75 г
репчатый лук, натертый на терке и откинутый на сито	1 головка
томатное пюре или 3 помидора, очищенные от кожицы и семян и нарубленные маленькими кусочками	100 мл
петрушка, нарезанная	2—3 ст. л.
черный перец, свежеразмолотый	
молотая корица	
растительное масло	150 мл
яйца	3 шт.
йогурт, взбитый в однородную массу	450 мл
тертый сыр, такой как *кефалотири*, Пармезан или Грийер	60 г
тертый мускатный орех	

Посолите ломтики баклажана и дайте им стечь в дуршлаге 30 мин. Подрумяньте мясо в 60 г сливочного масла вместе с репчатым луком. Добавьте помидоры, петрушку, соль и перец по вкусу и 2 щепотки корицы. Готовьте при слабом кипении до тех пор, пока вся жидкость не испарится. Дайте остыть.

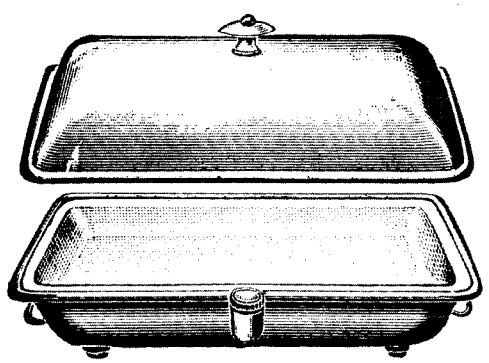
Прополощите ломтики баклажана в воде, аккуратно отожмите и промокните насухо бумажными салфетками.

Разогрейте растительное масло в сковороде и обжаривайте баклажаны до тех пор, пока они не подрумянятся с обеих сторон. Дайте стечь и поставьте в сторонку.

Тщательно взбейте яйца. Медленно вмешайте йогурт. Затем вмешайте сыр. Приправьте солью, перцем и мускатным орехом.

Прогрейте духовку до 190 °С.

Уложите половину ломтиков баклажана в один слой на дно смазанной сливочным маслом формы, покройте слоем приготовленного мяса и заключительным слоем ломтиков баклажана. Полейте сверху соусом и в завершение оставшимся сливочным маслом. Выпекайте в духовке 45 мин или до тех пор, пока верх не поднимется и не станет золотисто-коричневым.



Фрикадели по-боснийски с йогуртом

На 4 порции

рубленая говядина	500 г
нашинкованная головка репчатого лука	1 шт.
яйца, одно — слегка взбитое	4 шт.
панировочные сухари	60 г
соль и свежеразмолотый черный перец	
мука	
сливочное масло	45 г
натуральный йогурт, взбитый в однородную массу	350 мл
семена тмина, мелко размолотые	1,5 ст. л.

Прогрейте духовку до 180 °С. Соедините в миске говядину, репчатый лук, взбитое яйцо, панировочные сухари, соль и перец. Тщательно промесите и сформуйте смесь в 12 небольших шариков. Обваляйте фрикадели в муке, затем обжарьте их в сковороде в сливочном масле. Дайте стечь, затем положите в смазанную сливочным маслом форму и готовьте в духовке 30 мин.

Тщательно взбейте оставшиеся 3 яйца и медленно вмешайте в них йогурт. Добавьте семя тмина. Приправьте солью и перцем. Полейте смесью фрикадели и продолжайте запекать в духовке, пока яично-йогуртная смесь не пропечется.

Макароны с говядиной и баклажанами

Если вы не сможете купить макароны *мостачиоли*, вы можете использовать вместо них ригатони.

На 6 порций

говяжий щуп	1 кг
оливковое масло	100 мл
ломтики ветчины *прошютто*, нарубленные маленькими кусочками	4 шт.
белый репчатый лук, нашинкованный	2 головки
белое вино	1/4 л
помидоры, очищенные от кожицы и семян и нарезанные кубиками	1 кг
соль	1,25 ч. л.
черный перец, свежеразмолотый	
сливочное масло	2 ст. л.
грибы, нарезанные ломтиками	5 шт.
куриные печенки, нарубленные кусочками	4 шт.
макароны *мостачиоли* или *ригатони*	500 г
баклажаны, очищенные от кожицы и нарезанные мелкой соломкой	750 г
сыр Пармезан, тертый	30 г

Разогрейте 2 ст. л. растительного масла в большой глубокой гусятнице; вмешайте рубленую ветчину и репчатый лук и обжарьте до мягкости. Добавьте говядину и подрумяньте ее на сильном огне; убавьте огонь, добавьте вино и готовьте без крышки, помешивая лук с ветчиной и переворачивая мясо, пока вино не испарится. Вмешайте помидоры и приправьте 1 ч. л. соли и свежеразмолотым черным перцем. Накройте крышкой и готовьте при слабом кипении 2 ч или до тех пор, пока мясо не станет мягким, часто перемешивая ветчинно-овощную смесь и периодически поливая мясо.

Растопите сливочное масло в большой кастрюле и обжаривайте грибы и куриную печенку 5 мин; посыпьте 1/4 ч. л. соли, перемешайте и держите в тепле. Переложите мясо из гусятницы в другую посуду, процедите через сито соус и снимите с него жир. Нарежьте говядину кубиками и добавьте их вместе с соусом в печеночно-грибную смесь; хорошенько перемешайте. Сварите макароны, слейте и выложите в горячую миску.

Обжаривайте баклажанную соломку в оставшемся оливковом масле до тех пор, пока она не станет мягкой и слегка не подрумянится. Посыпьте макароны сыром Пармезан; перемешайте. Добавьте половину соуса и еще раз аккуратно и тщательно перемешайте. Подавайте в прогретых суповых чашках, украсив сверху каждую порцию баклажанной соломкой. Поставьте оставшийся соус и тертый сыр на стол.

Говядина с перцем чили по-техасски

Летучие масла жгучего перца чили могут вызвать у вас ощущение жжения и боли в местах контакта с вашей кожей: по возможности надевайте резиновые перчатки при обработке этого перца и старайтесь не трогать руками лицо.

На 6—8 порций

постный, отделенный от костей говяжий хребтовый край или край оленины, зачищенный от лишнего жира, нарезанный ломтиками толщиной 1 см и затем кубиками со стороной 1 см	1,5 кг
стручки сушеного перца *чили анчос*, каждый длиной около 5 см	6 шт.
стручки сушеного жгучего красного перца чили, каждый длиной около 5 см	8 шт.
кипяток	900 мл
топленое говяжье нутряное сало	4 ст. л.
мелко раскрошенные лавровые листы средней величины	3 шт.
семена тмина	1 ст. л.
чеснок, крупно нарезанный	2 ст. л.
сушеная душица	4 ч. л.
паприка	3 ст. л.
сахар	1 ст. л.
соль	1 ст. л.
желтая кукурузная мука крупного помола	3 ст. л.
кайенский перец (не обязательно)	1 ч. л.
пятнистая фасоль, свежесваренная	350 г
длиннозерный полированный рис, свежесваренный	750 г

Удалите под струей воды плодоножки у всех стручков перца. Разорвите стручки пополам и удалите семена. Срежьте маленьким острым ножом все выступающие ребра на внутренней поверхности стручков. Раскрошите стручки крупными кусочками, сложите в миску и залейте кипятком. Дайте постоять по меньшей мере 30 мин, процедите в миску жидкость через сито и зарезервируйте ее. Поставьте перец в сторонку.

Разогрейте топленое нутряное сало в большой гусятнице емкостью 6—8 л. Добавьте кубики говядины или оленины и, непрерывно размешивая, готовьте на среднем огне, пока кусочки мяса не стянутся, оставаясь не подрумяненными. Добавьте 0,5 л зарезервированной жидкости из-под перца и доведите ее до кипения на сильном огне. Положите лавровый лист и убавьте огонь. Накройте крышкой, оставив небольшую щель, и готовьте при слабом кипении 1 ч, время от времени перемешивая мясо.

Тем временем положите семя тмина в не смазанную жиром небольшую сковороду или скиллет и обжаривайте семя на слабом огне 10 мин, периодически встряхивая сковороду назад-вперед. Пересыпьте семя в электрический блендер и растирайте на высоких оборотах 30 с. Выключите блендер, добавьте чили анчос и жгучий перец чили, остальную жидкость из-под перца, душицу, чеснок, паприку, сахар и соль и растирайте снова на высоких оборотах, пока все ингредиенты не превратятся в однородную пюреобразную массу.

Когда мясо простоит на огне предписанное время, вмешайте в него перечное пюре. Готовьте при слабом кипении и не полностью закрытой крышке 30 мин. Затем, непрерывно размешивая, всыпьте тонкой струйкой кукурузную муку и готовьте на сильном огне, пока перечно-мясная смесь не закипит и слегка не загустится. Попробуйте блюдо на вкус и при необходимости добавьте кайенский перец.

Подавайте блюдо прямо из гусятницы либо переложите его в прогретую супницу или большую миску. Положите пятнистую фасоль и рис в отдельные миски и подавайте вместе с перечно-мясной смесью.

Говяжья грудинка с фасолью

На 6 порций

говяжья грудинка	1,5 кг
фасоль, замоченная на ночь в холодной воде	250 г
засоленная свинина	125 г
вода	2 л
соль и молотый черный перец	
топленый говяжий жира или растительное масло	4 ст. л.
маринованный репчатый лук	6 головок
кипяток	100 мл
чеснок	1 долька
морковь	1 шт.
лавровый лист	1/2 шт.
черный перец	6 горошин
петрушка, нарезанная	1 ст. л.
копченая колбаса	150 г

Слейте фасоль и положите ее вместе со свининой в кастрюлю с водой; накройте крышкой и готовьте на медленном огне 1,5 ч.

Натрите грудинку солью и перцем и обжаривайте в растопленном жиру вместе с репчатым луком в большой гусятнице до тех пор, пока мясо хорошенько не подрумянится. Добавьте кипяток, чеснок, морковь, лавровый лист и черный перец горошком. Накройте крышкой и готовьте на медленном огне 1,5 ч. Выньте говядину из гусятницы и нарежьте ломтиками. Зарезервируйте жидкость, в которой готовилась говядина, для использования в качестве бульона.

Слейте фасоль и свинину, сохранив воду, в которой они отваривались, и нарежьте свинину ломтиками. Покройте дно гусятницы, в которой готовилась говядина, половиной фасоли. Положите половину ломтиков говядины и свинины на фасоль вместе с репчатым луком, морковью и петрушкой. Добавьте остальную фасоль и мясо аналогичным образом.

Погрузите наполовину колбасу в фасоль и положите на поверхность дольку чеснока, чтобы ее можно было

легко удалить, когда блюдо будет готово. Приправьте отвар из-под фасоли солью и перцем и влейте в гусятницу столько, чтобы все ингредиенты покрылись жидкостью. Накройте плотно прилегающей крышкой и готовьте в духовке при 170 °С 2 ч или до тех пор, пока фасоль и мясо не станут совершенно мягкими.

Тушеная говядина с перцем чили по-мексикански

Существует много различных модификаций тушеной говядины с перцем чили и одна из наиболее значительных и приемлемых заключается в использовании зеленых помидоров летом и осенью. В сущности, идеальная говядина с перцем чили готовится именно с зелеными помидорами, а не со спелыми, так как зеленые помидоры придают блюду своеобразную пикантность и шарм. Если помидоры совсем зеленые, используйте целую дюжину и шинкуйте их помельче, однако позже — в сезон, когда они крупнее и спелее, ошпаривайте водой, снимайте кожицу и нарезайте тонкими ломтиками.

На 6 порций

постный говяжий щуп или ссек, нарезанный кубиками со стороной 1 см	1,5 кг
измельченное говяжье нутряное сало	60 г
головки репчатого лука средней величины, нарезанные тонкими колечками	4 или 5 шт.
помидоры, очищенные от кожицы и разрезанные на 4 части каждый	6 шт.
кипяток	1/4 л
чеснок	2 дольки
сухие хлебные корки от трех или четырех ломтиков хлеба	12—16 шт.
порошок чили	1—3 ст. л.
яблочный или красный винный уксус	1 ст. л.
коричневый сахар	1 ст. л.
соль	

Растопите нутряное сало в сковороде, вмешайте репчатый лук и обжарьте его до золотисто-коричневого цвета. Переложите лук в другую посуду и положите в сковороду кусочки мяса. Подрумяньте их быстро на сильном огне, чтобы сохранить внутренние соки, переложите в отдельную посуду и держите в тепле. Соедините в большом сотейнике жир, оставшийся в сковороде, репчатый лук, помидоры и кипяток. Натрите чесноком хлебные корки и, когда смесь в гусятнице начнет закипать, погрузите их на несколько минут в горячий соус.

Теперь и только теперь добавьте говядину и приправьте порошком чили в соответствии со своим вкусом. Тушите смесь на медленном огне 30 мин, затем вмешайте уксус и коричневый сахар и посолите по вкусу. Не доводите мясо до распада на волокна, проверяйте периодически степень готовности и снимите гусятницу с огня, как только мясо станет мягким. Подавайте на стол сразу же.

Бифштекс по-татарски

На 2 порции

говяжья вырезка, мякоть щупа или кострец, молотые или очень мелко нарубленные	250 г
яичные желтки	2 шт.
соль	2 ст. л.
черный перец, свежеразмолотый	2 ст. л.
каперсы (дайте полностью стечь)	2 ст. л.
репчатый лук, мелко нарезанный	2 ст. л.
петрушка, мелко нарезанная	2 ст. л.
филе анчоусов (дайте полностью стечь)	8 шт.

Традиционно говядину для бифштекса по-татарски очень мелко рубят ножом или пропускают через мясорубку и затем как можно быстрее подают на стол. Сформуйте из говядины две высокие лепешки и положите каждую на середину отдельного сервировочного блюда. Сделайте углубление в центре каждой лепешки и осторожно опустите туда яичный желток.

Подайте на стол соль, черный перец, каперсы, репчатый лук, петрушку и филе анчоусов в небольших отдельных соусниках. Затем говядину и другие ингредиенты смешивают за столом по индивидуальному вкусу. К этому блюду подавайте черный ржаной хлеб и сливочное масло.



Мясной хлеб мисс Дэниел

На 6—8 порций

рубленая говядина	500 г
рубленая свинина	250 г
рубленая телятина	250 г
репчатый лук, мелко нарезанный	2 ст. л.
свежие хлебные крошки	60 г
молоко или вода	150—200 мл
соль	2 ч. л.
черный перец, молотый	1/8 ч. л.
яйцо, слегка взбитое	1 шт.
тонкие ломтики бекона	4 шт.
томатный соус *(стр. 167)*	

Смешайте говядину, свинину и телятину с репчатым луком, хлебными крошками, молоком, специями и яйцом. Сформуйте смесь в батон или рулет и положите в неглубокую жаровню. Поперек продольной оси хлеба положите сверху ломтики бекона. Выпекайте в духовке при 180 °С 1 ч. Подавайте горячим с томатным соусом.

Говяжий мясной хлеб, рецепт Луиса де Гюи

На 8 порций

постная говядина, крупно нарубленная	1,5 кг
говяжье нутряное сало, мелко нарубленное	3 ст. л.
головки репчатого лука средней величины, мелко нарезанные	2 шт.
большие спелые помидоры, очищенные от кожицы и семян	2 шт.
грибы, крупно нарубленные	250 г
сливочное масло	60 г
свежая молодая стручковая фасоль, разрезанная в длину и нарезанная затем крупными поперечными кусочками	500 г
небольшие нежные черешки сельдерея с кусочками листьев, нарезанные тонкими ломтиками	6 шт.
небольшая морковь, натертая на крупной терке	2 шт.
чеснок, растолченный	1 долька
петрушка, мелко нарезанная	2 ст. л.
лук-скорода, нарезанный	1 ст. л.
соль и свежеразмолотый черный перец	
листики тимьяна	
сухая горчица	1/2 ч. л.
соус Табаско	1/4 ч. л.
китайский соевый соус	5 ст. л.
крупные яйца, белки и желтки отдельно	2 шт.
молоко	100 мл
очень тонкие ломтики бекона	5 или 6 шт.
мука	1 ст. л.
жеруха	1 пучок

Растопите в чугунной сковороде нутряное сало и слегка подрумяньте в нем репчатый лук. Добавьте помидоры, разминая их мякоть. В отдельной сковороде в течение 4—5 мин обжаривайте на слабом огне грибы в 40 г сливочного масла, непрерывно помешивая.

Положите репчатый лук, помидоры, грибы, фасоль, сельдерей и морковь в миску. Добавьте чеснок, петрушку, лук-скороду и говядину и аккуратно смешивайте ингредиенты деревянной лопаточкой, переворачивая их снизу вверх, пока они полностью не перемешаются. Приправьте солью, перцем, большой щепоткой листиков тимьяна (пожалуйста, не порошковым тимьяном), сухой горчицей, соусом Табаско и соевым соусом. Поставьте смесь в сторонку.

Взбейте слегка яичные желтки с холодным молоком и добавьте их в смесь. Подготовьте жаростойкую форму или любую другую подходящую посуду с плотно закрывающейся крышкой, выстлав дно и боковые стенки ломтиками бекона. Наконец, взбейте яичные белки в плотную (но не сухую) пену и вмешайте их аккуратно в смесь.

Идеальным устройством для выпечки мясного хлеба является большая чугунная кастрюля, в которой может уместиться форма вместе с ее крышкой. В другом варианте накройте крышкой форму и поставьте ее в посуду с кипящей водой, установленную в горячей духовке, прогретой до 200 °С, доливая воду по мере ее выкипания. Готовьте примерно 2 ч, снизив температуру в духовке до 180 °С через 20 мин после начала выпечки.

Тем временем приготовьте смесь *ру*, слегка подрумянив на слабом огне муку в оставшемся сливочном масле.

Когда вы снимете крышку с формы, вы обнаружите, что мясной хлеб уменьшился в объеме и почти что плавает в море восхитительного ароматного соуса. Осторожно слейте соус в кастрюлю; снимите весь жир, за исключением двух столовых ложек, и загустите соус смесью *ру*. Переложите мясной хлеб на жаростойкое сервировочное блюдо и снимите со стенок формы все прилипшие к ним кусочки бекона, переложив их на хлеб. Поставьте мясной хлеб на блюде в очень горячую духовку, прогретую до 220—230 °С, или под тэны гриля и, не пересушивая, быстро подрумяньте поверхность хлеба. В это же время бекон станет хрустящим.

Подавайте на горячем блюде, украсив мясной хлеб глазурью соуса и веточками жерухи. Перелейте соус, которого у вас будет в изобилии, в прогретый соусник.

Хаш из говядины

На 6 порций

вареная говяжья грудинка или ссек, нарезанные крупными кусочками	1 кг
несоленое сливочное масло	30 г
растительное масло	2 ст. л.
сладкий зеленый перец, очищенный от семян и нарезанный кусочками	2 шт.
репчатый лук, мелко нарезанный	1 головка
чеснок, измельченный	1 долька
большие помидоры, очищенные от кожицы и семян и нарезанные кусочками	4 шт.
лавровый лист	1 шт.
гвоздика, молотая	1/4 ч. л.
соль и свежеразмолотый черный перец	
белый уксус	1 ст. л.

Разогрейте сливочное и растительное масло в большой сковороде, добавьте сладкий перец, репчатый лук и чеснок и обжаривайте до тех пор, пока лук слегка не подрумянится. Добавьте помидоры, лавровый лист, гвоздику, соль и молотый перец и обжаривайте на слабом огне около 10 мин. Добавьте уксус и вареную говядину и готовьте, пока мясо не прогреется насквозь.

На Кубе это традиционное блюдо подают с вареным полированным рисом, черной фасолью, жареными бананами и жареными во фритюре яйцами.

Жареная говядина а ля лионез

На 4 порции

остатки вареной и тушеной говядины, нарезанные тонкими ломтиками	1 кг
сливочное масло	30 г
растительное масло	1 ст. л.
соль и молотый черный перец	
репчатый лук, нарезанный толстыми ломтиками	4 головки
чеснок, измельченный	1 долька
душистые травы	1 пучок
уксус	2 ст. л.
петрушка, нарезанная	1 ст. л.

Обжарьте слегка говядину на сковороде в смеси из растительного и 15 г сливочного масла. Приправьте солью и перцем. Поставьте сковороду с мясом в сторонку и сохраняйте его теплым, пока обжариваете в отдельной сковороде на медленном огне в оставшемся сливочном масле репчатый лук, чеснок и пучок душистых трав. Когда репчатый лук подрумянится, добавьте его в говядину. Готовьте говядину с луком на слабом огне 10 мин, два раза перемешав, и в заключение приправьте блюдо уксусом и посыпьте нарезанной петрушкой.

В это блюдо могут быть добавлены и другие ингредиенты: тушеные помидоры, жареный сладкий перец или и то, и другое вместе с жареным картофелем. Новые ингредиенты добавляют в конце приготовления. Термин «а ля лионез» в этом случае исчезает из названия блюда.

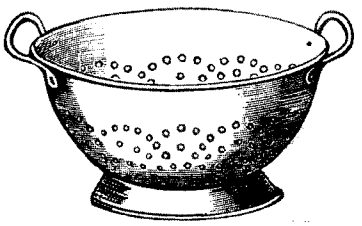
Хаш из говяжьей солонины

На 6—8 порций

холодная вареная или тушеная говяжья солонина, нарезанная крупными кусочками	1 кг
холодные вареные картофелины средней величины, нарезанные крупными кусками	4—6 шт.
репчатый лук, мелко нарезанный	1 головка
черный перец, свежеразмолотый	
мускатный орех, тертый	1/4 ч. л.
сливочное масло или говяжий топленый жир	60—90 г
двойные сливки (не обязательно)	100 мл

Соедините картофель и репчатый лук с мясом и хорошенько приправьте черным перцем и мускатным орехом. Тщательно перемешайте и дайте смеси постоять несколько часов или всю ночь в холодильнике. Перед жарением растопите сливочное масло или говяжий жир в сковороде (скиллете), чтобы дно было покрыто слоем жира. Добавьте хаш и довольно плотно придавите его ко дну. Когда на нижней стороне начнет образовываться корочка, переверните хаш лопаточкой так, чтобы основная часть этой корочки оказалась наверху. В этот момент многие добавляют двойные сливки или немного кипятка, чтобы ускорить образование поджаристой корочки на нижней стороне смеси. Я предпочитаю готовить хаш медленно, несколько раз его переворачивая, чтобы корочка получилась потолще. Когда хаш хорошо поджарится, отделите его лопаточкой от сковороды, сложите вдвое и переложите на блюдо. Хаш может быть подан с вареными яйцами, жареным хлебом и соусом чили.

Красный хаш, столь любимый жителями Новой Англии,— это хаш из говяжьей солонины, в который перед обжариванием добавлена по вкусу нарезанная крупными кусочками вареная столовая свекла.



Говяжий хаш с хрустящей корочкой

На 4—6 порций

остатки вареной говядины, нарезанные кусочками или кубиками	500 г
сливочное масло или лярд	60 г
репчатый лук, нашинкованный	2 головки
помидоры, очищенные от кожицы и семян и нарезанные мелкими кусочками	2 шт.
говяжий бульон	300 мл
мука, смешанная с небольшим количеством холодной воды	1 ст. л.
соль и молотый черный перец	
тертый мускатный орех	
петрушка, нарезанная	2 ст. л.
чеснок, измельченный (не обязательно)	1 ч. л.
панировочные сухари	3 ст. л.
сливочное масло, растопленное	30 г

Разогрейте сливочное масло или лярд в кастрюле на слабом огне и добавьте репчатый лук. Когда лук слегка подрумянится, добавьте помидоры и готовьте смесь, пока лук не станет мягким. Добавьте бульон и загустите соус смешанной с водой мукой. Дайте покипеть 2—3 мин, затем убавьте огонь и добавьте говядину. Приправьте солью, перцем, мускатным орехом, петрушкой и, по желанию, чесноком. Переложите хаш на смазанную сливочным маслом тарелку гриля и придайте смеси куполообразную форму. Посыпьте панировочными сухарями, увлажните растопленным сливочным маслом и подрумяньте под тэнами гриля.

Говядина тушеная с репчатым луком

На 4 порции

остатки вареной говядины, нарезанные тонкой соломкой	500 г
сливочное масло	60 г
белый репчатый лук, нарезанный колечками	300 г
петрушка, нарезанная	6 ст. л.
лавровый лист	1/2 шт.
тимьян	1 веточка
красный винный уксус	1—2 ч. л.
столовая горчица (не обязательно)	1 ст. л.

Растопите сливочное масло в неглубокой гусятнице и обжарьте в нем на слабом огне репчатый лук до золотистого цвета. Не позволяйте луку подрумяниваться. Затем добавьте мясную соломку, петрушку, лавровый лист и тимьян. Увлажните небольшим количеством воды и сбрызните уксусом. Если хотите, можете также добавить горчицу для придания мясу остроты. Накройте крышкой и готовьте при слабом кипении 3—4 ч. Подавайте прямо из гусятницы.



Тушеная говядина Сент-Оноре

На 4 порции

остатки вареной говядины, нарезанные очень тонкими ломтиками	500 г
петрушка, нарезанная	2 ст. л.
эстрагон, нарезанный	2 ч. л.
лук-батун, нарезанный ломтиками	150 г
кервель, нарезанный	1 ч. л.
каперсы	60 г
говяжий бульон	400 мл

Смешайте петрушку, эстрагон, репчатый лук, кервель и каперсы. Положите половину этой смеси в неглубокую жаростойкую посуду. Влейте половину бульона. На верх смеси уложите ломтики говядины. Добавьте вторую половину смеси и оставшийся бульон, накройте крышкой и готовьте в духовке при 180 °С 30—40 мин.

Кэрри из холодного мяса

На 4 порции

вареная говядина или баранина (предпочтительно не полностью проваренная), нарезанная кубиками со стороной 1 см	500 г
ги или другой жир	15 г
репчатый лук, нашинкованный	2 ст. л.
чеснок, мелко нарезанный	1/2 ч. л.
свежий или маринованный перец чили, разрезанный в длину на две части каждый	3 стручка
свежий или маринованный имбирь, мелко нарезанный	1/2 ч. л.
куркума, молотая	2 ч. л.
красный перец чили, свежеразмолотый	1/4 ч. л.
соль	
лимонный сок	

Разогрейте *ги* в сотейнике и добавьте репчатый лук, чеснок, половинки стручков перца чили и имбирь. Обжаривайте до тех пор, пока лук не станет мягким, но не подрумянивайте его. Затем добавьте куркуму и молотый перец чили. Хорошенько перемешайте, подержите на слабом огне 2—3 мин и добавьте мясо. Аккуратно перемешайте всю смесь и держите на огне, пока мясо не прогреется насквозь. Добавьте соль и лимонный сок по вкусу.

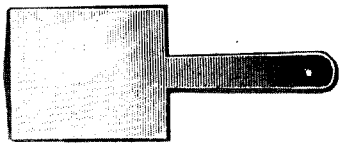
Говядина с баклажанами и помидорами

На 4—6 порций

вареная говядина, нарезанная ломтиками толщиной 1 см	750 г
репчатый лук, нарезанный тонкими колечками	2 головки
оливковое масло	4—5 ст. л.
баклажаны, очищенные от кожицы и нарезанные тонкими кружочками	3 или 4 шт.
помидоры, очищенные от кожицы и семян и нарезанные кружочками	600—750 г
большие сладкие красные перцы, обожженные в гриле, очищенные от кожицы и нарезанные соломкой	4 шт.
соль и молотый черный перец	
петрушка, нарезанная	1 ст. л.
небольшая долька чеснока, нарезанная маленькими кусочками	1 шт.

Уложите ломтики говядины на жаростойкое блюдо. Положите репчатый лук в сковороду с оливковым маслом и обжаривайте на слабом огне, пока он не начнет размягчаться. Добавьте баклажаны и обжаривайте 7—8 мин на

среднем огне. Добавьте помидоры и сладкий перец. Приправьте солью, перцем, петрушкой и чесноком. Готовьте при слабом кипении 18—20 мин. Полейте этим соусом ломтики говядины и поставьте ее на 10 мин в духовку, прогретую до 180 °С.



«Дьявольская» говядина

На 4 порции

вареная или тушеная говядина, разрезанная на четыре толстых ломтика	1 кг
соль	1 ч. л.
растительное масло	6 ст. л.
черный перец, молотый	2—3 ст. л.
дижонская горчица	2 ст. л.
панировочные сухари	
небольшая веточка петрушки	1 шт.

Пикантный соус

уксус	4—5 ст. л.
шалот, нашинкованный	4 шт.
крепкий бульон из говядины или телятины	1/2 л
мука, размешанная с небольшим количеством бульона из говядины или телятины	1 ст. л.
черный перец, молотый	
петрушка, нарезанная	1 ст. л.

Для приготовления соуса соедините уксус с шалотом в кастрюле и кипятите смесь, пока от уксуса не останется примерно 1 ст. л. жидкости. Добавьте бульон и загустите мучной смесью. Готовьте при слабом кипении 12—15 мин, удалите жир и приправьте щепоткой перца и нарезанной петрушкой.

Зачистите ломтики говядины, оставив на них немного жира. Посолите и обваляйте в оливковом масле, смешанном с перцем и горчицей. Вкус перца должен немного превалировать. Покройте каждый ломтик говядины панировочными сухарями, положите мясо в прогретую тарелку гриля и обжаривайте при невысокой температуре. Увлажняйте мясо оливковым маслом, используя веточку петрушки в качестве кисточки. Когда ломтики хорошенько прогреются и слегка подрумянятся, переверните их на другую сторону, увлажните оливковым маслом и продолжайте обжаривать в гриле, пока не подрумянится вторая сторона мяса. Переложите ломтики говядины на теплое блюдо, в которое предварительно влейте немного пикантного соуса. Перелейте остальной соус в соусник и подавайте вместе с мясом.

Вареная говядина в горшочке

На 4—6 порций

вареная говядина, нарезанная маленькими кусочками	1 кг
тонкие ломтики соленого бекона с прожилками сала, нарезанные кубиками	6 шт.
сушеный тимьян	1 ч. л.
лавровый лист, раскрошенный	1 шт.
картофель, нарезанный тонкими ломтиками	1 кг
репчатый лук, нарезанный колечками	500 г
соль и молотый черный перец	
белое вино	150—200 мл

Положите часть кусочков бекона, посыпанных измельченным тимьяном и лавровым листом, на дно жаростойкого горшка. Затем положите сверху слой кусочков вареной говядины, слой ломтиков картофеля и слой репчатого лука. Приправьте солью и перцем и повторяйте укладку слоев, снова начиная с бекона и трав, пока не заполните горшок. Заканчивайте слоем бекона. Добавьте белое вино и готовьте в духовке при 150 °С 1—2 ч или больше, если горшок большой; вы никогда не сможете передержать это блюдо в духовке. Подавайте на стол очень горячим.

Говядина «инки-пинки»

Мег Додз, работая над книгой в начале XIX столетия, не считала необходимым указывать количества ингредиентов для рецепта этого блюда из остатков говядины. Приведенные ниже рекомендации являются предположительными. Используемые в рецепте гренки — это небольшие кусочки жареного хлеба, похожие на крутоны.

На 2—3 порции

ростбиф	250 г
вареная морковь	125 г
репчатый лук	1 головка
говяжья подлива или бульон	300 мл
уксус	
соль и молотый черный перец	
мука	1 ст. л.
гренки из обжаренного в масле хлеба	

Нарежьте ломтиками вареную морковь; затем нарежьте ломтиками холодный ростбиф, срезая с него внешний слой и пленки. Положите репчатый лук в хорошую подливу (сваренную из костей ростбифа, если вам нравится) и дайте мясу и моркови покипеть в этой подливе на слабом огне. Добавьте уксус, перец и соль. Загустите подливу мукой. Удалите лук и подавайте кушанье горячим с гренками.

Овощное рагу

Обычно считается, что овощное рагу готовят только из жареных остатков овощей — наиболее часто из картофеля с кочанной или брюссельской капустой. Однако в оригинале это блюдо всегда включало вареную говядину (либо свежую, либо солонину). Этот вариант блюда взят из рукописной семейной кулинарной книги, датированной 1847 годом.

На 4 порции

холодная вареная говядина, предпочтительно слегка непроваренная, нарезанная кубиками со стороной 3 мм	500 г
капуста	1 кочан
репчатый лук	1 головка
морковь	1 шт.
сливочное масло	60 г
говяжий бульон	100 мл
соль и молотый черный перец	

Отварите капусту, репчатый лук и морковь так, чтобы они стали мягкими, но не разваренными. Дайте хорошенько стечь и мелко нарубите. Растопите сливочное масло в сотейнике и разогрейте в нем говядину, стараясь ее не пересушивать. Переложите мясо в другую посуду и положите в сотейник овощи. Готовьте их в сливочном масле, увлажнив небольшим количеством бульона, пока они не станут очень горячими. Добавьте соль и перец и подавайте овощи с мясом в неглубоком блюде, полив их дополнительно небольшим количеством бульона.

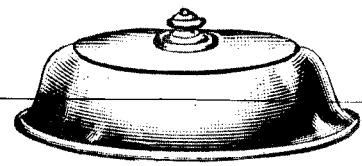
Вареная говядина под корочкой гратена

На 4—6 порций

остатки вареной говядины, нарезанные ломтиками толщиной 5 мм	500 г
бульон из говядины или телятины	100 мл
белое вино	4 ст. л.
шалот, нашинкованный	2 или 3 шт.
крупные головки репчатого лука, нашинкованные	2 шт.
сливочное масло	60 г
грибы, нашинкованные	125 г
мука	1 ст. л.
петрушка, нарезанная	1 ст. л.
хлебные крошки	75 г

Обрежьте ломтики говядины так, чтобы они имели одинаковый размер и форму, и уложите их симметрично в неглубокое жаростойкое блюдо или гусятницу. Увлажните мясо 4 ст. л. бульона и всем белым вином. Накройте крышкой и поставьте на очень слабый огонь.

Обжарьте шалот и репчатый лук в сливочном масле в кастрюле; когда лук подрумянится, добавьте грибы. Через несколько минут посыпьте смесь мукой и увлажните оставшимся бульоном; соус должен получиться довольно густым. Готовьте 10 мин. Когда говядина разогреется (примерно через 15 мин), полейте ее соусом, затем посыпьте хлебными крошками. Поставьте в духовку, прогретую до 170 °С, на 15 мин. Подавайте в том же блюде.



Соте из говядины «Пер Гаспар»

Это блюдо обычно готовят из говядины оставшейся от пот о фе. Чтобы обжарить каштаны, сделайте в основании каждого небольшой надрез, положите в горячую духовку, прогретую до 200 °С, и держите их там 20 мин или пока не лопнет кожура.

На 4 порции

холодная вареная говядина, нарезанная кубиками со стороной 3 см	500 г
сливочное масло или лярд	30 г
репчатый лук, нарезанный кубиками	100 г
мука	2 ст. л.
сидр	1/2 л
бульон из говядины или телятины	5 ст. л.
соль и молотый черный перец	
пучок душистых трав, составленный из петрушки, сельдерея, тимьяна и лаврового листа	
чеснок, растолченный	1 долька
крупные каштаны, обжаренные и очищенные от кожуры	48 шт.

Растопите сливочное масло или лярд в сотейнике и обжаривайте репчатый лук, пока он не станет мягким. Добавьте кусочки мяса. Когда они хорошенько подрумянятся со всех сторон, переложите их в другую посуду и добавьте в сотейник муку. Слегка обжарив муку, добавьте сидр и бульон, размешайте и приправьте солью и перцем. Добавьте пучок душистых трав и чеснок и готовьте 10 мин. Положите каштаны в сотейник. Готовьте без крышки 40 мин, время от времени помешивая, однако стараясь не повредить каштаны. Положите кусочки говядины в сотейник, накройте крышкой и готовьте в духовке при 180 °С 20 мин. Выньте пучок душистых трав и подавайте соте в большом глубоком блюде.

Кэрри из рубленой говядины с салатом-латуком

На 2—3 порции

вареная или тушеная говядина, зачищенная от жира и затем мелко нарубленная	250 г
небольшая головка репчатого лука, мелко нарезанная	1 шт.
чеснок, мелко нарезанный	1 долька
ги или другой жир	15 г
молотый кориандр	2 ч. л.
молотая куркума	1 ч. л.
перец чили, имбирь и тмин, молотые	по 1/2 ч. л.
пажитник, молотый	1/4 ч. л.
небольшой салат-латук, нарезанный крупными кусочками	1 шт.
соль	

Обжарьте слегка репчатый лук и чеснок в *ги*. Добавьте специи и тщательно перемешайте. Обжаривайте еще 2—3 мин, затем добавьте салат-латук. Готовьте на медленном огне примерно 10 мин. Добавьте мясо и по вкусу соль; когда мясо прогреется насквозь, блюдо готово.

Кабачки с рубленым мясом

На 4 порции

говядина, рубленая	250 г
кабачки, очищенные и разрезанные поперек на 4 части каждый	1 кг
репчатый лук, натертый на терке	2 головки
сливочное масло	30 г
помидоры, нарезанные кружочками	2 шт.
сладкий зеленый перец, очищенный от семян и нарезанный кусочками	1 шт.
укроп, нарезанный	4 ст. л.
свежие листики мяты, нарезанные крупными кусочками	4 ст. л.
соль и молотый черный перец	
кайенский перец	
бульон из телятины или курицы	100 мл

Отварите кабачки в кипящей воде в течение 3 мин. Дайте стечь и положите в один слой в неглубокий сотейник. Обжаривайте мясо и репчатый лук в сливочном масле на среднем огне, непрерывно помешивая, 5 мин. Добавьте помидоры и сладкий перец и обжаривайте еще 5 мин. Снимите смесь с огня и разложите ее на кабачки. Посыпьте сверху укропом и листиками мяты. Добавьте бульон. Накройте крышкой и готовьте на среднем огне 30—35 мин. Подавайте кабачки горячими с яичной лапшой.

Телятина

Маринованная телятина

В оригинале рецепта (1651) телятину жарили на вертеле. Вариант внизу адаптирован к жарению в духовке. Подробные инструкции по шпигованию мяса свиным салом приведены на стр. 52.

На 4—6 порций

поясничная часть телячьей туши, отделенная от костей	1 кг
свиное сало, нарезанное полосками	200 г
хлебные крошки или мука	2 ст. л.
бульон из говядины или телятины	200 мл
Маринад	
уксус	150 мл
соль и молотый черный перец	
смешанные специи	1/2 ч. л.
гвоздика	3 бутона
лимон, нарезанный ломтиками	1 шт.
апельсин, нарезанный ломтиками	1 шт.
репчатый лук, нарезанный колечками	1 головка
розмарин или несколько листиков шалфея	1 веточка

Отбейте хорошенько телятину деревянным молотком, затем нашпигуйте ее свиным салом. Смешайте все ингредиенты маринада в большой миске и поставьте мясо мариноваться на 2—3 ч при комнатной температуре. Переложите телятину в жаровню и поставьте в духовку, прогретую до 190 °С. Готовьте телятину 1 ч, периодически поливая процеженным маринадом. Когда мясо будет готово, выньте жаровню из духовки и поставьте ее на слабый огонь. Загустите маринад хлебными крошками или мукой, размешанной в небольшом количестве бульона. Добавьте остальной бульон и готовьте соус при слабом кипении 10 мин, время от времени поливая мясо. Переложите телятину на блюдо и полейте сверху соусом. Украсьте грибами или спаржей и подавайте на стол.

Телятина с горчицей

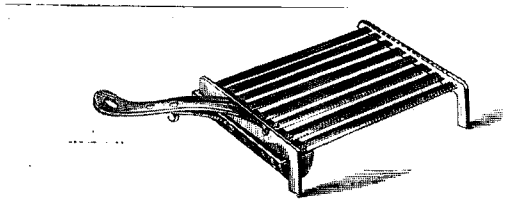
На 6—8 порций

телячий щуп, ссек или толстая пашина	1 кг
столовая горчица, желательно ароматизированная апельсином	
свежее свиное сало, нарезанное тонкими ломтиками	
вода	2 ст. л.
двойные сливки	3 ст. л.
черный перец, свежеразмолотый	

Намажьте телятину обильно горчицей, затем оберните мясо ломтиками свиного сала и обвяжите шпагатом.

Положите телятину в небольшую жаровню с влитой в нее водой. Поставьте жаровню в духовку, прогретую до температуры 180 °С. Готовьте, не накрывая и периодически поливая соками, 1 ч 15 мин. Переложите телятину в другую посуду и поставьте в теплое место. Положите сливки и свежеразмолотый черный перец в жаровню. Подогрейте, непрерывно размешивая. Перелейте в соусник.

Снимите с телятины ломтики сала и подавайте на стол. Соус подавайте отдельно. В качестве гарнира хорошо подойдут свежеотваренные макароны.



Телячьи отбивные «Перигор»

На 4 порции

толстые отбивные котлеты из телятины	4 шт.
соль и молотый черный перец	
мелко нарезанный толстый ломтик свиного сала	1 шт.
чеснок, мелко нарезанный	1 долька
кервель, мелко нарезанный	
шалот, мелко нарезанный	12 шт.

Отбейте котлеты и посыпьте их солью и перцем. Положите отбивные на решетку умеренно прогретого древесноугольного гриля. Смешайте свиное сало, чеснок, кервель, шалот, соль и перец. Когда вы перевернете котлеты, положите на их обжаренную сторону обильный слой этой смеси. Тепло гриля расплавит сало и к тому времени, когда обжарится вторая сторона котлет, гарнир будет готов. Подавайте на стол сразу же.

Телячьи эскалопы с ветчиной прошютто

На 4 порции

тонкие ломтики телятины, отрезанные от бедра	4 шт.
чеснок, растолченный	1 долька
соль и молотый черный перец	
шалфей	4 листика
тонкие ломтики пармской ветчины *прошютто* или сырой окорок	4 шт.
сливочное масло	30 г
марсала или херес	150 мл

Отбейте мясо. Натрите его чесноком и приправьте солью и перцем. Положите на каждый ломтик телятины листик шалфея и сверху ломтик ветчины; приколите ветчину к телятине зубочистками. Обжаривайте в горячем сливочном масле, пока мясо не станет золотисто-коричневым. Добавьте марсалу или херес и готовьте на слабом огне 15—20 мин. Подавайте с образовавшейся на сковороде подливой.

Скаллопине аль марсала

На 4 порции

телячьи эскалопы толщиной 1 см, отбитые до толщины 5 мм	750 г
соль и свежеразмолотый черный перец	
мука	
сливочное масло	30 г
оливковое масло	3 ст. л.
сухая марсала	100 мл
куриный или говяжий бульон	100 мл
сливочное масло, размягченное	30 г

Приправьте эскалопы солью и перцем, затем обваляйте их в муке и стряхните излишки. Разогрейте на среднем огне оливковое и 30 г сливочного масла в массивной сковороде (скиллете) диаметром 25—30 см. Когда появится пена, положите на сковороду эскалопы и обжаривайте по 3 мин с каждой стороны. Когда эскалопы подрумянятся, переложите их на тарелку.

Вылейте жир со сковороды. Добавьте марсалу и 50 мл куриного или говяжьего бульона и дайте покипеть 1—2 мин на сильном огне. Соскребите все прилипшие ко дну и боковым стенкам сковороды подрумяненные частицы мяса. Положите телятину снова в сковороду, накройте крышкой и готовьте на медленном огне 10—15 мин, периодически поливая эскалопы соками.

Перед подачей переложите эскалопы на прогретое блюдо. Добавьте остальной бульон в соус и дайте покипеть на сильном огне, счищая в жидкость все подрумяненные кусочки, прилипшие к дну и боковым стенкам сковороды. Когда соус загустится и приобретет консистенцию сиропообразной глазури, проверьте его на достаточность приправ. Снимите сковороду с огня, вмешайте в соус размягченное сливочное масло и полейте соусом эскалопы.

Телячьи эскалопы по-нормандски

На 6 порций

телячьи эскалопы диаметром около 10 см и толщиной около 1 см, не отбитые	12 шт.
яблоки средней величины	3 шт.
лимонный сок	5—6 ст. л.
соль и свежеразмолотый черный перец	по 1 ч. л.
мука	60 г
сливочное масло	60 г
растительное масло	2 ст. л.
кальвадос	5 ст. л.
двойные сливки	350 мл

Очистите яблоки от кожицы и семян и нарежьте кубиками со стороной 1 см. Положите их в миску, добавьте лимонный сок и тщательно перемешайте, чтобы кусочки яблок смочились со всех сторон соком. Поставьте в сторонку. Посыпьте телятину солью и перцем, затем мукой, стряхнув все излишки. Разогрейте сливочное и растительное масло в большой сковороде или скиллете диаметром около 45 см (либо используйте две сковороды). Когда жир разогреется, положите в него телятину (по нескольку кусков за один раз) и обжаривайте на среднем огне до тех пор, пока мясо слегка не подрумянится (примерно по 4 мин с каждой стороны).

Когда эскалопы подрумянятся, переложите их на прогретое блюдо и поставьте в теплое место, например, в духовку, прогретую до 80 °С. Добавьте в сковороду яблоки, лимонный сок и кальвадос. Соскребите с дна и стенок сковороды все карамелизованные отложения и готовьте на среднем огне, периодически помешивая, около 3 мин. Добавьте сливки и продолжайте готовить, пока смесь не превратится в красивый соус цвета слоновой кости. Убавьте огонь и готовьте, периодически помешивая, еще минут 10, пока соус не уменьшится в объеме примерно наполовину и не загустеет. Проверьте достаточность приправ; вполне вероятно, что вам придется добавить примерно 0,5 ч. л. соли. Выложите соус на эскалопы и подавайте на стол.

Соте из телятины с артишоками

На 6 порций

телячий ссек или щуп, нарезанный ломтиками толщиной 1 см	1,5 кг
очень молодые артишоки	3 шт.
сливочное масло	125 г.
соль и свежеразмолотый черный перец	
сухое белое вино	150 мл
небольшие листики шалфея или 1 ч. л. сушеного шалфея	12 шт.
свежий лимонный сок	3 ст. л.

Нарежьте телятину небольшими кусочками и промокните их бумажными салфетками. Удалите все грубые наружные листья с артишоков, обрежьте верхушки оставшихся, разрежьте артишоки пополам и удалите сердцевину. Нарежьте половинки артишоков в длину ломтиками толщиной 1 см и обжаривайте их на сковороде в 40 г сливочного масла на среднем огне 15 мин. Снимите с огня и поставьте в сторонку.

В другой, большей по размеру сковороде, хорошенько разогрейте оставшееся сливочное масло на довольно сильном огне и быстро обжарьте кусочки телятины, по нескольку штук за один прием. Приправьте их солью и перцем, переложите временно в миску и поставьте в теплое место. Добавьте в сковороду вино, листья шалфея и артишоки и готовьте, пока вино почти полностью не испарится. Приправьте слегка солью и перцем, положите снова кусочки телятины в сковороду, размешивайте 1 мин и затем добавьте лимонный сок. Выложите телятину с артишоками на горячее блюдо и подавайте на стол.

Телячьи эскалопы с фенхелем

На 4 порции

эскалопы из телятины	4 шт.
свиной топленый жир или сливочное масло	
лук-батун	8—12 шт.
листики фенхеля, мелко нарезанные	
лимонный сок	

Обжарьте эскалопы в топленом жиру или сливочном масле. Добавьте лук-батун; накройте сковороду крышкой и готовьте на медленном огне 7—8 мин. Всыпьте пригоршню листиков фенхеля; перемешайте, добавьте выжатый из лимона сок. Результат великолепен.

Телячьи котлеты по-швейцарски

На 6—8 порций

очень тонкие телячьи эскалопы	750 г
размягченное сливочное масло	60 г
паста из анчоусов	1 ст. л.
тонкие ломтики вареного окорока	6—8 шт.
тонкие ломтики швейцарского сыра	6—8 шт.
яйцо, взбитое с 1 ст. л. воды	1 шт.
мука	
сливочное масло	40 г

Смешайте размягченное сливочное масло с пастой из анчоусов. Обрежьте ломтики мяса так, чтобы все они имели одинаковый размер. Намажьте анчоусное масло на половину ломтиков мяса. Положите сверху по ломтику окорока и сыра и накройте вторым ломтиком телятины, как если бы вы делали сандвичи. Сколите каждый мясной сандвич зубочисткой или обвяжите ниткой. Убедитесь в том, что сыр хорошо закрыт мясом, иначе он вытечет во время жарения. Окуните мясные сандвичи во взбитое яйцо и затем обваляйте в муке. Обжаривайте в горячем сливочном масле примерно по 3—5 мин с каждой стороны или пока мясо не покроется золотисто-коричневой корочкой. Подавайте котлеты очень горячими с любыми салатными овощами.

Телячьи эскалопы «фриттура пикката»

На 6 порций

телячья толстая пашина, разрезанная на эскалопы весом 30 г каждый	600 г
соль и свежеразмолотый белый перец	
мука	
сливочное масло	125 г
лимонный сок	2 ст. л.
нарезанная петрушка	1 ст. л.

Приправьте эскалопы солью и перцем и посыпьте слегка мукой. Растопите 90 г сливочного масла в сковороде и обжарьте мясо на сильном огне — по 3 мин с каждой стороны. Переложите мясо на прогретое сервировочное блюдо.

Размешайте оставшееся сливочное масло в вытекших на сковороду мясных соках и готовьте на сильном огне, пока масло не приобретет цвет спелого ореха; в заключение добавьте в соус лимонный сок. Полейте соусом телятину, посыпьте нарезанной петрушкой и сразу же подавайте на стол.

Телячьи котлеты по-милански

На 4 порции

котлеты из поясничной части телячьей туши, толщиной около 1 см	4 шт.
яйцо, слегка взбитое	1 шт.
хлебные крошки	
сливочное масло	100 г
соль	
лимон, разрезанный в длину на 4 части	1 шт.

Надрежьте кромки котлет, чтобы они не деформировались во время жарения. Затем слегка отбейте их деревянным молотком. Окуните котлеты в яйцо и запанируйте хлебными крошками, прижимая их ладонью к поверхности мяса, чтобы они хорошенько прилипли.

Разогрейте в сковороде сливочное масло, которое должно покрывать уложенное в один слой мясо. Обжаривайте котлеты на сильном огне, пока на их нижней стороне не образуется корочка; старайтесь не сдвигать котлеты с места во время жарения, иначе корочка отпадет. Переверните котлеты и продолжайте обжаривать, пока корочка не образуется на другой стороне. Убавьте огонь и готовьте на слабом огне еще 5—10 мин. Только теперь вы можете посолить котлеты; более раннее соление будет высвобождать соки из мяса, размягчая корочку и способствуя ее отслаиванию. При разрезании мяса для проверки на прожаренность его внутренние слои должны быть слегка влажными. Подавайте с дольками лимона.

Шницель по-венски

На 4 порции

телячьи эскалопы, каждый весом около 100 г, или 4 небольшие телячьи отбивные котлеты	4 шт.
соль	
мука	100 г
яйцо, взбитое	1 шт.
мелкие панировочные сухари	100 г
растительное масло	1 л

Промойте мясо в воде, зачистите, отбейте и промокните салфетками всю влагу; посолите и дайте 10 мин постоять. Затем обваляйте эскалопы сначала в муке, потом в яйце и, наконец, в панировочных сухарях. Обжаривайте шницели в большом количестве горячего растительного масла, пока они не подрумянятся — примерно по 1 мин каждую сторону.

Телячьи котлеты с ветчиной и сыром

На 4 порции

телячьи котлеты	8 шт.
соль и молотый черный перец	
ломтики швейцарского сыра, немного меньшие по размеру, чем котлеты	4 шт.
ломтики ветчины, немного меньшие по размеру, чем котлеты	4 шт.
яйцо, взбитое	1 шт.
мука	4 ст. л.
мелкие панировочные сухари или крошки крекера	40 г
сливочное масло	40 г
растительное масло	1 ст. л.

Отбейте телятину деревянным молотком или ребром тарелки, приправляя мясо солью и перцем; обрежьте аккуратно кромки. Положите на 4 котлеты по ломтику сыра и ломтику ветчины, следя за тем, чтобы ни сыр, ни ветчина не свешивались с мяса. Смажьте кромки взбитым яйцом, накройте сверху второй котлетой и отбейте кромки так, чтобы они плотно соединились друг с другом. Обваляйте в муке, затем в яйце и, наконец, в сухарях. Обжаривайте в смеси сливочного и растительного масла, пока котлеты хорошенько не подрумянятся. Переложите в гусятницу или жаровню и поставьте в духовку, прогретую до 190 °С, на 20—35 мин.

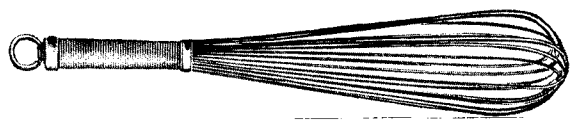
Телячьи отбивные с сыром

На 8 порций

толстые телячьи отбивные	8 шт.
сливочное масло	100 г
соль и свежеразмолотый черный перец	
швейцарский сыр, тертый	400 г
яйца	2 шт.
двойные сливки	4 ст. л.
тертый мускатный орех	
белое вино	100 мл

Растопите сливочное масло в большом сотейнике с ручкой из жаростойкого материала. Положите в масло отбивные и подрумяньте их с обеих сторон на сильном огне. Убавьте огонь, приправьте мясо солью и перцем, накройте сотейник крышкой и готовьте на слабом огне около 20 мин, один раз перевернув отбивные. Тем временем смешайте в миске сыр, яйца и сливки. Приправьте солью, перцем и щепоткой мускатного ореха.

Слейте масло из сотейника и зарезервируйте его. Положите часть сырной смеси на каждую отбивную, добавьте в сотейник вино и поставьте без крышки в духовку, прогретую до 190 °С, на 10 мин для завершения приготовления мяса. Один или два раза полейте отбивные зарезервированным маслом.



Телячьи отбивные с анчоусами и корнишонами

На 4 порции

толстые телячьи отбивные котлеты	4 шт.
филе анчоусов, вымоченные и стекшие	8 шт.
корнишоны, нарезанные тонкой соломкой	4 шт.
соль и молотый черный перец	
оливковое масло	3 ст. л.
измельченный чеснок	2 ч. л.
свиное сало, нарезанное тонкими ломтиками	125 г
Соус	
сливочное масло	60 г
соль и грубо размолотый черный перец	
нарезанная петрушка	2 ст. л.
нарезанный шалот	3 ст. л.
оливковое масло	1 ст. л.
измельченный чеснок	1 ч. л.
горький апельсиновый сок	3 ст. л.

Прорежьте каждую отбивную вдоль волокон в двух местах. Вставьте в каждую щель филе анчоуса и кусочек корнишона. Приправьте отбивные солью и перцем и замаринуйте на 2—3 ч в 3 ст. л. оливкового масла и 2 ч. л. измельченного чеснока. Промокните влагу с отбивных и вдавите по ломтику свиного сала в обе их поверхности. Обжаривайте отбивные в сковороде на сравнительно слабом огне (около 15—20 мин с каждой стороны). Переложите отбивные в другую посуду и снимите с них свиное сало. Удалите жир с поверхности соков на сковороде. Деглазируйте небольшим количеством воды.

Для приготовления соуса растопите сливочное масло в той же сковороде и добавьте соль, грубо размолотый черный перец, петрушку и шалот. Обжаривайте на сильном огне непродолжительное время, затем добавьте 1 ст. л. оливкового масла и 1 ч. л. измельченного чеснока. Снова положите отбивные в сковороду, добавьте апельсиновый сок и прогрейте на слабом огне. Соуса получится немного — ровно столько, чтобы покрыть котлеты.

Телячьи отбивные а ля крем

На 4—6 порций

телячьи отбивные	6 шт.
сливочное масло	30 г
двойные сливки	100 мл
лимонный сок	2 ст. л.

Обжарьте отбивные в сливочном масле и переложите их со сковороды в другую посуду. Добавьте в масло на сковороде сливки и лимонный сок. Дайте смеси подрумяниться и полейте соусом отбивные.

Рулеты из телятины с начинкой из лука-порея

На 4—6 порций

телятина, мелко нарубленная	500 г
картофелина средней величины, разрезанная на 4 части	1 шт.
сливочное масло	150 г
репчатый лук, мелко нарезанный	4 ст. л.
мелкие панировочные сухари	3 ст. л.
двойные сливки	150 мл
вода	2 ст. л.
соль	1,5 ч. л.
молотый белый перец	1/2 ч. л.
яйцо	1 шт.
петрушка, мелко нарезанная	2 ст. л.
кукурузная мука	1 ст. л.
белые части лука-порея, нарезанные очень тонкими ломтиками	90 г

Отваривайте картофель в воде 10—15 мин или до тех пор, пока он не станет мягким. Слейте воду и разомните картофель вилкой. Растопите в небольшой сковороде 30 г сливочного масла. Когда появится пена, добавьте репчатый лук и обжаривайте его 7—8 минут, периодически помешивая, пока лук не станет мягким и прозрачным, но не подрумяненным. Переложите лук в большую миску и добавьте размятый картофель, рубленую телятину, панировочные сухари, 5 ст. л. сливок, воду, соль, перец, яйцо, петрушку и кукурузную муку. Хорошенько перемешайте и поставьте по меньшей мере на 1 ч в холодильник. Смочите большую деревянную разделочную доску (или другую твердую гладкую поверхность) водой и расплющите или раскатайте смесь в квадратный пласт со стороной 40 см и толщиной примерно 3 мм. Ваши руки или скалка должны быть смочены водой для предупреждения прилипания мясной смеси. Разделите мясо кондитерским колесом или небольшим острым ножом на 16 квадратов со стороной 10 см. Положите на каждый квадрат тонкий слой ломтиков лука-порея (примерно 1,5 ч. л.). Теперь, с помощью ножа или, что еще лучше, холодной лопаточки скатайте каждый квадрат в рулет по типу трубочки с джемом. В идеале рулеты следует охладить, однако, если это необходимо, они могут быть обжарены немедленно.

Разогрейте 30 г сливочного масла в массивной сковороде (скиллете) диаметром 25—30 см. Когда появится пена, добавьте рулеты (4 за один прием) и переворачивайте их аккуратно лопаточкой, чтобы они подрумянились со всех сторон. Когда рулеты хорошенько подрумянятся, переложите их на теплое блюдо и поставьте в духовку, прогретую до 130 °С. Повторите процесс, добавляя по 30 г сливочного масла на каждые 4 рулета. Влейте оставшиеся сливки в пустую сковороду и дайте покипеть на довольно сильном огне 3—5 мин или до тех пор, пока они не загустеют, счищая в это время со сковороды карамелизованные отложения обрезиненной лопаточкой или деревянной ложкой. Попробуйте — хватает ли приправ, добавьте, если надо, соли и полейте соусом рулеты.

«Оливки» из телятины

На 6—8 порций

телячий щуп или ссек, разрезанный на 18 примерно одинаковых по размеру эскалопов толщиной около 5 мм каждый	1 кг
соль	
мука (не обязательно)	
взбитое яйцо (не обязательно)	
хлебные крошки (не обязательно)	
растительное масло	100 мл
Начинка	
ветчина *прошютто*, мелко нарубленная	100 г
филе анчоусов, вымоченные в воде, стекшие и затем мелко нарезанные	6 шт.
мелко нарезанные каперсы	1 ст. л.
крупный чеснок, мелко нарезанный	1 долька
нарезанная петрушка	1 ст. л.
томатное пюре	2 ст. л.
панировочные сухари	50 г
соль и молотый черный перец	
размягченное масло	30 г

Отбейте хорошенько эскалопы деревянным молотком. Положите измельченные ингредиенты начинки в миску, добавьте томатное пюре и всыпьте панировочные сухари. Приправьте солью и перцем и вмешайте в смесь сливочное масло, чтобы получился довольно густой фарш.

Разложите эскалопы на разделочной доске, слегка посолите и положите часть начинки на середину каждого

ломтика мяса. Скатайте ломтики в рулеты и сколите каждый одной или двумя деревянными шпильками, чтобы начинка не выпала. Затем, если вам нравится, посыпьте «оливки» мукой, обмакните их в яйцо и обваляйте в хлебных крошках. Разогрейте растительное масло в сковороде, уложите в нее «оливки» и обжаривайте на среднем огне, пока они не станут золотисто-коричневыми.

Рубленые котлеты из телятины под сметанным соусом

Вы можете купить рубленую телятину у мясника, однако будет лучше, если вы нарубите ее сами двумя большими ножами (см. стр. 36).

На 6 порций

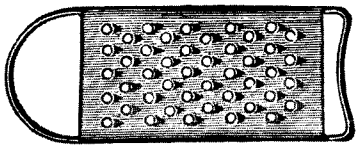
телятина от поясничной части туши, зачищенная и затем нарубленная	600 г
двойные сливки	300 мл
свежие белые хлебные крошки	90 г
мускатный орех, свеженатертый	1/8 ч. л.
белый перец, свежеразмолотый	1/2 ч. л.
соль	1 ч. л.
несоленое сливочное масло	40 г
растительное масло	1,5 ст. л.
Соус	
несоленое сливочное масло	15 г
репчатый лук, мелко нарезанный	90 г
раздробленные горошины черного перца	1/4 ч. л.
лавровый лист	1 шт.
белый винный уксус	5 ст. л.
мука	1 ч. л.
двойные сливки	300 мл
соль	3/4 ч. л.

Поставьте рубленое мясо в чистой посуде (не алюминиевой) на лед. Мясо должно быть очень холодным. Смешайте 150 мл сливок с половиной хлебных крошек в тестообразную массу и поставьте ее в сторонку. Начинайте добавлять остальные сливки в мясо, по 1 ст. л. за один раз, взбивая после каждого добавления смесь деревянной лопаточкой, чтобы сливки хорошо впитались в мясо. Продолжайте добавлять сливки, пока они не кончатся. Добавьте мускатный орех, перец и соль. (Вы заметите, что соль уплотняет смесь после добавления. Вот почему ее кладут только в конце.) Вмешайте в мясо смесь хлебных крошек и сливок. Высыпьте оставшиеся хлебные крошки на стол и распределите их равномерным слоем. Сформуйте из мясной смеси 6 котлет и сплющите каждую в круг диаметром около 10 см и толщиной 2 см. Обваляйте котлеты в хлебных крошках с обеих сторон и поставьте в сторонку.

Для приготовления соуса растопите в кастрюле сливочное масло, добавьте репчатый лук, раздробленный черный перец и лавровый лист, и обжаривайте на слабом огне примерно 8 мин, пока лук не станет золотистым. Вмешайте уксус и загущайте, пока практически вся жидкость не испарится. Посыпьте мукой, перемешайте ложкой и добавьте сливки. Доведите до кипения, помешивая, чтобы избежать пригорания. Добавьте соль и загустите примерно до 200 мл, чтобы соус стал красивым и однородным. Процедите соус через мелкое сито и поставьте в сторонку.

Разогрейте сливочное и растительное масло в большой сковороде (скиллете). После того как жир хорошо прогреется, положите в него котлеты. Убавьте огонь до слабого и обжаривайте по 5—6 мин с каждой стороны, или пока котлеты хорошенько не подрумянятся.

Переложите на блюдо и полейте сверху соусом.



Телячьи отбивные в портвейне

На 4 порции

толстые телячьи отбивные	4 шт.
мука	4 ст. л.
сливочное масло	60 г
соль и молотый черный перец	
сухой белый портвейн	6 ст. л.
сухое белое вино	2 ст. л.
двойные сливки	150 мл
лимонный сок	2 ст. л.
промытые шляпки молодых грибов	300 г

Посыпьте отбивные мукой. Положите их обжариваться в неглубокую гусятницу с 40 г сливочного масла. Приправьте солью и перцем и готовьте 15 мин. Когда отбивные прожарятся, переложите их в другую посуду и поставьте в теплое место.

Добавьте в гусятницу 4 ст. л. портвейна, белое вино, сливки и 1 ст. л. лимонного сока. Доведите соус до кипения и загустите до половины первоначального объема.

Готовьте подсоленные и поперченные грибы в накрытой крышкой кастрюле в остатках сливочного масла и лимонного сока. Когда грибы будут готовы, добавьте в них оставшийся портвейн, затем переложите вместе с жидкостью в гусятницу. Проверьте достаточность приправ.

Доведите соус до кипения на слабом огне и полейте им горячие телячьи отбивные.

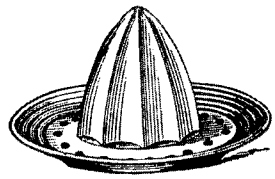
Колбаски из телятины

На 4 порции

постная телятина, рубленая	250 г
жирный бекон, рубленый	250 г
шалфей, нарезанный	2 ч. л.
соль и свежеразмолотый черный перец	
филе анчоусов, вымоченные и стекшие	3 шт.
сливочное масло	30 г

Растолките все ингредиенты в ступке; тщательно перемешав, сформуйте смесь в маленькие колбаски и обжаривайте их в сливочном масле около 15 мин или до тех пор, пока они хорошенько не подрумянятся.

Подавайте с жареными крутонами, либо на тушеных овощах, либо на телячьих эскалопах.



Телячья ножка с овощами

На 4—6 порций

телячья голяшка, распиленная поперек на куски толщиной 5 см	1,5 кг
соль и молотый черный перец	
мука	
сливочное масло	75 г
маринованный репчатый лук	18 головок
небольшая морковь	24 шт.
душистые травы	1 пучок
бульон из телятины	3/4 л
мелкие молодые картофелины	24 шт.
лущеный зеленый горошек	500 г

Приправьте куски телятины солью и перцем, обваляйте их в муке и подрумяньте с обеих сторон на сковороде в сливочном масле. Добавьте репчатый лук, морковь, пучок душистых трав и достаточное количество бульона, чтобы овощи были покрыты жидкостью. Накройте крышкой и готовьте около 30 мин на слабом огне. Добавьте картофель, зеленый горошек и, если это необходимо, еще немного бульона, чтобы покрыть овощи жидкостью. Накройте крышкой и готовьте при слабом кипении еще 40—50 мин.

Телячьи отбивные с соусом из шалота

На 4 порции

толстые телячьи отбивные	4 шт.
нашинкованный лук-шалот	4 ст. л.
соленый бекон или некопченый окорок, нарезанный тонкими полосками	60 г
сливочное масло	60 г
соль и молотый черный перец	
вода, белое вино или бульон из телятины	100 мл
яичный желток, взбитый	1 шт.
петрушка, нарезанная	1 ст. л.
уксус	1 ст. л.

Обжаривайте шалот и бекон (окорок) в сливочном масле. Как только шалот начнет подрумяниваться, добавьте отбивные и обжарьте их на довольно слабом огне, периодически переворачивая. Когда отбивные будут готовы (примерно через 30 мин), переложите их на блюдо и поставьте в теплое место на время приготовления соуса.

Снимите жир с соков в сковороде, приправьте их солью и перцем и добавьте воду, бульон или вино. Дайте жидкости покипеть и слегка уменьшиться в объеме, затем снимите сковороду с огня и загустите соус яичным желтком.

Перед подачей посыпьте отбивные нарезанной петрушкой и сбрызните уксусом. Соус подавайте отдельно.

Тушеная телятина по-милански

Оссо буко, *подобно большинству традиционных блюд, готовится во многих вариантах. Автор этого рецепта, в котором нет помидоров, заявляет его в качестве аутентичного. Для приготовления* ризотто по-милански, *подаваемого вместе с основным блюдом, обжарьте в сливочном масле ароматизированный шафраном круглозерный итальянский рис, затем увлажните его белым вином и в течение времени приготовления несколько раз добавляйте кипящий бульон для придания рису характерной клейкой структуры. Перед подачей в рис необходимо вмешать пригоршню тертого сыра Пармезан и немного сливочного масла.*

На 4 порции

мясистые куски телячьей голяшки или рульки, толщиной 5 см каждый	4 шт.
сливочное масло	30 г
мука, приправленная солью и молотым черным перцем	2 ст. л.
сухое белое вино	1/4 л
горячий говяжий бульон	100 мл

Гремолата

свежая петрушка, мелко нарезанная	1 ст. л.
чеснок, мелко нарезанный	1 долька
тертая цедра от одного лимона	

Разогрейте сливочное масло в сотейнике. Обваляйте куски телятины в приправленной муке и хорошенько подрумяньте, перевернув их несколько раз. Поставьте куски вертикально, чтобы костный мозг не выпал во время дальнейшего приготовления. Полейте мясо вином и готовьте, не накрывая крышкой, около 5 мин. Добавьте горячий бульон, накройте крышкой и готовьте примерно 1 ч или до тех пор, пока мясо не станет мягким. За 10 мин до подачи смешайте петрушку, чеснок и лимонную цедру и посыпьте срезы костей. Готовьте еще 5 мин. Проверьте соус. Если он слишком густой, добавьте немного горячего бульона и сливочного масла и хорошенько размешайте. Если соус слишком жидкий, добавьте в него для загущения 15 г сливочного масла и 1/2 ст. л. муки, предварительно промешанных в тестообразную массу. *Ризотто по-милански* является традиционным спутником тушеной телятины.

Оссо буко по-милански

Это блюдо превосходно при подаче вместе с ризотто по-милански *(см. рецепт «Тушеная телятина по-милански» на предыдущей странице).*

На 6 порций

куски телячьей голяшки, толщиной 4 см каждый	6 шт.
сливочное масло	125 г
мука	30 г
головка репчатого лука, 1 морковь и 1 черешковый сельдерей, все нашинкованные	по 1 шт.
чеснок, измельченный	2 дольки
майоран, нарезанный	1 ст. л.
небольшой кусок лимонной корки	1 шт.
соль и свежеразмолотый белый перец	
сухое белое вино	150 мл
мелко нарезанные помидоры, предварительно очищенные от кожицы и семян	2 шт.
бульон из телятины	6—8 ст. л.
тертая цедра от 1/2 лимона	
свежевыжатый апельсиновый сок (не обязательно)	1 ст. л.

Растопите 90 г сливочного масла в сковороде, достаточно большой для одновременной удобной укладки всех кусков мяса. Обваляйте мясо в муке и подрумяньте его в сливочном масле с обеих сторон на среднем огне. Добавьте репчатый лук, морковь, сельдерей, половину чеснока, майоран и кусочек лимонной корки, затем приправьте солью и перцем. Когда овощи слегка подрумянятся, влейте вино и дайте ему практически полностью выпариться на том же огне. Добавьте помидоры и примерно 6 ст. л. бульона. Накройте крышкой, убавьте огонь и готовьте при слабом кипении 1,5 ч. Если понадобится, для предупреждения слишком сильного загущения соков добавьте еще несколько столовых ложек бульона.

За несколько минут до окончания тушения добавьте остальной чеснок, лимонную цедру, оставшееся сливочное масло и, по желанию, апельсиновый сок (не обязательный, но весьма вдохновляющий вариант, предложенный не в Милане). Размешайте смесь и для пропитывания ее ароматами готовьте кушанье на среднем огне еще несколько минут. Выложите куски мяса на прогретое круглое блюдо, полейте соусом и сразу же подавайте на стол.

Телячья ножка с чесноком

На 6—8 порций

телячьи голяшки, распиленные поперек на куски толщиной 2,5 см	3 шт.
ореховое или любое другое растительное масло по вашему вкусу, либо 100 г лярда	100 мл
крупные головки репчатого лука, нарезанные толстыми ломтиками	3 шт.
большая морковь, нарезанная толстыми ломтиками	1 шт.
пучок душистых трав	
сухое белое вино	100 мл
бульон из телятины, или столько, чтобы полностью покрыть мясо	1/2 л
чеснок	4 головки
соль и молотый черный перец	
ломтики хлеба из непросеянной муки	6—8 шт.
нарезанная зелень петрушки	

Разогрейте выбранное растительное масло или жир в большой гусятнице. Обжаривайте куски мяса с обеих сторон, пока они хорошенько не подрумянятся. Переложите мясо на тарелку и поставьте в сторонку. Добавьте в гусятницу репчатый лук, морковь и пучок душистых трав и обжаривайте их, помешивая, в горячем жиру, пока они не станут золотисто-коричневыми. Наклоните гусятницу и вычерпайте из нее максимально возможное количество жира.

Распределите овощи равномерным слоем по дну гусятницы; положите сверху куски мяса. Добавьте вино и выпарите его на сильном огне. Добавьте бульон из телятины. Медленно доведите до кипения.

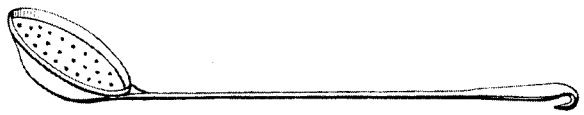
Ожидая, пока мясо закипит, разъедините головки чеснока на дольки, раздавите их боковой стороной лезвия большого ножа и положите в гусятницу с мясом. Добавьте соль и перец. Накройте мясо слоем фольги. Заверните кромки фольги вверх в виде перевернутой крышки, кото-

рая будет улавливать конденсат и предохранять соус от разжижения. Затем накройте гусятницу крышкой и готовьте в духовке, прогретой до 170 °С, около 1—1,25 ч. Мясо будет готово, когда начнет отделяться от костей и легко протыкаться шпажкой, которая должна так же свободно выниматься из мяса.

Измерьте количество соуса; должно остаться не более 350 мл очень густых соков. Если останется больше, перелейте жидкость в сковороду и дайте покипеть для уменьшения объема. Соус не нуждается в загустителях. Вы можете оставить кусочки репчатого лука и моркови в соусе, растереть их в пюре или полностью отцедить. Поступайте как вам больше нравится.

Поджарьте слегка ломтики хлеба. Положите их на тарелку и подайте к мясу. Соберите весь размятый чеснок в небольшое блюдо. Подавайте его отдельно, чтобы ваши гости могли разложить его на кусочки поджаренного хлеба.

Переложите мясо на блюдо, полейте соусом и посыпьте нарезанной петрушкой.



Ломтики телятины, тушенные с луком и петрушкой

На 6—8 порций

тонкие ломтики телятины, отрезанные от бедренной части туши	1 кг
шалот, натертый на терке	12 головок
нарезанная петрушка	8 ст. л.
нашинкованный лук-батун	2 ст. л.
несоленое сливочное масло, растопленное или размягченное	125 г
соль и молотый черный перец	
свиное сало толщиной 1 см	4 или 5 ломтиков
белое вино	100 мл

Смешайте шалот, петрушку и репчатый лук. Покройте дно гусятницы тридцатью граммами сливочного масла и посыпьте слегка частью петрушечно-луковой смеси. Посолите и поперчите ломтики телятины и покройте их с обеих сторон сливочным маслом. Уложите в гусятницу слой ломтиков телятины. Посыпьте петрушечно-луковой смесью. Добавьте еще один слой ломтиков мяса и так далее, закончив слоем петрушечно-луковой смеси. Положите сверху свиное сало. Накройте плотно крышкой и готовьте телятину на слабом огне или при 170 °С в духовке примерно 45 мин. Затем добавьте вино и готовьте еще 1 ч.

Выложите ломтики телятины на прогретое блюдо. Снимите жир с соков в гусятнице и полейте ими телятину перед подачей.

Фаршированные ломтики телятины по-вильямсбургски

На 6 порций

тонкие телячьи эскалопы (каждый весом около 90 г)	12 шт.
мука	
растительное масло или 40—60 г сливочного масла	3—4 ст. л.
Начинка	
панировочные сухари	125 г
небольшая головка репчатого лука, мелко нарезанная и обжаренная в сливочном масле	1 шт.
соль и молотый черный перец	
тимьян, майоран и базилик	по 1/2 ч. л.
молоко	4—5 ст. л.

Приготовьте начинку, смешав панировочные сухари, репчатый лук, соль, перец, тимьян, майоран и базилик и увлажнив смесь молоком.

Положите примерно по 2,5 ч. л. начинки на каждый ломтик телятины, скатайте их в рулеты и сколите каждый двумя деревянными зубочистками крест-накрест по диагонали. Обваляйте в муке и обжарьте на сковороде в жиру. Когда рулеты подрумянятся, переложите их в жаростойкую посуду. Загустите жир в сковороде мукой и добавьте горячую воду так, чтобы получился однородный соус. Полейте соусом телятину, накройте крышкой и готовьте в духовке при невысокой температуре 40 мин. Подавайте с вареным диким рисом.

Рулеты из телятины с беконом

На 4 порции

телячий щуп, разрезанный на 4 тонких ломтика	500 г
копченый бекон, нарезанный тонкими ломтиками	300 г
соль и молотый черный перец	
мука	
сливочное масло	30 г
головка репчатого лука средней величины, нашинкованная	1 шт.
шалот, нашинкованный	5 шт.
бульон из телятины	300 мл
душистые травы (петрушка и сельдерей)	1 пучок

Зачистите ломтики телятины от жира и хрящей, покройте три четверти поверхности одной стороны каждого ломтика мяса беконом, приправьте солью и перцем и скатайте мясо в рулеты так, чтобы бекон оказался внутри. Обвяжите рулеты шпагатом и обваляйте в муке.

Нарежьте оставшийся бекон кубиками и обжарьте его в сливочном масле вместе со срезанными кусочками жира и хрящей, репчатым луком и шалотом. Затем добавьте рулеты и подрумяньте их со всех сторон. Влейте бульон и добавьте пучок душистых трав. Готовьте на очень слабом огне примерно 1,5 ч.

Выложите рулеты на блюдо, предварительно сняв с них шпагат. Полейте через сито соусом и подавайте на стол — вместе с вареным картофелем, слегка размятым со сливочным маслом и подрумяненным в гриле или духовке; либо подавайте с обычным картофельным пюре.

Аромат копченого бекона делает это блюдо восхитительным.

Фрикандо из телятины с щавелем

На 8—10 порций

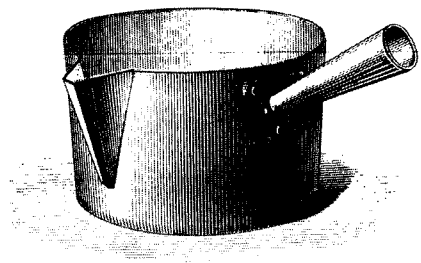
телячий кострец или ссек	2,5 кг
свиное сало, нарезанное полосками	250 г
соленый бекон, нарезанный тонкими ломтиками	125 г
свиная кожа	125 г
морковь, нашинкованная или нарезанная ломтиками	3 шт.
крупные головки репчатого лука, нашинкованные или нарезанные колечками	2 шт.
душистые травы	1 пучок
кости телячьих ног, напиленные кусками длиной 1 см	2 кг
вода	200 мл
соль и молотый черный перец	
белое вино или мадера	100 мл
бульон из телятины, слегка загущенный одной столовой ложкой смеси *ру*	1/4 л

Слегка зачистите телятину и сделайте продольный надрез вдоль наиболее тонкой стороны куска так, чтобы его можно было развернуть в виде книги. Не прорезайте мясо насквозь. Отбейте развернутое мясо, придав ему равномерную толщину. Используя шпиговальную иглу, обильно нашпигуйте телятину полосками свиного сала.

Выстелите дно глубокой гусятницы кусочками бекона и свиной кожи, затем положите на них морковь, репчатый лук, пучок душистых трав и 2—3 кусочка костей. Влейте стакан воды, не добавляя в нее бульон. Это важно. Приправьте телятину солью и перцем и положите ее в гусятницу на кости и ароматические овощи. Сделав это, разложите остальные куски костей на телятине. Положите на кости лист жиронепроницаемой бумаги, прижмите его и плотно закройте гусятницу крышкой. Начинайте готовить на плите на довольно сильном огне, затем, когда смесь закипит, поставьте гусятницу в духовку и продолжайте тушение при 190 °С.

Поливать мясо не надо, так как это делается автоматически. Жиры и вода испаряются и затем конденсируются на покрывающие мясо кости в стабильном замкнутом цикле. Когда телятина будет готова (примерно через 2 часа), переложите мясо в другую посуду, поставьте в теплое место и деглазируйте соки белым вином или мадерой. Дайте жидкости выкипеть наполовину объема и добавьте бульон из телятины. Процедите соус через мелкое сито и удалите жир.

Подавайте с пюре из щавеля, шпината или эндивия.



«Птички» из телятины

На 6 порций

телячьи эскалопы, зачищенные от жира и пленок, отбитые и обрезанные в прямоугольники размером 10 на 5 см	12 шт.
соль и молотый черный перец	
мука	
сливочное масло или сало от бекона	60 г
сливки	
Мясная начинка	
мелко нарубленные обрезки эскалопов	
рубленый соленый бекон	90 г
панировочные сухари	40 г
соль и молотый черный перец	
яйцо, взбитое	1 шт.
горячая вода или бульон из телятины	

Смешайте рубленые обрезки телятины, бекон и панировочные сухари. Приправьте по вкусу и увлажните взбитым яйцом и горячей водой или бульоном из телятины.

Положите на каждый ломтик мяса тонкий слой начинки, стараясь не класть ее слишком близко к кромкам ломтиков. Скатайте мясо в рулеты и скрепите их зубочистками или шпагатом. Посыпьте солью и перцем, обваляйте в муке и обжаривайте в горячем сливочном масле или жиру бекона до тех пор, пока рулеты не подрумянятся.

Сложите рулеты в сотейник, добавьте достаточно сливок, чтобы мясо погрузилось в них наполовину, и готовьте на медленном огне 20 мин или до тех пор, пока мясо не станет мягким. Готовьте либо на плите, либо в духовке, прогретой до 180 °С.

Телятина, тушенная с репчатым луком

На 10—12 порций

говяжий кострец вместе с костями	2—2,5 кг
паприка	2 ст. л.
нарезанные листики шалфея	3 шт.
крупный репчатый лук, нашинкованный	2—2,5 кг
сливочное масло	200 г
соль и молотый черный перец	
небольшой пучок чабера	1 шт.
белое вино	200 мл

Хорошенько размешайте паприку и шалфей в репчатом луке. Растопите масло в эмалированной чугунной гусятнице. Добавьте репчатый лук и аккуратно перемешайте, затем положите сверху телятину. Слегка посолите и поперчите, добавьте чабер, накройте крышкой и увеличьте огонь до среднего. Дайте луку потушиться около 30 мин, позаботившись о том, чтобы он не подрумянивался, так как в противном случае лук станет жестким и горьковатым, испортив вкус кушанья; и лук и телятина должны быть бледно-золотистыми. Затем поставьте гусятницу в духовку, прогретую до 150 °С. Готовьте примерно 1,5 ч, периодически увлажняя мясо вином. Телячий кострец, являющийся белым мясом, нуждается в довольно длительной термической обработке.

Фрикандо из телятины

На 6—8 порций

телячий кострец, бедро или поясничная части туши — одним длинным куском, отрезанным вдоль волокон	1,5 кг
свиное сало, нарезанное полосками и приправленное солью и перцем	200 г
сливочное масло	
молотый черный перец	
репчатый лук, нарезанный колечками	1 или 2 головки
морковь, нарезанная ломтиками	1 или 2 шт.
бульон из говядины или телятины	1/2 л
сухое белое вино	1/4 л
соль	

Нашпигуйте телятину приправленными полосками свиного сала при помощи шпиговальной иглы. Положите нашпигованную телятину в гусятницу вместе с небольшим количеством сливочного масла и обжаривайте со всех сторон несколько минут, не позволяя мясу подрумяниваться. Добавьте репчатый лук и морковь; приправьте перцем, 5 ст. л. бульона и 5 ст. л. белого вина. Дайте покипеть, пока жидкость не испарится, но не позволяйте мясу прилипнуть ко дну гусятницы. Когда жидкость в гусятнице приобретет консистенцию сиропа, добавьте остальной бульон и остальное вино; накройте крышкой, оставив небольшую щель, и готовьте при слабом кипении 1,25—1,5 ч. Поливайте мясо соками во время тушения. Попробуйте на вкус и добавьте соль и перец, если это необходимо.

Незадолго до окончательной готовности мяса поставьте гусятницу в умеренно прогретую духовку и дайте мясу возможность принять благородный сверкающе-золотистый цвет. Периодически поливайте мясо во время этой заключительной стадии приготовления.

Переложите мясо на блюдо, полейте сверху через сито соусом и подавайте с гарниром из отварного щавеля, шпината или пюре из цикория. В альтернативном варианте фрикандо может быть подано холодным, покрытым желированными соками.

Тушеная телятина, шпигованная салом

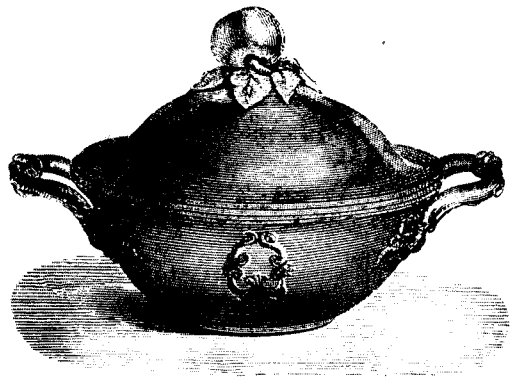
Подробные инструкции по шпигованию мяса свиным салом приведены на стр. 52.

На 8—10 порций

телячий щуп, нарезанный вдоль волокон ломтиками толщиной 4 см, нашпигованными с одной стороны небольшими полосками свиного сала	1,5 кг
свежая свиная кожа	60 г
крупная головка репчатого лука, нарезанная толстыми ломтиками	1 шт.
большая морковь, нарезанная толстыми ломтиками	1 шт.
душистые травы	1 пучок
белое вино	80 мл
бульон из телятины, слегка подсоленного	600 мл

Выстелите массивную глубокую гусятницу свиной кожей (жировой стороной вниз), покройте сверху репчатым луком и морковью и добавьте пучок душистых трав. Уложите на овощи ломтики телятины бок к боку, шпигованной стороной вверх. Накройте крышкой. Готовьте мясо и овощи на слабом огне 20 мин. Затем добавьте вино. Когда вино наполовину испарится, добавьте 150 мл бульона. Снова выпаривайте до тех пор, пока не останется 1 ст. л. жидкости. Добавьте остальной бульон (он должен полностью покрыть мясо) и доведите его до кипения.

Закройте сверху мясо листом жиронепроницаемой бумаги и накройте гусятницу крышкой. Поставьте в духовку, прогретую до 180 °С, и готовьте при слабом кипении 2,5 ч, время от времени поливая соками. Когда мясо станет настолько мягким, что будет разрезаться ложкой, переложите телятину на блюдо. Процедите соки, снимите с них жир и, если это необходимо, дайте покипеть, чтобы остался примерно 1 стакан жидкости. Полейте телятину и подавайте на стол.



Фрикандо из телятины по-немецки

На 6—8 порций

телячье бедро (одним куском)	1,5 кг
ветчина, нарезанная тонкими ломтиками	150 г
жирный соленый бекон, нарезанный полосками	150 г
тонкие ломтики копченого бекона	4—6 шт.
репчатый лук, нарезанный колечками	1 головка
морковь, нарезанная ломтиками	1 шт.
черный перец горошком	
ягоды можжевельника	
бульон из говядины или телятины	1 л
разрубленные телячьи ножки	2 шт.
белое вино	1/4 л
лимон	2 или 3 ломтика
винный уксус	100 мл
соль	

Отделите телятину от кожи и хорошенько отбейте мясо. Проделайте в мясе отверстия примерно через 2,5 см заостренной палочкой размером с палец; заполните эти отверстия небольшими, туго свернутыми ломтиками ветчины или полосками жирного бекона. Покройте дно гусятницы ломтиками копченого бекона, репчатым луком и морковью, положите немного горошин черного перца и ягод можжевельника, добавьте бульон, телячьи ножки, вино, лимон, уксус и соль. Положите сверху телятину, плотно накройте крышкой и готовьте при слабом кипении 3 ч, время от времени поливая соками. Позаботьтесь о том, чтобы не было интенсивного кипения, делающего мясо жестким. Снимите с плиты и поставьте в сторонку остывать. Процедите подливу, удалите из нее весь жир и поливайте холодную телятину жидкостью, пока фрикандо не покроется тонким слоем коричневого желе. Вылейте остаток подливы на блюдо и, когда она застынет, нарежьте желе маленькими кусочками. Подавайте телятину с кусочками желе.

Духовая телятина по-швейцарски

На 6 порций

телятина для тушения, отделенная от костей, свернутая в рулет и обвязанная шпагатом	1 кг
соль и свежеразмолотый черный перец	
свеженатертый мускатный орех	
тонкие ломтики сырого окорока или пармской, вестфальской или байонской ветчины, общим весом 60 г	6 шт.
тонкие ломтики сыра Грийер, общим весом 125 г	6 шт.
жирная соленая свинина или жирный копченый бекон, нарезанные длинными тонкими полосками	125 г
сливочное масло	125 г
морковь, мелко нарезанная	2 шт.
репчатый лук средней величины, мелко нарезанный	2 головки
сухое белое вино	150 мл
чеснок, растолченный	1 долька
бренди	3 ст. л.
маринованный репчатый лук, чищеный	30 головок
сахарная пудра	1 ст. л.
молодые белые грибы, нарезанные толстыми ломтиками	24 шт.
двойные сливки	150 мл

Чтобы все получилось лучшим образом, охладите хорошенько мясо перед подготовкой его к тушению и дайте затем принять комнатную температуру, прежде чем продолжить выполнение операций рецепта.

Постарайтесь выбрать рулет из мякоти телятины подлиннее и поменьше в диаметре. Положите рулет на разделочную доску и разрежьте острым ножом на 7 кусков одинакового размера, не отделяя ломтики до конца (другими словами, сделайте 6 глубоких надрезов, как если бы вы резали французский батон для приготовления чесночного хлеба). Раздвиньте осторожно ломтики телятины и изрядно приправьте солью, свежеразмолотым черным перцем и щепоткой свеженатертого мускатного ореха.

Положите в каждый надрез по ломтику сырого окорока и сыра Грийер. Прижмите снова ломтики телятины друг к другу. Оберните рулет полосками жирной соленой свинины или копченого бекона и туго перевяжите шпагатом, сначала в длину и затем несколько раз по горизонтали.

Растопите половину сливочного масла в близкой по размеру к рулету гусятнице и обжаривайте мясо, пока оно хорошенько не подрумянится со всех сторон. Переложите в другую посуду и поставьте в теплое место.

Обжаривайте в том же жире нашинкованный репчатый лук и морковь, пока они не станут золотисто-коричневыми.

Тем временем соедините вино и чеснок в небольшой кастрюле и доведите смесь до кипения.

Положите телятину на обжаренные овощи. Вылейте

на мясо бренди и подожгите. Как только пламя погаснет, увлажните содержимое гусятницы смесью кипящего вина и чеснока. Накройте крышкой, сдвиньте ее на четверть в сторону и готовьте на самом слабом огне (предпочтительно с жаростойкой рассеивающей прокладкой) примерно 1 ч или до тех пор, пока телятина не станет мягкой (но не распадающейся на волокна).

Тем временем уложите маринованные луковицы на дно массивной сковороды в один слой (это важно, иначе лук не сможет глазироваться равномерно). Добавьте сахарную пудру, 15 г сливочного масла, по вкусу соль и свежеразмолотый черный перец и достаточно воды, чтобы луковицы были полностью покрыты жидкостью.

Доведите до кипения и кипятите без крышки до полного испарения жидкости, встряхивая время от времени сковороду (ближе к концу этой процедуры), чтобы луковицы глазировались равномерно. Поставьте в сторонку. Обжаривайте на другой сковороде грибы в 30 г сливочного масла 4—5 мин, чтобы грибы стали мягкими и золотистыми. Посыпьте солью и свежеразмолотым черным перцем. Поставьте в сторонку.

Когда телятина станет мягкой, выньте ее из гусятницы; удалите шпагат, положите мясо на прогретое сервировочное блюдо и поставьте его в теплое место на время окончательного приготовления соуса.

Процедите соус через тонкое сито, протерев через него и часть овощей. Снова влейте соус в гусятницу; вмешайте сливки и аккуратно разогрейте, не доводя до кипения. Посолите и поперчите по вкусу. Соедините глазированные луковицы и обжаренные грибы в одной сковороде и перемешивайте их на слабом огне в оставшемся сливочном масле 2—3 мин, пока они не прогреются насквозь.

Перед подачей разложите вокруг телятины гарнир из луковиц и грибов. Полейте мясо и овощи частью соуса, а другую часть подайте в прогретом соуснике.

Тушеная телятина по-парижски

На 6—8 порций

телятина от центральной части задней ноги — одним куском, обвязанным шпагатом для сохранения формы	1 кг
сливочное масло	60 г
ломтик соленого бекона, нарезанный крупными кусочками	1 шт.
морковь, нарезанная толстыми ломтиками	2 шт.
вода или бульон из телятины	1/4 л
оливки без косточек (не обязательно)	150 г
жареные грибы (не обязательно)	125 г

Смажьте сливочным маслом гусятницу или *добьер* и положите в эту посуду телятину вместе с нарезанным беконом и ломтиками моркови. Накройте крышкой и поставьте на слабый огонь. Через 20—30 мин телятина станет белой и будет окружена похожими на бульон мясными соками. Продолжайте готовить телятину на медленном огне в этой постепенно испаряющейся жидкости.

Примерно через 45—60 мин, когда от соков останется один только жир, снимите крышку и подрумяньте мясо на среднем огне, часто его переворачивая. Для предупреждения слишком сильного подрумянивания увлажняйте мясо периодическим добавлением бульона или воды, по 2—3 ст. л. за один раз. Накройте гусятницу крышкой и готовьте телятину на слабом огне еще 30 мин или до тех пор, пока она не станет мягкой.

Когда мясо приобретет красивый цвет, а соус станет жирным и студенистым, переложите телятину на блюдо и украсьте кусочками бекона и моркови. Затем снимите излишки жира с соуса и, если хотите, добавьте в гусятницу оливки и грибы. Полейте телятину небольшим количеством соуса, а остальной подавайте в соуснике. Если вы не добавляли в гарнир оливок и грибов, подавайте телятину на слое щавеля, цикория, зеленого горошка или картофельного пюре. Полейте сверху несколькими столовыми ложками соуса и подавайте остальное отдельно.

Тушеный телячий кострец с корочкой гратена

На 6 порций

телячий кострец (одним куском, толщиной 5 см)	2 кг
сливочное масло	60 г
хлебные крошки	60 г
Маринад	
белое вино	1/2 л
оливковое масло	2 ст. л.
небольшая морковь, нарезанная ломтиками	1 шт.
небольшая головка репчатого лука, нарезанная колечками	1 шт.
чеснок	1 долька
гвоздика	2 бутона
лавровый лист	1 шт.
тимьян	
петрушка	
соль	2 ч. л.
молотый черный перец	

Отделите телятину от костей, зачистите от жира и пленок и обвяжите шпагатом. Положите обвязанное мясо на 12 ч в маринад, приготовленный из белого вина, оливкового масла, моркови, репчатого лука, чеснока, гвоздики, лаврового листа, небольшого количества тимьяна, петрушки, соли и перца. Несколько раз переверните мясо в маринаде.

Растопите сливочное мясо в гусятнице, положите в нее телятину, посыпьте хлебными крошками, добавьте маринад и готовьте в духовке на медленном огне примерно 1,5 ч, часто поливая соками.

Хорошим гарниром к тушеной телятине является шпинат, цикорий, щавель, приготовленный в сливочном масле или сливках зеленый горошек, а также пюре из столовой свеклы, моркови или сельдерея.

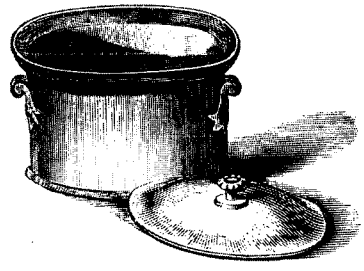
Телятина по-фламандски

На 4—6 порций

телячий щуп	1 кг
сливочное масло	60 г
соль и молотый черный перец	
бульон из телятины, курицы или говядины	1/4 л
сушеный чернослив	100 г
сушеные абрикосы	100 г
изюм	60 г

Положите сливочное масло в гусятницу и подрумяньте в нем телятину. Хорошенько приправьте и затем увлажните небольшим количеством бульона. Готовьте примерно 1 ч — либо на конфорке на слабом огне, либо в духовке при 180 °С. Добавьте чернослив, абрикосы и изюм. Фрукты должны быть полностью покрыты жидкостью; если нет, добавьте еще немного бульона.

Готовьте еще примерно 0,5—1 ч или до тех пор, пока фрукты не разбухнут и не станут мягкими, добавляя при необходимости немного бульона.



Телятина, тушенная со специями

На 4—6 порций

мякоть телятины от центральной части задней ноги, нарезанная ломтиками толщиной 5 мм	1 кг
четыре специи	1 ч. л.
душистые травы	1 ч. л.
сливочное масло	15 г
свежая свиная кожа, нарезанная квадратиками со стороной 5 см	250 г
вода	1/4 л
бренди	1/4 л

Приправьте ломтики телятины специями и травами. Укладывайте в смазанную сливочным маслом гусятницу поочередно слои ломтиков телятины и кусочков свиной кожи, пока не кончатся их запасы. Добавьте воду и бренди. Доведите жидкость в гусятнице до кипения на сильном огне. Накройте крышкой и готовьте на слабом огне 4—5 ч.

Телячья ножка с апельсинами

На 6 порций

телячья голяшка вместе с костями, распиленная поперек на куски толщиной 3 см	2—2,5 кг
соль и молотый черный перец	
мука	
сливочное масло	60 г
морковь, репа, головка репчатого лука и стебель лука-порея, все средней величины и все мелко нарезанные	по 1 шт.
апельсин	2 шт.
сухое белое вино	100 мл

Посолите и поперчите куски телятины, затем обваляйте их в муке. Подрумяньте мясо в гусятнице на сливочном масле.

Добавьте мелко нарезанные овощи, накройте крышкой и поставьте тушиться на слабый огонь. Снимите цедру с апельсинов и нарежьте ее тонкой соломкой; отварите эту соломку в кипящей воде в течение нескольких минут. Дайте стечь и добавьте в телятину. Готовьте еще 1 ч.

Выложите куски телятины на прогретое блюдо. Процедите жидкость, в которой тушилось мясо, и влейте ее снова в гусятницу. Выдавите из апельсинов сок, процедите и добавьте вместе с вином в гусятницу. Доведите до кипения и дайте покипеть на сильном огне. Проверьте достаточность приправ. Полейте телятину соусом.

Телятина с чесноком

На 4 порции

мякоть телячьей рульки, срезанная с кости вдоль волокон ломтиками толщиной 5 см	1 кг
растительное масло	3 ст. л.
панировочные сухари тонкого помола	2 ст. л.
чеснок, чищеный	10 долек
бульон из курицы или телятины	3—4 ст. л.
соль и молотый черный перец	
белое вино	1/4 л

Разогрейте растительное масло в сковороде и подрумяньте в нем ломтики телятины. Добавьте панировочные сухари, чеснок и бульон. Приправьте все солью и перцем. Перемешайте и готовьте на среднем огне 5—10 мин, затем увлажните вином. Накройте крышкой и готовьте при слабом кипении 1,5 ч. Подавайте с ризотто.

Телятина с луком-пореем

На 4 порции

мякоть телячьей голяшки, нарезанная небольшими кубиками	850 г
арахисовое масло	100 мл
сливочное масло	40 г
соль и молотый черный перец	
белые части стеблей лука-порея, нарезанные тонкими ломтиками	850 г
сухое белое вино	100 мл
душистые травы	1 пучок
молоко	200 мл
изюм, замоченный на 20 мин в холодной воде и затем стекший	40 г
лимонный сок	1 ст. л.

Разогрейте растительное и сливочное масло в толстостенном сотейнике, достаточно большом, чтобы кубики мяса уместились в нем в один слой. Приправьте телятину и готовьте ее на довольно высоком огне примерно 15 мин, аккуратно переворачивая кубики мяса, пока они хорошенько не подрумянятся. Убавьте огонь до слабого, добавьте лук-порей и тушите его под крышкой 10 мин, не давая ему подрумяниться. Добавьте вино и пучок душистых трав. Полейте молоком, накройте крышкой, оставив ее слегка приоткрытой, и готовьте еще 30 мин. Когда телятина станет мягкой, а соус достаточно густым, выньте пучок душистых трав и добавьте изюм и лимонный сок. Проверьте достаточность приправ и подавайте на стол.

Рулет из телятины по-португальски

На 6 порций

телячья грудинка, отделенная от костей и защищенная от жира и пленок	1,5 кг
мелко нарезанная ветчина *пресунто, прошютто* или копченый окорок с прожилками жира	100 г
лярд	60 г
петрушка, мелко нарезанная	6 ст. л.
чеснок, измельченный или растолченный	1 долька
соль и свежеразмолотый черный перец	
сухое белое вино	200 мл

Сделайте острым ножом на внутренней стороне грудинки (там, где были кости) поперечные линейные надрезы глубиной 3 мм. Смешайте ветчину, 30 г лярда, 4 ст. л. петрушки, чеснок, 1 ч. л. соли и примерно 1/4 ч. л. перца в густую пасту. Намажьте эту пасту на надрезанную поверхность телятины. Начиная с узкой стороны, скатайте телятину в плотный рулет; прочно сколите или обвяжите шпагатом. Приправьте поверхность мяса перцем и небольшим количеством соли.

Подрумяньте телятину со всех сторон на медленном огне в гусятнице на оставшемся лярде. Добавьте вино, накройте крышкой и готовьте при слабом кипении 1 ч или до тех пор, пока мясо не станет мягким. Выньте телятину на разделочную доску и дайте постоять 10 минут, после чего нарежьте ее ломтиками толщиной около 5 мм. Снимите все излишки жира с соков в гусятнице. Попробуйте соки на вкус и при необходимости добавьте соли; затем разогрейте, добавьте оставшиеся 2 ст. л. нарезанной петрушки и подайте в качестве соуса для ломтиков телятины.

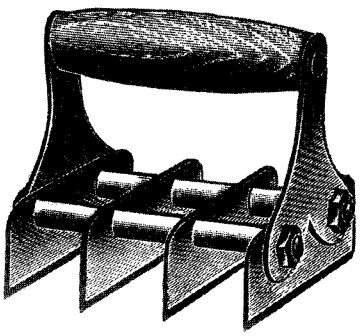
Фаршированная телятина по-немецки

Рубашечный жир, в который заворачивают телятину для сохранения ее соков во время приготовления,— это покрытая жиром пленка, окружающая свиной желудок. Вы можете купить рубашечный жир у своего мясника.

На 6 порций

мякоть телячьего щупа, в которой прорезаны два продольных щелевых кармашка	1,5 кг
большой кусок рубашечного жира	1 шт.
сливочное масло	60 г
бульон из телятины	100 мл
Начинка	
свиное сало, мелко нарезанное	150 г
филе анчоусов, мелко нарезанные	3 или 4 шт.
мелко нарезанная петрушка	2 ст. л.
соль и молотый черный перец	
тертый мускатный орех	
смородина	4 ст. л.

Для приготовления начинки тщательно смешайте свиное сало, анчоусы, петрушку, соль, перец, немного мускатного ореха и смородину. Заполните начинкой кармашки в телятине. Закройте кармашки, сдавив их края. Оберните телятину рубашечным жиром и обвяжите кулинарным шпагатом, как для жарения в духовке. Положите сливочное масло в овальную гусятницу. Когда масло растопится, положите в него телятину и обжарьте со всех сторон на среднем огне. Затем накройте крышкой, убавьте огонь до слабого и готовьте около 2 ч, в зависимости от размера куска мяса. При необходимости увлажняйте телятину бульоном, но используйте минимально возможное его количество. Переложите телятину в глубокое прогретое блюдо. Снимите жир с соуса, дайте ему покипеть, чтобы он стал погуще, и полейте соусом телятину.



Фрикадельки из телятины в белом вине и сливках

По этому рецепту получится примерно 128 фрикаделек величиной с оливку для легкого ужина, однако, если вы хотите подавать их в качестве основного блюда, делайте их величиной с небольшое яйцо. Даже если вы купите готовый мясной фарш из телятины, следуйте указаниям рецепта и дважды пропустите этот фарш через мелкий нож мясорубки. Фрикадельки можно приготовить заранее и дать им постоять при комнатной температуре, однако соус должен быть сделан в последнюю минуту.

На 4—6 порций

мякоть телячьей лопатки	750 г
сливочное масло, размягченное	100 г
майоран, сушеный	1 ч. л.
розмарин, сушеный	1/2 ч. л.
соль	1,5 ч. л.
молотый черный перец	1/4 ч. л.
яйца, взбитые	3 шт.
двойные сливки	150 мл
сухое белое вино	100 мл
кукурузная мука, размешанная в 2 ст. л. воды	1 ч. л.
шалот, мелко нарезанный (или репчатый лук)	1 ст. л.
лук-скорода, мелко нарезанный	2—3 ст. л.

Прогрейте духовку до 200 °С. Пропустите телятину через мелкий нож мясорубки. Затем смешайте в большой миске молотую телятину, размягченное сливочное масло, майоран, розмарин, соль, перец и взбитые яйца. Пропустите смесь еще раз через мелкий нож мясорубки, затем смешайте с 1/3 сливок и сформуйте в шарики размером с оливку.

Смажьте сливочным маслом неглубокое жаростойкое сервировочное блюдо. Уложите фрикадельки на блюдо так, чтобы они не касались друг друга, и готовьте их в духовке 25 мин. Выньте блюдо с фрикадельками из духовки, переложите их на тарелку и поставьте в теплое место. Добавьте белое вино в соки на блюде и размешивайте, добавляя оставшиеся сливки, кашицу из кукурузной муки и лук (шалот или репчатый).

Переложите снова фрикадельки в блюдо с соусом и поставьте их в духовку еще на 15 мин. Посыпьте обильно луком-скородой и подавайте горячими.

Тушеная телячья грудинка, начиненная свининой и сыром

Инструкции по подготовке кармашка для начинки приведены на стр. 70

На 4 порции

отделенная от костей телячья грудинка	1 кг
сырой окорок, нарезанный тонкими ломтиками	75 г
сыр Мортаделла, нарезанный тонкими ломтиками и разрезанный затем на полоски шириной 4 см	75 г
сливочное масло	100 г
соль и молотый черный перец	
сухое белое вино	100 мл
бульон из телятины	4—5 ст. л.
Начинка	
постная свинина, рубленая	250 г
окорок средней жирности, рубленый	30 г
сыр Мортаделла, измельченный	30 г
чеснок, измельченный	1 долька
нарезанная петрушка	2 ст. л.
соль и свежеразмолотый белый перец	
тертый мускатный орех	
яйца	2 шт.

Для приготовления начинки смешайте в керамической миске рубленую свинину, окорок, сыр, чеснок и петрушку. Приправьте солью, перцем и щепоткой мускатного ореха, добавьте яйца и промесите в однородную массу. Положите слой начинки в кармашек, сформованный в мясе. Положите на слой начинки слой ломтиков ветчины, затем слой ломтиков сыра, на него второй слой начинки, снова ветчины, сыра и, если хватит, третий слой начинки. Зашейте кармашек толстой белой ниткой, чтобы начинка не выпала, и обвяжите грудинку крест-накрест шпагатом. Намажьте внешнюю поверхность грудинки половиной сливочного масла. Растопите остальное сливочное масло в гусятнице и положите в нее грудинку. Приправьте солью и перцем и подрумяньте с обеих сторон на сильном огне. Убавьте огонь, накройте гусятницу крышкой и продолжайте готовить, время от времени поливая мясо несколькими столовыми ложками смеси вина с бульоном. Когда мясо станет мягким (примерно через 2 ч), выньте его из гусятницы, дайте стечь, удалите шпагат и нитки и положите грудинку на горячее сервировочное блюдо. Процедите жидкость через очень мелкое сито и, если необходимо, дайте ей покипеть, чтобы соус получился более густым. Полейте соусом телятину и сразу же подавайте на стол.

Телячья рулька, тушенная с картофелем

Особая прелесть этого блюда заключается в его текстуре. Соединительная ткань рульки во время тушения размягчается и превращается в желатин, а мышечные ткани становятся необыкновенно нежными и мягкими.

На 6—8 порций

отделенная от костей телячья рулька, нарезанная большими кусками	1 кг
картофель, чищеный, нарезанный ломтиками	6 шт.
оливковое масло	2—3 ст. л.
соль и молотый черный перец	
куркума, молотая (не обязательно)	1/2 ч. л.
лимонный сок	1 ст. л.

Обжарьте мясо и картофель на слабом огне в горячем растительном масле в большой гусятнице, переворачивая ингредиенты для равномерного их подрумянивания. Приправьте солью и перцем и добавьте куркуму, если вы хотите придать блюду желтоватый цвет. Залейте наполовину водой. Накройте крышкой и готовьте при слабом кипении примерно 2 ч или до тех пор, пока мясо не станет очень мягким, а соус густым, доливая при необходимости немного воды и время от времени переворачивая мясо. Проверьте достаточность приправ и непосредственно перед подачей на стол добавьте немного лимонного сока.

Тушеная телятина с репчатым луком и рисом

На 4—6 порций

мякоть телячьей покромки или грудинки, нарезанная ломтиками весом по 150 г	1 кг
оливковое масло	4 ст. л.
репчатый лук, маринованный	500 г
томатное пюре	2 ст. л.
чеснок	3 дольки
тимьян	1 веточка
молодые грибы, нарезанные ломтиками	250 г
белое вино	100—150 мл
соль и молотый черный перец	
черные маслины без косточек	12 шт.
зеленые оливки без косточек	12 шт.

Влейте оливковое масло в широкую неглубокую гусятницу. Когда масло разогреется, положите в него ломтики телятины и обжаривайте их с обеих сторон, пока мясо хорошенько не подрумянится. Переложите телятину в другую посуду. В том же масле обжарьте репчатый лук. Когда лук слегка подрумянится, добавьте томатное пюре и затем, несколько минут спустя, снова положите мясо в гусятницу вместе с чесноком, тимьяном и грибами. Полейте сверху белым вином и приправьте солью и перцем. Увеличьте огонь. Когда жидкость начнет закипать, накройте крышкой, убавьте огонь и готовьте при слабом кипении 1,5 ч, время от времени перемешивая ингредиенты лопаточкой, чтобы предупредить прилипание. За 15 мин до конца тушения добавьте оливки. Подавайте кушанье вместе с чашей риса, отваренного в воде и ароматизированного щепоткой шафрана.

Телячья рулька, тушенная с помидорами и чесноком

На 4 порции

телячья рулька, срезанная с кости вдоль волокон длинными кусочками весом около 90 г каждый	750 г
говяжий топленый жир или оливковое масло	1,5 ст. л.
соль и молотый черный перец	
бульон из говядины или телятины	100—150 мл
свежие хлебные крошки	3 ст. л.
чеснок, мелко нарезанный	1 долька
лимонная цедра, мелко нарезанная	
петрушка, нарезанная	1 ст. л.
Соус	
помидоры, очищенные от кожицы и нарезанные кусочками	250 г
соль и молотый черный перец	
сахар	
сушеный базилик или майоран	

Сначала приготовьте соус из помидоров, потушив их без добавления жидкости в кашицеобразную массу, предварительно хорошенько приправив солью, перцем, сахаром и сушеным базиликом или майораном. Затем подрумяньте телятину в жиру или оливковом масле; приправьте ее, добавьте томатный соус и мясной бульон. Готовьте, не накрывая крышкой, на медленном огне на конфорке 15 мин или поставьте, накрыв крышкой, в духовку, прогретую до 140 °С, на 1 ч. Когда телятина станет мягкой, посыпьте ее сверху хлебными крошками, смешанными с чесноком, небольшим количеством лимонной цедры и петрушкой. Готовьте мясо в духовке, не накрывая крышкой, еще 10—15 мин. Должно получиться совсем немного густоватого соуса, а мясо должно приобрести клейкость, свойственную тушеной телятине. Подавайте с рисом.

Соте из телятины с репчатым луком и морковью

На 4—6 порций

телячья шея, лопатка или грудинка, нарезанные кусочками весом по 40 г	750 г
соль и молотый черный перец	
мука	
соленый бекон, рубленый	125 г
репчатый лук средней величины, нарезанный кружочками, разделенный затем на отдельные колечки	3 головки
морковь, нарезанная тонкими ломтиками	350 г
душистые травы	1 пучок
вода	100 мл
горячая вода или бульон из телятины	300 мл

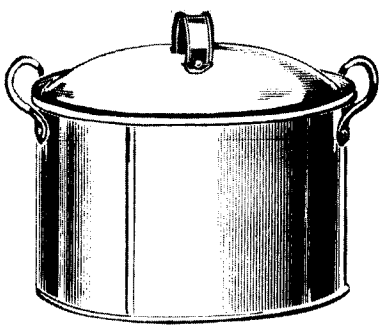
Приправьте куски телятины и обваляйте их в муке. Разогрейте бекон в сотейнике, добавьте мясо и подрумяньте его со всех сторон. Переложите мясо и бекон в другую посуду и покройте дно сотейника слоем овощей. Уложите аккуратно куски телятины сверху на овощи. Добавьте пучок душистых трав и воду. Накройте крышкой и готовьте на среднем огне около 40 мин или до тех пор, пока вода не испарится. Затем добавьте горячую воду или (если есть такая возможность) бульон из телятины, чтобы мясо было слегка покрыто жидкостью. Накройте крышкой и готовьте на слабом огне примерно 1 ч или до тех пор, пока мясо не станет мягким. Подавайте с картофельным пюре.

Телятина в молоке

На 6 порций

отделенная от костей телячья лопатка	1 кг
сливочное масло	75 г
душистые травы или свежий розмарин и шалфей	1 пучок
репчатый лук, маринованный	18 головок
соль и свежеразмолотый белый перец	
тертый мускатный орех	
молоко	1,5 л

Распределите 60 г сливочного масла по внутренней поверхности дна жаровни. Остальным маслом натрите мясо и положите в жаровню вместе с пучком душистых трав. Поставьте жаровню в духовку, прогретую до 200 °С, на 30 мин. Часто переворачивайте и время от времени поливайте телятину мясными соками. Удалите пучок душистых трав и положите мясо в гусятницу с плотно прилегающей крышкой. Уложите вокруг мяса репчатый лук и приправьте солью, перцем и щепоткой мускатного ореха. Вскипятите молоко и добавьте в гусятницу, чтобы все ингредиенты были покрыты жидкостью. Накройте крышкой и готовьте в духовке при 180 °С 2 ч. Выньте мясо, нарежьте ломтиками и уложите их на прогретое сервировочное блюдо. Процедите жидкость и полейте ей ломтики мяса. Подавайте телятину горячей.



Тагинэ из телятины с миндалем и репчатым луком

Тагинэ — *это приготовленное на медленном огне марокканское тушеное мясо, названное аналогично с названием неглубокого глиняного горшка с конической крышкой, в котором это мясо традиционно готовится.*

На 6—8 порций

телячьей голяшки, напиленной кусками весом по 150 г и промытой затем в воде	1 кг
соль и молотый черный перец	
молотый шафран	1/2 ч. л.
сливочное масло	150 г
репчатый лук, нарезанный тонкими колечками	1 кг
миндаль, бланшированный и очищенный от кожицы	200 г
мелко нарезанная петрушка	3—4 ст. л.

Положите телятину в посуду для тушения и приправьте солью и перцем. Добавьте большую часть шафрана, сливочное масло, 250 г репчатого лука и миндаль. Залейте водой, чтобы мясо было покрыто жидкостью, накройте крышкой и готовьте на очень слабом огне (или в духовке при 170 °С) 1,5 ч, периодически перемешивая и добавляя воду. Когда мясо будет готово и начнет отделяться от костей, переложите телятину в другую посуду и поставьте в теплое место.

Добавьте остальной репчатый лук, петрушку, немного соли и оставшийся шафран в посуду для тушения и потрясите ее так, чтобы все ингредиенты перемешались. Готовьте при слабом кипении, не накрывая крышкой, 15—20 мин или до тех пор, пока лук не станет мягким, но еще сохраняющим свою форму. Проверьте достаточность приправ, положите снова телятину в посуду для тушения и разогрейте мясо на слабом огне. Перед подачей процедите соус, который должен быть средней густоты. Выложите телятину на прогретое сервировочное блюдо, украсьте сверху репчатым луком и миндалем и полейте соусом.

Бланкетт из телятины

На 4 порции

телячья грудинка или покромка, нарезанная ломтиками толщиной 2 см	1 кг
небольшие, упругие шляпки молодых грибов, почищенные и промытые	175 г
лимонный сок	1—2 ст. л.
вода	4 ст. л.
сливочное масло	75 г
соль и свежеразмолотый черный перец	
морковь средней величины, почищенная и нарезанная кусками длиной 2,5 см	3 шт.
зрелый репчатый лук средней величины, одна — с вдавленными в нее бутонами гвоздики	2 головки
тимьян или смесь душистых трав	
душистые травы (петрушка, 1 небольшой черешковый сельдерей и 1 лавровый лист)	1 пучок
молодой репчатый лук	20 головок
мука	1 ст. л.
двойные сливки	5 ст. л.
яичный желток	3 шт.
мускатных орех, свеженатертый	
петрушка, нарезанная	

Влейте в кастрюльку воду, большую часть лимонного сока, положите грибы, 15 г сливочного масла, немного соли и перца, накройте крышкой, доведите до кипения и дайте покипеть 1 мин.

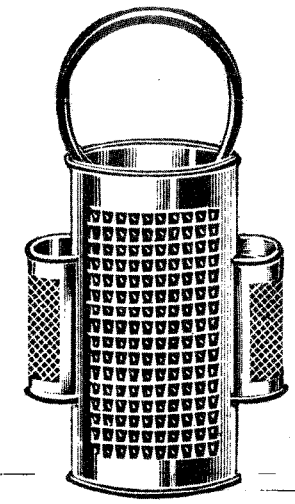
Уложите ломтики мяса в толстостенную кастрюлю так, чтобы они занимали как можно меньше места (мясо не уминайте). Поставьте грибы в сторонку, влив их отвар в телятину и добавив в него холодную воду, чтобы жидкость покрывала ломтики мяса слоем в 1 см. Посолите, доведите до кипения и 2—3 раза снимите пену, добавляя немного холодной воды каждый раз, когда жидкость начнет снова закипать. Добавьте морковь и головки зрелого репчатого лука, большую щепотку тимьяна или смеси ароматических трав, а также пучок душистых трав, позаботившись о том, чтобы все эти ингредиенты погрузились в воду. Отрегулируйте огонь, чтобы жидкость в накрытой крышкой кастрюле еле кипела, и готовьте на этом огне 1,5 ч.

Тем временем положите головки молодого репчатого лука вместе с 30 г сливочного масла в отдельную кастрюлю, размеры которой позволят луковицам уместиться бок о бок в один слой. Приправьте солью и перцем, накройте крышкой и тушите на слабом огне 15 мин, время от времени переворачивая луковицы. Они должны стать мягкими и слегка желтоватыми, но не подрумяненными.

Процедите содержимое кастрюли с мясом через большое сито в миску. Извлеките обе луковицы и пучок душистых трав и выбросьте их. Поставьте миску с жидкостью в сторонку. Положите мясо и морковь снова в ту же кастрюлю. Добавьте грибы и молодые луковицы и поставьте кастрюлю в сторонку, накрыв ее крышкой. Снимите весь жир с поверхности жидкости.

В отдельной кастрюле приготовьте смесь *ру*: растопите оставшиеся 30 г сливочного масла на слабом огне, добавьте муку и готовьте примерно 1 мин, непрерывно помешивая смесь и не давая муке подрумяниваться. Влейте в смесь *ру* отцеженную от мяса жидкость (всю сразу) и взбивайте смесь венчиком, пока она снова не закипит. Не накрывая кастрюлю крышкой, убавьте огонь, чтобы жидкость в кастрюле еле кипела. В течение примерно 20 мин снимайте светлую жироподобную пленку, которая будет периодически образовываться на поверхности, затем полейте получившимся слегка загущенным соусом мясо и его овощной гарнир. Поставьте мясо на огонь и готовьте под крышкой при слабом кипении около 20 мин.

Смешайте в миске сливки и яичные желтки. Добавьте немного перца, маленькую щепотку мускатного ореха и медленно вмешайте в смесь половник соуса. Затем, сняв мясо с конфорки, полейте его яичной смесью и аккуратно перемешайте. Снова поставьте кастрюлю с мясом на слабый огонь и непрерывно размешивайте, пока соус не станет достаточно густым, чтобы набираться в ложку с небольшой горкой; соус не должен приближаться к точке кипения, иначе он свернется. Добавьте несколько капель лимонного сока; попробуйте соус на вкус и, если необходимо, добавьте еще чуточку. Посыпьте нарезанной петрушкой и подавайте с рисом.



Телячья грудинка по-овернски

Инструкции по формовке кармашка для начинки в телячьей грудинке приведены на стр. 70.

На 6 порций

телячьей грудинки, подготовленная для закладки начинки	2 кг
морковь, нарезанная ломтиками	2 шт.
крупная головка репчатого лука, нарезанная колечками	1 шт.
лук-порей, нарезанный ломтиками	1 шт.
душистые травы	1 пучок
соль	

Начинка

толстый ломтик сырого окорока, нарубленный	1 шт.
толстый ломтик соленого бекона, нарубленный	1 шт.
нашинкованный мангольд	850 г
репчатый лук, нашинкованный	1 головка
чеснок и петрушка, нарезанные	
мука	3 ст. л.
молоко	3 ст. л.
яйца, взбитые	2 шт.
соль, молотый черный перец и тертый мускатный орех	

Для приготовления начинки смешайте окорок, бекон, овощи и травы. Добавьте муку, увлажните смесь молоком и яйцами и приправьте солью, перцем и щепоткой тертого мускатного ореха. После перемешивания должна получиться довольно густая смесь. Зафаршируйте грудинку и аккуратно зашейте кармашек. Положите грудинку в кастрюлю с водой (мясо должно быть полностью покрыто жидкостью), добавьте овощи, пучок душистых трав и соль. Готовьте при слабом кипении 2,5 ч.

Телячья фаршированная грудинка по-лигурийски

Инструкции по формовке кармашка для начинки в телячьей грудинке приведены на стр. 70.

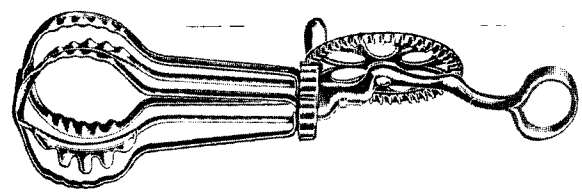
На 6 порций

телячья грудинка, подготовленная для закладки начинки	1 кг

Начинка

салат-латук	1 кг
бараний мозг или 1/2 телячьего мозга, вымоченные в воде и очищенные от пленок	1 шт.
сливочное масло	30 г
репчатый лук, нашинкованный	1 головка
тертый сыр	60 г
чеснок, растолченный	1 долька
ломтик хлеба без корки, намоченный в молоке и отжатый	1 шт.
майоран, нарезанный	
петрушка, нарезанная	4 ст. л.
яйца	4 шт.
соль	

Для приготовления начинки отварите салат-латук в кипящей воде в течение 1 мин, дайте стечь и остыть, выжмите остатки воды и нарежьте листья крупными кусками. Обжарьте мозги вместе с репчатым луком на слабом огне в сливочном масле, нарубите маленькими кусочками и дайте остыть. Смешайте мозги и репчатый лук с салатом-латуком, сыром, чесноком, хлебом, щепоткой майорана, петрушкой и яйцами. Приправьте солью и почти полностью заполните кармашек в грудинке начинкой. Обвяжите грудинку шпагатом и положите ее в большую кастрюлю с кипящей водой. Снова доведите воду до кипения, убавьте огонь и готовьте при слабом кипении по меньшей мере 2 ч. Выньте телятину из кастрюли, дайте постоять 3 ч или дольше, нарежьте ломтиками и подавайте холодной или чуть теплой.



Телячья грудинка, фаршированная рисом и мангольдом

Инструкции по формовке в телячьей грудинке кармашка для начинки приведены на стр. 70.

На 6—8 порций

телячья грудинка, подготовленная для закладки начинки	1,5 кг
яйца, сваренные вкрутую	6 шт.

Бульон из телятины

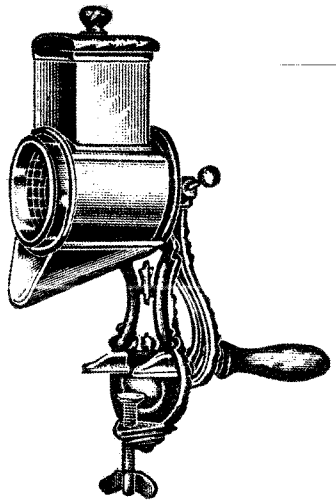
телячьи кости	1 кг
морковь, нашинкованная	100 г
лук-порей, нашинкованный	150 г
вода	5 л

Начинка

листья мангольда с удаленными черешками, бланшированные и затем нашинкованные	600 г
рис, вареный	175 г
хлеб, намоченный в воде, хорошенько отжатый и разделенный затем на несколько частей	100 г
постная соленая свиная грудинка, рубленая	125 г
чеснок, измельченный	1 долька
шалот, нашинкованный	2 шт.
яйца	2 шт.
оливковое масло	2 ст. л.
соль и молотый черный перец	

Для приготовления бульона 2 ч отваривайте в воде на медленном огне телячьи кости, морковь и лук-порей. Смешайте все ингредиенты начинки, приправляя слегка смесь солью и перцем. Выстелите кармашек в грудинке

начинкой, затем положите в него крутые яйца концом к концу вдоль средней части кармашка. Зашейте аккуратно щель иголкой с тонким шпагатом. Разогрейте бульон в большой гусятнице, чтобы он стал чуть теплым, положите в него начиненную грудинку и медленно доведите бульон до кипения. Готовьте под крышкой при слабом кипении примерно 1,5 ч. Подавайте телятину либо горячей, либо холодной, нарезанной поперечными ломтиками с кружочком крутого яйца в центре каждого кусочка.



Фрикадели в сельдерейном соусе

На 4 порции

телятина, мелко нарубленная	500 г
соль	
яйцо	1 шт.
мука	75 г
вода	2 ст. л.
кипяченое молоко, охлажденное	100 мл
молотый черный перец	
репчатый лук, натертый на терке	1 головка
Соус	
крупный корень сельдерея, очищенный	1 шт.
сливочное масло	3 ст. л.
мука	3 ст. л.
зарезервированный мясной отвар	600 мл

Положите телятину в миску, слегка посолите, добавьте яйцо и тщательно растолките. Добавьте муку и, когда она пропитается мясными соками, добавьте холодную воду. Вливая небольшими порциями молоко, хорошенько перемешайте. Приправьте солью, перцем и репчатым луком. Сформуйте из смеси шарики величиной с большой грецкий орех. Опустите их в кипящую подсоленную воду и отваривайте при слабом кипении 10 мин. Выньте фрикадели из отвара и поставьте их в теплое место на время приготовления сельдерейного соуса.

Положите сельдерей в воду из-под фрикаделей и отваривайте около 20 мин, пока он не станет мягким. Выньте сельдерей из отвара, дайте стечь и положите в теплое место. Отвар зарезервируйте. Растопите сливочное масло в кастрюле, размешайте в масле муку и обжаривайте на слабом огне 5 мин. Вмешайте порциями зарезервированный отвар и готовьте при слабом кипении 15—20 мин; несколько раз снимите пену.

Нарежьте вареный сельдерей маленькими кусочками и положите на сервировочное блюдо вместе с фрикаделями. Полейте сверху соусом и подавайте на стол.

Телятина с соусом из тунца

Это блюдо должно быть приготовлено и полностью оформлено заранее (за день или два до подачи), накрыто крышкой и поставлено в холодильник для пропитывания телятины соусом. Блюдо необходимо вынуть из холодильника за час до подачи на стол.

На 4—6 порций

мякоть телячьего бедра	1 кг
морковь, нашинкованная	1 шт.
репчатый лук, нашинкованный	1 головка
черешковый сельдерей, нашинкованный	1 шт.
лавровый лист	1 шт.
соль	
черный перец	3 или 4 горошины
Соус из тунца	
свежий тунец, запеченный и затем охлажденный	125 г
филе анчоусов	3 или 4 шт.
оливковое масло	200 мл
лимонный сок	1—2 ст. л.
стекшие каперсы	2 ст. л.
молотый черный перец	

Обвяжите мясо шпагатом в компактный кусок. Положите в большую кастрюлю и залейте водой так, чтобы она только покрыла мясо. Доведите до кипения, снимите пену и добавьте нашинкованные овощи, лавровый лист, соль по вкусу и горошины черного перца. Накройте крышкой и готовьте при слабом кипении 1,5—2 ч, пока мясо не станет мягким. Выньте мясо, дайте ему остыть и нарежьте тонкими ломтиками. Уложите ломтики внахлестку в глубокое блюдо.

Для приготовления соуса растолките тунца и филе анчоусов в ступке или миске и добавьте достаточно оливкового масла, чтобы получился жидкий майонез. Аккуратно размешайте оливковое масло с рыбной массой. Добавьте лимонный сок по вкусу, каперсы и молотый перец. Хорошенько перемешайте, проверьте достаточность специй и полейте соусом мясо.

Паровой пудинг из телятины

На 4 порции

телячье бедро, зачищенное от жира	250 г
филе анчоусов, вымоченные в воде и обсушенные	75 г
яичный желток	3 шт.
сливочное масло	75 г
каперсы	1/2 ст. л.
двойные сливки	100 мл
сухари, натертые на терке	10 шт.
яичные белки, взбитые в густую пену	3 шт.
соль и молотый черный перец	

Нарубите мясо вместе с анчоусами, затем смешайте с яичными желтками, сливочным маслом и каперсами. Добавьте сливки, тертые сухари и осторожно вмешайте взбитый белок. Приправьте солью и перцем. Выложите смесь в смазанную жиром форму. Поставьте форму в кастрюлю, в которую налита горячая вода так, чтобы после опускания формы вода доходила примерно до двух третей ее высоты. Готовьте на пару в духовке при температуре 150 °С 1,5 ч.

Пудинг из телятины

На 4—6 порций

телятина, рубленая	500 г
сливочное масло	60 г
сыр Пармезан, тертый	30 г
ломтик хлеба без корки, намоченный в молоке и хорошо отжатый	1 шт.
сладкий красный перец, очищенный от кожицы и семян и нарезанный кусочками	1 шт.
помидоры, очищенные от кожицы и семян и нарезанные кусочками	125 г
яйца, слегка взбитые	4 шт.
соль	
тертый мускатный орех	
панировочные сухари	1—2 ст. л.
соус Бешамель или томатный соус *(стр. 167)*	

Растопите сливочное масло в сотейнике (оставив небольшой кусочек для смазывания формы). Обжарьте слегка телятину и переложите ее в миску. Добавьте в телятину сыр, хлеб, перец, помидоры и яйца. Приправьте солью и щепоткой тертого мускатного ореха и хорошенько перемешайте. Смажьте литровую форму сливочным маслом и посыпьте панировочными сухарями. Заполните форму мясной смесью и поставьте на 1 ч в духовку, прогретую до 180 °С. Выложите пудинг из формы на теплое блюдо и полейте соусом Бешамель или томатным соусом.

Суфле из телятины

На 4—5 порций

жареная или тушеная телятина, рубленая	750 г
сливочное масло или лярд	75 г
паста из анчоусов	1/4 ч. л.
мука	40 г
остатки мясной подливы к телятине	100 мл
пастеризованное молоко	150 мл
сухой херес	4 ст. л.
петрушка, лук-скорода, репчатый лук и сладкий зеленый перец, мелко нарезанные	по 1 ч. л.
соль и молотый черный перец	
тертый мускатный орех	
сушеный тимьян	
яйца, желтки и белки отдельно	3 шт.
холодное молоко	2 ст. л.
лимонная цедра, мелко натертая	1/2 ч. л.
панировочные сухари тонкого помола	

Разогрейте в кастрюле на слабом огне 60 г сливочного масла вместе с пастой из анчоусов; вмешайте муку и, когда смесь примет однородную консистенцию, добавьте, непрерывно размешивая, подливу, пастеризованное молоко и херес. Когда смесь начнет закипать, добавьте телятину, петрушку, лук-скороду, репчатый лук и сладкий перец. Приправьте по вкусу солью, молотым перцем, мускатным орехом и тимьяном и дайте покипеть 3—4 мин, непрерывно размешивая. Снимите кастрюлю с огня и вмешайте яичные желтки, предварительно смешанные с холодным молоком и хорошо взбитые. Затем добавьте взбитые в густую пену и ароматизированные лимонной цедрой яичные белки и осторожно перемешайте. Выложите смесь в обильно смазанную сливочным маслом и посыпанную панировочными сухарями кольцевую форму. Выпекайте в духовке при температуре 180 °С примерно 45—50 мин или до тех пор, пока суфле хорошо не поднимется, став упругим на ощупь, и не подрумянится. Выложите суфле на прогретое круглое блюдо; по желанию, непосредственно перед подачей на стол заполните отверстие в центральной части суфле взбитым пюре из сельдерея.

Мясной хлеб из телятины со сметаной

На 6 порций

телятина, рубленая	750 г
свинина, рубленая	250 г
репчатый лук, тертый	2 ст. л.
морковь, натертая на мелкой терке	2 шт.
сушеный шалфей или 1 ч. л. нарезанного свежего шалфея	1/2 ч. л.
соль	1,5 ч. л.
черный перец, свежеразмолотый	1/4 ч. л.
лимонная цедра, тертая	1/2 ч. л.
сметана	100 мл

Прогрейте духовку до 180 °С. Смешайте все ингредиенты и выложите полученную смесь в прямоугольную форму размером 22×12,5×7,5 см. Выпекайте в духовке 1,5 ч.

Телячья ножка по-баварски

На 4 порции

крупная телячья голяшка, обработанная	1 шт.
вода	1 л
морковь, репа, репчатый лук, лук-порей и черешковый сельдерей	по 1 шт.
душистые травы (петрушка, тимьян и лавровый лист)	1 пучок
лимонная цедра, тертая	1 ч. л.
соль	
черный перец	3 или 4 горошины
сливочное масло, растопленное	60 г

Положите в воду овощи, пучок душистых трав, лимонную цедру, соль и перец, и доведите до кипения. Добавьте хорошо промытую обработанную телячью голяшку, накройте крышкой и готовьте при слабом кипении около 45 мин. Выньте голяшку из бульона, дайте остыть, смажьте сливочным маслом, положите в смазанную жиром жаровню и поставьте для подрумянивания на 25—30 мин в прогретую до 200 °С духовку. Периодически поливайте растопленным сливочным маслом; ножка должна очень красиво подрумяниться. Налейте в жаровню немного бульона, доведите до кипения и полейте им перед подачей телячью ножку.

Рубленая телятина с устрицами

На 4—6 порций

постная жареная телятина от поясничной части туши, рубленая	500 г
соль	
кайенский перец	
молотый мускатный цвет	
белый соус *(стр. 167)*	600 мл
мелкие устрицы или 125 г грибов, нарезанные мелкими кусочками и тушенные в сливочном масле в течение 10 мин	36 шт.
крутоны, приготовленные путем кратковременного обжаривания небольших кусочков хлеба в сливочном масле, или испеченное в духовке фигурное печенье из пресного слоеного теста *(стр. 166)*	

Посыпьте телятину солью, кайенским перцем, мускатным цветом и разогрейте в белом соусе, не доводя его до кипения. Непосредственно перед подачей на стол смешайте телятину с устрицами, добавленными вместе с их процеженной жидкостью. Украсьте готовое блюдо подрумяненными крутонами или фигурным печеньем.

Вместо устриц телятину можно смешать с грибами; если грибы очень мелкие, их можно не резать.

Запеканка из телятины с артишоками

На 4—6 порций

телятина, рубленая	750 г
некрупные свежие артишоки	20 шт.
лимонный сок, смешанный с 3 ст. л. муки	3 ст. л.
бараньи или телячьи мозги, вымоченные в холодной воде, очищенные от пленок, обсушенные и затем нарезанные кусочками	250 г
головки репчатого лука, натертые на мелкой терке	2 шт.
сливочное масло	60 г
соус Бешамель *(стр. 167)*	3/4 л
соль и молотый черный перец	
яйца, хорошо взбитые	3 шт.
сыр Пармезан	

Обработайте артишоки, удалив с них все грубые наружные листья; вырежьте сердцевину и используйте только донышки. Натрите их по одному половинкой лимона, положите в миску и залейте доверху смешанным с мукой и водой лимонным соком; это предохранит донышки от потемнения. Непосредственно перед варкой промойте донышки артишоков водой, затем отваривайте их в кипя-

щей подсоленной воде около 10 мин, пока донышки не станут мягкими. Слейте и поставьте остывать.

Обжаривайте на сливочном масле в сковороде мозги, телятину и репчатый лук 10 мин. Дайте немного остыть, затем смешайте с 2 ст. л. соуса Бешамель и приправьте по вкусу.

Уложите в обильно смазанную сливочным маслом форму слой нарезанных тонкими ломтиками донышек артишоков, затем слой мяса, снова слой артишоков и так до тех пор, пока форма не заполнится. Аккуратно перемешайте взбитые яйца с оставшимся соусом Бешамель и залейте содержимое формы. Посыпьте сверху тонким слоем тертого сыра Пармезан и запекайте в умеренно прогретой духовке 45 мин. Подавайте с салатом из огурцов и помидоров.

Фрикадели из телятины в пивном соусе

На 4 порции

телятина, рубленая	600 г
ломтики белого хлеба без корок	2 шт.
пиво	1/4 л
сливочное масло	60 г
небольшая головка репчатого лука, нашинкованная	1 шт.
чеснок, растолченный	1 долька
яйцо, слегка взбитое	1 шт.
соль и молотый черный перец	
тертый мускатный орех	
лимонный сок	1 ст. л.
сахар	
петрушка, нарезанная	1 ст. л.

Намочите хлеб в 4 ст. л. пива, затем хорошенько отожмите. Растопите на сковороде 30 г сливочного масла и обжаривайте в нем лук и чеснок, пока они не станут прозрачными. Смешайте в миске телятину с хлебом, репчатым луком, чесноком, яйцом, солью, перцем и щепоткой мускатного ореха. Сформуйте из фарша 8 фрикаделей и подрумяньте их со всех сторон на сковороде в оставшемся сливочном масле. Влейте остаток пива и лимонный сок, добавьте щепотку сахара, накройте крышкой и готовьте при слабом кипении 30 мин. Переложите фрикадели шумовкой на прогретое блюдо. Увеличьте огонь под сковородой до сильного и дайте соусу покипеть, чтобы его объем уменьшился на 1/4. Полейте соусом через сито фрикадели и посыпьте их петрушкой. Подавайте с жареным картофелем по-французски, салатом и холодным пивом.

Рубленая телятина

На 3—4 порции

жареная телятина, включая не более 90 г жира, нарезанная мелкими кубиками	500 г
соль	1 ч. л.
мука	2 ст. л.
крупная головка репчатого лука, нашинкованная	1 шт.
молотый черный перец	
вода	300 мл
яйца-пашот, сваренные без скорлупы (не обязательно)	
хлебные крошки (не обязательно)	
сливочное масло (не обязательно)	

Положите мясо и жир на блюдо и добавьте соль, муку, репчатый лук и немного перца. Вскипятите воду в кастрюле; добавьте мясную смесь, размешайте и дайте покипеть на медленном огне 20 мин.

Подавайте телятину на тостах, украсив, по желанию, сверху яйцом; либо выложите фарш на жаростойкое блюдо, покройте хлебными крошками с небольшим количеством сливочного масла и подрумяньте в прогретом гриле. Мясо можно сделать белым, если вместо воды использовать молоко.



Телятина, запеченная в духовке

На 3—4 порции

жареная телятина, мелко нарубленная	250 г
тонкие ломтики бекона, мелко нарубленные	125 г
панировочные сухари	200 г
подлива из соков жареной телятины	300 мл
лимонная цедра, тертая	1/2 ч. л.
молотый мускатный цвет или растолченный мускатный цвет от одного ореха	1/2 ч. л.
кайенский перец и соль	
яйца, тщательно взбитые	4 шт.

Смешайте телятину с беконом, затем добавьте панировочные сухари, подливу, лимонную цедру и приправы и хорошенько перемешайте все эти ингредиенты. Добавьте взбитые яйца и еще раз тщательно все перемешайте. Выложите смесь в форму и запекайте в духовке при 180 °С 45—60 мин. По желанию, можете подать вместе с телятиной немного мясной подливы в соуснике.

Стандартные рецепты

Песочное и пресное слоеное тесто

Этот простой рецепт позволяет получать и песочное и пресное слоеное тесто. Различие заключается в способе раскатывания теста.

Для лепешки из теста диаметром 20 см

мука	125 г
соль	1/4 ч. л.
холодное несоленое сливочное масло, нарубленное маленькими кусочками	125 г
холодная вода	3—4 ст. л.

Смешайте муку с солью в миске. Добавьте сливочное масло и рубите его в муке двумя кухонными ножами до тех пор, пока оно хорошенько не измельчится. Постарайтесь проделать это всего за несколько минут. Добавьте половину указанного количества воды и быстро перемешайте вилкой со смесью муки и масла. Добавьте еще столько оставшейся воды, чтобы из теста можно было сформовать руками плотный шар. Заверните тесто в пластиковую пленку или вощеную бумагу и положите в холодильник на 2—3 ч или в морозильник на 20 мин, чтобы поверхность теста слегка промерзла.

Для раскатывания в песочное тесто. Выньте сформованное в шар тесто из холодильника или морозильника и положите на прохладную, посыпанную мукой поверхность (лучше всего для этого подходит мраморная плита). Расплющите слегка тесто рукой, затем аккуратно побейте по нему скалкой, чтобы тесто стало более плоским и податливым. Раскатывайте тесто, начиная с середины, пока из него не получится диск толщиной 1 см. Переверните тесто, чтобы обе его стороны были покрыты мукой, и продолжайте раскатывание, пока толщина диска не уменьшится до 3 мм. Скатайте диск на скалку, поднимите и раскатайте на форму для выпечки пирога. Обрежьте кромки теста примерно в сантиметре от края формы, подверните кромки вниз, сдавите прочно большим и указательным пальцами и загофрируйте.

Для раскатывания в пресное слоеное тесто. Положите тесто на прохладную, посыпанную мукой поверхность и расплющите аккуратными ударами скалки. Переверните тесто, чтобы обе его стороны были хорошо покрыты мукой, и раскатайте энергично в прямоугольный пласт около 30 см длиной и 12—15 см шириной. Сложите тесто вдвое так, чтобы его узкие края сошлись на середине пласта, затем сложите еще раз, выравнивая кромки. Следуя направлению линий сгиба, снова раскатайте тесто в прямоугольник, сложите аналогичным образом и поставьте в холодильник по меньшей мере на 30 мин. Повторите этот процесс еще два или три раза, прежде чем использовать тесто для накрывания пирога. Всегда охлаждайте тесто в холодильнике перед очередными раскатываниями.

Масло маршан де ве

На 4 бифштекса

сухое красное вино	150 мл
шалот, мелко нарезанный	1 ст. л.
сливочное масло, размягченное	175 г
лимонный сок	1 ст. л.
петрушка, мелко нарезанная	1 ст. л.
соль и свежеразмолотый черный перец	

Соедините вино и шалот в жаростойкой керамической или эмалированной кастрюле и дайте покипеть на медленном огне, не накрывая крышкой, 20—30 мин или пока жидкость не выпарится на 2/3. Поставьте остывать на 5—10 мин. Смешайте в миске сливочное масло, лимонный сок и петрушку и частями добавьте смесь вина с шалотом, непрерывно взбивая масло венчиком. Добавьте по вкусу соль и перец. Масло должно иметь консистенцию сливок; его не следует охлаждать перед подачей.

Бульон из телятины

Для приготовления 2—3 л бульона

кость от телячьей голяшки, распиленная на кусочки длиной 5 см	1 шт.
мясистые обрезки телятины (шея, рулька или покромка)	2 кг
вода	3—5 л
морковь, чищеная, с отрезанной верхушкой	4 шт.
крупные головки репчатого лука, одна — с 2 или 3 вдавленными бутонами гвоздики	2 шт.
цельная головка чеснока	1 шт.
черешковый сельдерей	1 шт.
лук порей, разрезанный вдоль пополам и хорошенько промытый	1 шт.
большой пучок душистых трав	1 шт.
соль	

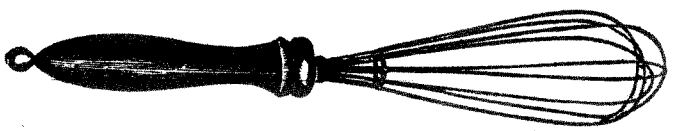
Положите кости и мясо в большую кастрюлю. Залейте холодной водой на 5 см выше уровня мяса. Доведите до кипения на медленном огне, приступив к снятию пены еще до начала кипения. Продолжайте снимать пену, время от времени добавляя стаканчик холодной воды, пока не прекратится пенообразование. Не перемешивайте содержимое кастрюли, иначе бульон получится мутным.

Добавьте овощи, пучок душистых трав и соль, погрузив их полностью в жидкость. Продолжайте снимать пену, пока жидкость снова не закипит. Убавьте огонь до минимума и готовьте при очень слабом кипении 4 ч, сняв за это время 3—4 раза поверхностный жир.

Процедите бульон, вылив содержимое кастрюли через дуршлаг в большую миску или чистую кастрюлю. Выбросьте оставшиеся в дуршлаге кости, обрезки телятины, овощи и пучок душистых трав. Остудите процеженный бульон и снимите с его поверхности остатки жира. Если на дне посуды после охлаждения бульона появится осадок, удалите его, процедив бульон.

Бульон из говядины

Превосходный говяжий бульон может быть получен процеживанием отвара, оставшегося от *пот о фе (см. стр. 66, рецепт на стр. 125)*. В другом варианте бульон из говядины может быть приготовлен точно так же, как из телятины. Замените 2 кг обрезков телятины тем же количеством обрезков говядины (хвост, голяшка, рулька или хребтовый край) и готовьте на 1 ч дольше.



Тесто на нутряном сале

Для приготовления 750 г теста

мука	500 г
пекарский порошок (не обязательно)	4 ч. л.
нутряное сало, мелко нарубленное	250—275 г
соль	
вода	150—300 мл

Перемешайте в миске пальцами муку, пекарный порошок (если вы его используете), кусочки нутряного сала и щепотку соли. Добавляя воду, по 1 ст. л. за раз, размешивайте смесь вилкой, пока она не превратится в тесто с плотной консистенцией. Хорошенько промесите, затем раскатайте тесто на посыпанной мукой поверхности до требуемой толщины.

Базовый белый соус

Этот соус можно использовать вместо соуса Бешамель.

Для приготовления примерно 450 мл соуса

сливочное масло	30 г
мука	2 ст. л.
молоко	600 мл
соль	
белый перец, молотый	
мускатный орех, свеженатертый (не обязательно)	
двойные сливки (не обязательно)	

Растопите масло в толстостенной кастрюле. Вмешайте муку и готовьте на слабом огне, помешивая, 2—5 мин. Влейте все молоко, непрерывно размешивая смесь венчиком для получения однородной массы. Увеличьте огонь и продолжайте размешивать, пока соус не закипит. Добавьте немножко соли. Убавьте огонь до минимума и готовьте при слабом кипении примерно 40 мин, то и дело помешивая, чтобы соус не пригорел ко дну кастрюли. Добавьте белый перец и, по желанию, щепотку мускатного ореха; проверьте достаточность специй. Размешивайте снова до тех пор, пока соус не станет совершенно однородным. Если вы хотите, чтобы соус стал гуще и белее, добавьте сливок.

Томатный соус

Если у вас нет свежих спелых помидоров, используйте стекшие на дуршлаге консервированные помидоры.

Для приготовления примерно 300 мл соуса

очень спелые помидоры, нарубленные маленькими кусочками	750 г
репчатый лук, нарезанный кубиками	1 головка
оливковое масло	1 ст. л.
чеснок (не обязательно)	1 долька
петрушка, нарезанная	1 ч. л.
смесь базилика, майорана и тимьяна	1 ч. л.
сахар	1—2 ч. л.
соль и свежеразмолотый черный перец	

Обжаривайте на слабом огне нарезанный кубиками репчатый лук в оливковом масле в большой кастрюле (эмалированной или сделанной из нержавеющей стали), пока лук не станет мягким, но не подрумяненным. Добавьте все другие ингредиенты и готовьте при слабом кипении 20—30 мин или до тех пор, пока помидоры не превратятся в густую кашицу. Протрите через сито деревянным пестиком или ложкой. Дайте соусу еще покипеть, если это необходимо, для приобретения требуемой консистенции и проверьте достаточность специй.

Соус Беарнез

Для приготовления примерно 300 мл соуса

сухое белое вино	150 мл
белый винный уксус	4 ст. л.
шалот, мелко нарезанный	2 шт.
кайенский перец	
веточки эстрагона и кервеля	15 г
яичные желтки	3 шт.
несоленое сливочное масло, нарубленное маленькими кусочками и прогретое до комнатной температуры	250 г
листья эстрагона и кервеля, мелко нарезанные	по 1 ч. л.
соль и свежеразмолотый черный перец	

Соедините вино, уксус и шалот в керамической кастрюле (можно использовать также толстостенную металлическую кастрюлю, эмалированную или сделанную из нержавеющей стали). Добавьте веточки эстрагона и кервеля и щепотку кайенского перца. Поставьте кастрюлю на медленный огонь и готовьте при слабом кипении 15—20 мин или до тех пор, пока в кастрюле не останется всего 3—4 ст. л. сиропообразной жидкости. Процедите жидкость в миску, выжав травы, затем перелейте снова в кастрюлю. Убавьте огонь до минимума и вбейте венчиком яичные желтки. Через несколько секунд вбейте венчиком 1/3 сливочного масла и продолжайте взбивать до получения однородной массы. Повторите эту процедуру еще два раза, взбивая до тех пор, пока соус не начнет загустевать. Снимите кастрюлю с огня и продолжайте взбивание; теплота кастрюли будет и дальше готовить и загущать соус. Вмешайте нарезанные травы и приправьте соус по вкусу солью и перцем.

Говядина и телятина

Редактор Н. БЫКОВА

Художественный редактор И. ЛОПАТИНА

Технический редактор Г. ШИТОЕВА

Корректор Т. СЕМОЧКИНА

Компьютерная верстка И. ПОНЯТЫХ

ЛР № 030129 от 23.10.96 г.
Подписано в печать 11.03.98 г.
Гарнитура Таймс. Печать офсетная.
Уч.-изд. л. 23,21. Цена 45 р.

ТЕРРА—Книжный клуб. 113184, Москва,
Озерковская наб., 18/1, а/я 27.