



БОЛЬШАЯ КУЛИНАРНАЯ КНИГА

РЫБА

И МОРЕПРОДУКТЫ



РЫБА
И МОРЕПРОДУКТЫ

2008

Однако ее запасы резко сократились вследствие чрезмерного вылова.

Признаки: внешне тихоокеанскую сельдь невозможно отличить от сельди атлантической, но у этих видов сельди разное количество позвонков. Различны также и нерестовые привычки.

Употребление: как и атлантическая сельдь, употребляется и в свежем, и в соленом виде. Поскольку разнообразие предлагаемых сельдевых продуктов велико, а понимание степени свежести продукции все больше размывается, следует внимательно читать информацию на магазинной упаковке. Помещенная ниже «азбука» сельди поясняет наиболее важные понятия.

САРДИНА ЕВРОПЕЙСКАЯ (1) (*Sardina pilchardus*)

Англ. – *pilchard*; греч. – *sardella*; дат. – *sardin*; исп. – *sardina*; ит. – *sardina*; нем. – *sardine*; нид. – *sardien, pelser*; норв. – *sardin*; швед. *sardin*; порт. – *sardinha*; тур. *Sardalya*; фр. – *sardine*; хорв. – *srđela*.

Сардина встречается в водах от южной части Северного моря, где ее можно редко увидеть, до Атлантического побережья Марокко. В Средиземном море она встречается часто, вплоть до его крайних восточных регионов, проникает также в Черное море.

Ловится дрифтерными сетями и кольцевыми неводами. Это специальные сети, которыми окружают косяк рыбы и затем затягивают в нижней части, чтобы рыба оказалась как бы в мешке. В Средиземном море ловцы сардин используют привлекающее рыб воздействие света (так называемая ловля на свет). После сельди сардина относится к наиболее важным промысловым рыбам.

Признаки: сардин легко отличить от сельдей и шпротов по жаберным крышкам с окостеневшими продольными кромками. Кроме того, у них имеется ряд темных пятен вдоль линии спины, примерно на середине высоты тела. Они могут вырастать до 25 см, но в основном не превышают 20 см.

Употребление: свежие сардины зачастую жарят, но они также превосходны на вкус, если приготовить их на гриле.

Ложными сардинами называются представители класса *сардинопсов*; это евроцентристская точка зрения, так как европейцы считают «настоящими» только «свои» сардины. «Ложных» сардин можно отличить от «настоящих» по явно более длинным задним лучам анального плавника.

Промысловое значение имеют сардина дальневосточная, или сельдь-иваси (*Sardinops melanosticta*),



Краткая «азбука» сельдевых

Молодую сельдь (самую вкусную) поджаривают до корочки и употребляют целиком. Раньше она была типичной промысловой рыбой, сегодня ее уже невозможно приобрести. Неполовозрелую жирную сельдь (так называют еще не отнерестившуюся, «девственную» сельдь) солят в слабом рассоле, поэтому она не может долго храниться. «Преднерестовой сельдью» называют выросших особей перед нерестом, с икрой и молокой. Они предлагаются в продаже в свежем, копченом или соленом виде. Отнерестившиеся постные сельди без молоки и икры называются *lhle*. В свежем или слабосоленом виде они не так вкусны, но зато отлично подходят для маринования ипряного посола. Свежая сельдь, поступающая в охлажденном виде, на льду, отлично годится для жаренья. Предварительно посоленная и прокопченная, она поступает в продажу как буюклинг (мелкая неразделанная сельдь горячего копчения). Мясо вымоченной и подкопченной соленой сельди (неразделанной сельди холодного копчения) более плотное по консистенции по сравнению с буюклингом.

и сардина перуанская (*Sardinops sagax*). Тихоокеанская сардина (*Sardinops cearuleus*) имела аналогичное значение до 1967 года, когда вследствие перелома рухнуло рыболовство Калифорнии. В Южной Африке и Намибии большое значение имеет сардина южноафриканская (*Sardinops ocellatus*). Все эти виды попадают на европейский рынок не в виде товарной рыбы, а в консервах, которые экспортируются по всему миру.

ШПРОТ ЕВРОПЕЙСКИЙ (2) (*Sprattus sprattus*)

Англ. – *sprat*; греч. – *paralina*; дат. – *brisling*; исп. – *espadin*; ит. – *sarda, paralina*; нем. – *Sprotte*; нид. – *sprot*; норв. – *brisling*; порт. – *espadilha*; тур. – *çaça*; фр. – *sprat*; хорв. – *gavica*; шв. – *skarpsill*.

Распространен от Северного и Балтийского морей до Атлантического побережья Марокко, встречается также в Средиземном и Черном морях. Основным районом лова является Северная Атлантика, но он регулярно ловится также в Средиземном и Черном морях.

Признаки: шпрот вырастает примерно до 15 см, то есть он значительно меньше сельди. Спина синезеленого цвета, брюхо серебристое.

Употребление: шпроты очень вкусны, когда жарятся свежими. У нас они продаются в основном в копченом виде.

АНЧОУС ЕВРОПЕЙСКИЙ, или ХАМСА (3)

(*Engraulis encrasicolus*)

Англ. – *anchovy*; греч. – *gavros*; дат. – *ansjos*; исп. – *boquerón*; ит. – *acciuga, alicia*; нем. – *Sardelle*; нид. – *ansjovis*; норв. – *ansjos*; порт. – *biqueirão*; тур. – *hamsi*; фр. – *anchois*; хорв. – *inčun*; шв. – *sardell, ansjovis*.

Встречается в водах от Северного моря, где он довольно редок, до Атлантического побережья Марокко, включая Средиземное и Черное моря, где хамса представляет собой вид национальной пицци. Анчоус появляется крупными косяками и ловится дрейфтерными сетями, кольцевыми неводами и другими рыболовными сетями.

Признаки: небольшая рыба длиной максимально 15 см, с четко выраженным низко расположенным ртом. Спина темная, на боках серебристая продольная лента.

Употребление: употребляется в свежем виде, а также солится и через 6–12 месяцев поступает в продажу. Иногда продается в растительном масле. Анчоусов хорошо жарить целиком.



(1) САРДИНА ЕВРОПЕЙСКАЯ (*Sardina pilchardus*), имеющая пряное и относительно жирное мясо, идеально подходит для приготовления на гриле. В торговлю поступают экземпляры длиной до 15 см, более крупные экземпляры называют сардинами пильчард.



(2) ШПРОТ ЕВРОПЕЙСКИЙ (*Sprattus sprattus*) обладает отличным вкусом в свежем виде, о чем мало кто знает. Более известны мелкие копченые рыбки, называемые кильскими шпротами; они поступают в основном из Эккерферде или Балтийского моря.



(3) АНЧОУС ЕВРОПЕЙСКИЙ, или ХАМСА (*Engraulis encrasicolus*), известен у нас прежде всего в виде пикантных консервов. Эти рыбки с очень пряным вкусом в жареном виде или приготовленные во фритюре – настоящий деликатес.

В маринаде по-бисмаркски и нежная, «девственная» сельдь

Маринованная сельдь как средство от похмелья имеет смысл, так как уксусно-солевой маринад обеспечивает приток минеральных веществ в организм. И вообще, сельдь, имеющая высокое содержание жирных кислот Omega-3, очень полезна для здоровья. Так, личный врач Бисмарка прописал тучному канцлеру селедочную диету. Один фабрикант из Штральзунда, который занимался производством рыбных консервов, послал ему в 1871 году по случаю образования рейха деревянный ящик с балтийскими сельдями в маринаде и попросил его разрешения на то, чтобы в дальнейшем торговать ими под названием «сельдь по-бисмаркски». Многие столетия назад запасы сельди были огромны, но с тех пор как европейцы в Средние века научились для хранения солить рыбу (в первую очередь сельдь, которая ввиду большого содержания жира быстро портилась), рыба стала предметом торговли. Однако уже и в те времена люди замечали, насколько чувствительна эта рыба к изменению природных условий; в холодные периоды косяки сельди исчезали, сегодня запасы этой рыбы уменьшились вследствие чрезмерного лова.

Деликатесом является слабосоленая неполовозрелая жирная сельдь матье. Первоначально для этого использовались только «девственные» сельди, выловленные весной. Из староголландского понятия *maeghdekens haerinck*, то есть «сельдь-девушка», возникло понятие *Maatjesharing*. Молодые сельди еще не отнерестились и не потратили имеющиеся у них запасы жира на образование икры или молоки. Таким образом,

было использовано свойство сельди, которое само по себе является недостатком: сельди питаются путем фильтрации зоопланктона из морской воды и поэтому обладают очень активными пищеварительными ферментами. В сочтении с высоким содержанием жира мясо очень

быстро разлагается после вылова рыбы, начинает издавать резкий запах и становится прогорклым. Этому противодействует помещение рыбы в рассол или сухое соленье – это настоящий способ консервации, как сегодня, например, глубокая заморозка. Но если в запасе у рыбака оказывалось мало соли, рыбу «зябрили»: вместо того чтобы выбирать внутренности, брюшную полость только надсекали и закладывали туда значительно меньше соли.

Выделяющиеся пищеварительные соки усиливают действие ферментов

и дополнительно разлагают протеины; через несколько дней сельдь становится мягкой, нежной, ее кремообразное мясо тает во рту без всякого вымачивания, прямо из бочки, обладает изысканным и гармоничным вкусом. Сегодня для такого приготовления используется изготавливаемый промышленным способом ферментный порошок, с помощью которого готовится сельдь типа матье («северного типа»). Но наиболее вкусны в конце мая слабо посоленные сельди-девушки. Для них существует даже специальный способ потребления: голову берут за затылочную часть, и рыбу, удерживаемую за хвост, поедают целиком прямо с руки.



Урсула Хайнзельманн

Родственные рыбам-лунам Здесь острые ощущения включены в меню: пользующуюся дурной славой рыбу-луну должны готовить только мастера по приготовлению суси, чтобы любой гость смог оценить эту изысканную еду.

Сростночелюстные (*Tetraodon-tiformes*)

Кулинарное значение имеют прежде всего две группы: спинороговые и лунообразные рыбы.

Спинороговые (*Balistidae*)

У них мощные иголки на хвосте и спине, которые могут наносить чувствительные раны. Их следует обрезать ножницами для разделки птицы. После этого отрезают голову и снимают кожу от конца головы под углом к концу тела.

СПИНОРОГ (*Batistes carolinensis*)

Англ. – grey triggerfish; греч. – gurunópsaro; исп. – pez ballesta; ит. – pesce balestra; нем. – Drückerfisch; нид. – gütre; фр. – baliste cabri; хорв. – mihaca.

Встречается по обе стороны Атлантики.

Признаки: типичны высокоспинное тело овальной формы со сдавленными боками и большая голова с небольшим ротовым отверстием. Верхние и нижние лучи хвостового плавника имеют удлиненную нитеобразную форму. Может достигать длины 40 см.

Употребление: нежное филе рыбы отлично подходит для приготовления в печи, но не менее вкусно и при жарении.

СПИНОРОГ КОРОЛЕВСКИЙ (1) (*Balistes vetula*)

Англ. – queen triggerfish; нем. – Königin-Drückerfisch; фр. – baliste vétule.

Встречается в Западной Атлантике от Массачусетса до Бразилии.

Признаки: сразу бросаются в глаза синие полосы, которые создают иллюзию большей ротовой щели, чем на самом деле.

Употребление: очень популярен в странах Карибского бассейна и предлагается там под названием Turbot («калкан»), так как после снятия кожи рыба отдаленно напоминает большой ромб.

Спинорог-абалист обыкновенный (*Abalistes stellaris*, англ. – leatherjacket) распространен от Красного моря и Индийского океана до западных островов в Тихом океане, вырастает до 60 см. Как и **оранжевополосый спинорог (2)** (*Balistapus undulatus*), он является родственной рыбой в кулинарном смысле.

Иглобрюхие (*Tetraodontidae*)

Только один вид имеет кулинарное значение.

ФУГУ (3) (*Fugu rubripes*)

Признаки: эту рыбу потрошат только специально подготовленные повара, так как при этом не должны быть повреждены ядовитые яичники.

Употребление: в сыром виде фугу нарезают на тончайшие ломтики, как сасими; в Японии эта рыба является деликатесом.

• Большинство родственников рыбы-луны обитает в прибрежных зонах тропических морей.

• Некоторые из них любят жить в коралловых рифах.

• В Японии родственник рыбы-луны, называемый там фугу, считается особым деликатесом.



(1) СПИНОРОГ КОРОЛЕВСКИЙ (*Balistes vetula*) очень популярен на Карибских островах. Мясо имеет приятную консистенцию, белое и очень нежное.



(2) ОРАНЖЕВОПОЛОСЫЙ СПИНОРОГ (*Balistapus undulatus*) водится в водах от Красного моря до южной части Тихого океана.



(3) ФУГУ (*Fugu rubripes*) известна почти везде как небезопасная рыба для приготовления деликатесного суси.



Норвежские лобстеры – лучше прямо из моря

В Галисии, где, по мнению местных жителей, лучшие в мире дары моря, сига-лы, или норвежские лобстеры, заставляют сердце гурманов биться чаще. Впрочем, не только в Галисии.

НЕПРЕМЕННО СВЕЖИЕ! Будьте особенно внимательны при покупке норвежских лобстеров (также называемых лангустинами, а во Франции и Италии – скампи)! Этот вид чрезвычайно чувствителен и, если его хранить при температуре выше плюс 2°C, портится моментально. Если окраска лангустина скорее кирпично-красная, чем оранжевая, а мясо – полупрозрачное, то можно быть уверенным, что он свежий. В случае сомнений следует понюхать животное в месте зазора между спинным панцирем и хвостовой частью – если есть рыбный запах, от покупки лучше воздержаться или склониться к приобретению замороженного лангустина.

В продаже чаще всего встречаются быстрозамороженные хвосты лангустинов, которые, как пра-

вило, отличаются высоким качеством. Размораживать их нужно медленно, лучше всего в холодильнике на сите.

Как у свежих, так и у замороженных экземпляров нежное мясо находится прежде всего в хвосте, клешни практически не имеют кулинарной ценности.

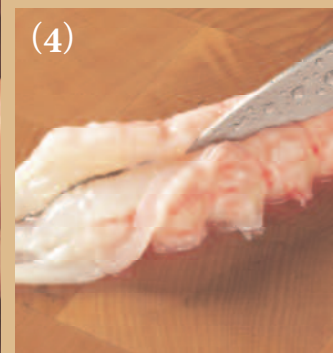
СОВСЕМ НЕМНОГО МЯСА

Норвежские лобстеры отличаются не особенно внушительным выходом мяса: из 1 кг свежих лангустинов получается лишь 300 г пригодных для использования неочищенных хвостов, после удаления панциря остается и того меньше – всего лишь 200 г хвостового мяса. Это следует учитывать при расчете меню.

РАЗДЕЛЫВАЕМ НОРВЕЖСКОГО ЛОБСТЕРА (ЛАНГУСТИНА)

и удаляем кишку

- (1) Держа лангустина за голову и хвост, вращательным движением аккуратно отделяем хвостовую часть от туловища.
- (2) Большим и указательным пальцами сжимаем панцирь до тех пор, пока он не треснет.
- (3) Пальцами вскрываем панцирь со стороны брюшка и извлекаем мясо.
- (4) Слегка надрезаем хвостовое мясо (не разрезая до конца) и вытаскиваем кишку.



Не бойтесь шипов и усов: варим и разделяваем лангустов

Чтобы получить красивые ровные медальоны, лангуста прочно привязывают к разделочной доске, чтобы хвост все время оставался ровным и вытянутым в длину.

КАКАЯ КАСТРЮЛЯ сможет вместить в свои недра этот роскошный экземпляр? Лангусты могут достигать длины 40 см и более. При таких габаритах обычные кастрюли, конечно, не подойдут. Для варки лангустов идеальны большие овалы кастрюли для рыбы со съемным дуршлагом. Также можно использовать кастрюли объемом 10 л, но лучше еще больше. Если вы

хотите, чтобы хвост лангуста сохранил прямую, ровную форму (а именно из хвостового мяса впоследствии будут нарезаться медальоны), перед варкой животное нужно зафиксировать. Для этого его привязывают к покрытой алюминиевой фольгой деревянной дощечке соответствующей величины, как это показано на фотографиях внизу.

КАК ГОТОВИТЬ ЛАНГУСТОВ



(1) Покрываем доску алюминиевой фольгой, кладем посередине лангуста и прочно привязываем его в нескольких местах кулинарной нитью.



(2) Длинные антенны укладываем по обе стороны туловища от головы к хвосту и аккуратно закрепляем кулинарной нитью.



(3) В большой кастрюле для рыбы со съемным дуршлагом доводим до состояния крутого кипятка 5 л пряного отвара (кур-буйона), опускаем туда лангуста головой вперед и варим.



(4) Съемный дуршлаг со сваренным лангустом (время варки зависит от величины животного) извлекаем при помощи вилок для мяса.



(5) Даем лангусту остыть, удаляем нитки и доску и разделяваем его, как это показано на фотографиях справа.

Благодаря фольге благородное мясо не впитывает привкус дерева. Затем лангуста опускают головой вперед в кипящий пряный отвар (кур-буйон, с. 459), время варки зависит от величины животного. Для лангуста массой 3 кг достаточно 5 л кур-буйона и примерно 30 мин; если оставить его остывать в этом бульоне, хватит и 20 мин. Животное умирает через 2–4 мин после контакта с кипятком – тогда огонь можно уменьшить и варить лангуста до готовности на среднем огне. Существует простая формула для расчета необходимого времени приготовления: на первые 500 г мяса – 12 мин варки, на каждые последующее 500 г добавляем по 5 мин.



Хвост лангуста нарезают медальонами толщиной 3–4 мм. Если кишка не была удалена ранее, ее вытаскивают с помощью пинцета

ИЗВЛЕЧЕНИЕ ЦЕЛОГО ХВОСТА ЛАНГУСТА

Изумительное мясо лангуста в виде медальонов (см. фотографию вверху справа) облагораживает вкус многих закусок и салатов. Для этого хвостовое мясо извлекают особым способом, как это показана

но на иллюстрациях внизу. Если вы хотите использовать панцирь (например, в заливном, это классический декор на фуршетгах), не удаляйте веерообразный хвост перед извлечением мяса, а лишь слегка отогните его.

ИЗВЛЕКАЕМ ХВОСТ ЛАНГУСТА ЦЕЛИКОМ



(1) Для извлечения хвостового мяса кладем сваренного лангуста на спину.



(2) Ножницами разрезаем панцирь с обеих сторон в более мягкой брюшной части – тогда мясо и крышка панциря останутся неповрежденными.



(3) Пальцами аккуратно отделяем брюшную часть панциря от мяса, следя за тем, чтобы она нигде не цеплялась. Удаляем панцирь.



(4) Удаляем веерообразный хвост и вытаскиваем кишку. Если нужно, ножом отделяем мясо от панциря по бокам.

(5) Просовываем руку между панцирем и мясом, осторожно отделяем от туловища хвостовое мясо и извлекаем его целиком.



Суп с карри и фенхелем в сопровождении вонтонов с устрицами

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ 1 ч 30 мин

ДЛЯ СУПА:

- 12 устриц фин де клер
- 12 листов теста для вонтонов размером 10×10 см (из магазина азиатских продуктов)
- 1 белок; 1 ч. л. растительного масла; 20 г нарезанного кубиками лука-шалота
- 100 г очищенного фенхеля, нарезанного кусочками размером 1 см
- 1 ч. л. желтой пасты карри; 200 мл кокосового молока
- 100 мл рыбного фона (см. с. 461); по 20 мл вермута Noilly Prat и тайского рыбного соуса нам пла
- пальмовый или коричневый сахар; 1 дэш (0,5 мл) лимонного сока

ДЛЯ УКРАШЕНИЯ:

- 1 лист кафрского лайма; 60 г очищенного клубня фенхеля
- 200 мл апельсинового сока; 100 мл белого портвейна
- 100 мл оливкового масла; соль; перец; 1 щепотка сахара

С. 382

ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

С. 445

ПРАКТИКУМ

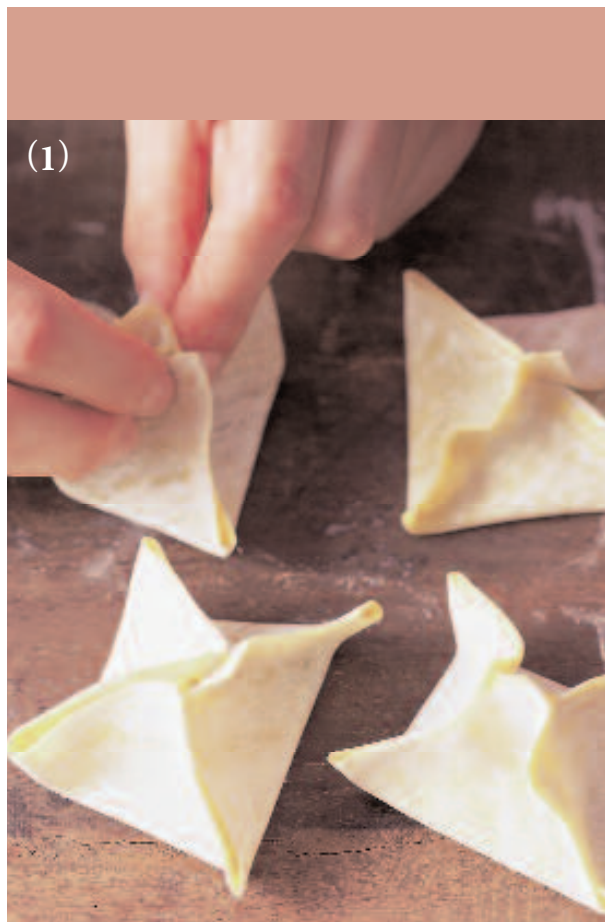
1. Извлеките устриц из раковин, как описано на с. 445, при этом соберите устричную жидкость и процедите ее через сито. Разложите листы для вонтонов на рабочей поверхности и следуйте указаниям, приведенным справа (см. шаг 1).

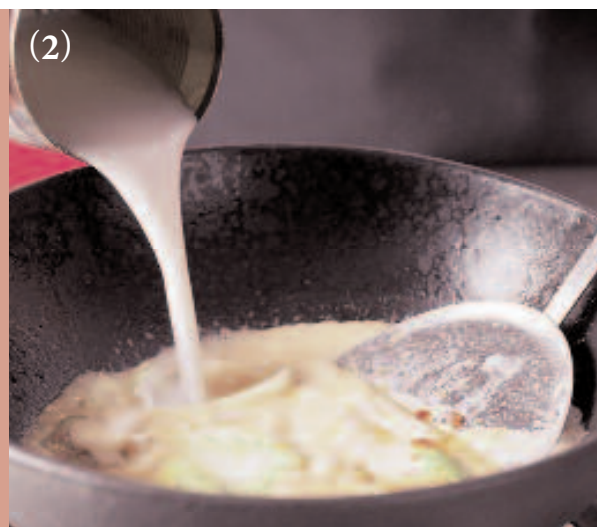
2. Разогрейте растительное масло в воке и пассеруйте в нем нарезанный кубиками лук-шалот и кусочки фенхеля, пока они не станут бесцветными. Добавьте пасту карри, недолго пассеруйте ее и работайте дальше, как указано справа в шаге 2.

3. Процедите суп через сито и приправьте его рыбным соусом, пальмовым сахаром и соком лайма. Снова разогрейте и выдерживайте начиненные вонтоны в супе примерно 2 мин.

4. Вымойте лист лайма горячей водой и следуйте указаниям, приведенным в шаге 3. Порежьте фенхель для украшения тончайшими полосками. Вскипятите в кастрюльке апельсиновый сок, портвейн и уварите до одной трети. Смешайте уваренный отвар с оливковым маслом, приправьте солью, перцем и сахаром. Маринуйте фенхель и полоски из листа лайма 2–3 мин.

5. Поместите горстку маринованных полосок фенхеля и лайма в центре тарелок или мисочек, разложите вокруг по три вонтона и залейте все горячим супом. Сразу подавать на стол.





(2)

ПРИГОТОВЛЕНИЕ ВОНТОНОВ И СУПА, *нарезка листьев лайма*

- (1) Смажьте края каждого листа для вонтона белком, положите в центр очищенную устрицу и при желании поперчите. Загните края и слегка прижмите пальцами посередине. Поместите начиненные вонтоны в холодильник до использования.
- (2) Залейте смесь фенхеля и лука-шалота кокосовым молоком, рыбным фоном, вермутом Noilly Prat и варите до мягкости фенхеля. Добавьте устричную жидкость и переработайте все в миксере в нежное пюре.
- (3) Для украшения порежьте очень острым ножом лист кафрского лайма поперек на тончайшие полоски шириной около 1 мм (нарезка жульен).



(3)

Айнтопф с лапшой по-японски

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ 2 ч 30 мин

ВРЕМЯ ЗАМАЧИВАНИЯ 2 ч

ИНГРЕДИЕНТЫ:

- 200 г кальмара; 8 креветок в панцирях
- 8 очищенных морских гребешков
- 200 г куриной грудки
- 100 г стручков сахарного горошка
- 50 г моркови; 50 г проростков сои
- 100 г грибов эноки (из магазина азиатских продуктов) или шампиньонов
- 1 лист водоросли комбу размером 10×10 см (из магазина азиатских продуктов)
- 0,5 л фона из птицы (с. 463)
- 15 г стружки тунца бонито (из магазина азиатских продуктов)
- натертая цедра лайма
- перец сансё (горный перец); 1 ст. л. соевого соуса
- 150 г лапши соба (из очищенной гречневой муки. – *Ред.*); соль

С. 322

ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ

С. 428

ПРАКТИКУМ



1. Помойте кальмара, дайте воде стечь и нарежьте его кольцами. Подготовьте креветок, как показано на с. 428. Гребешков в зависимости от размера оставьте цельными или разрежьте пополам и поставьте морепродукты на холод. Нарежьте куриную грудку кубиками по 2 см и тоже поместите в холодное место. Помойте и очистите стручки сахарного горошка. Почистите морковь и нарежьте полосками шириной 2 мм. Промойте проростки сои и поместите в сито для стекания воды. Почистите грибы и в зависимости от размера оставьте цельными либо разрежьте на две или четыре части.

2. Чистой тканью сотрите белый налет с листа комбу и замочите его на 2 ч в кастрюле в 0,5 л воды. Затем быстро доведите до кипения и варите примерно 5 мин – до мягкости. Влейте фон из птицы, снимите образующуюся пену и слегка уварите.

3. Когда фон станет достаточно ароматным, слегка остудите его; при температуре около 70 °С добавьте стружку тунца бонито и настаивайте 10 мин. Процедите фон через фильтровальную ткань, приправьте цедрой лайма, перцем сансё и соевым соусом.

4. Снова разогрейте фон и варите в нем подготовленные морепродукты, куриное мясо, овощи и грибы 10–15 мин. Отварите лапшу соба отдельно в подсоленной воде до консистенции аль-денте («на зубок», чтобы середина оставалась твердоватой), опрокиньте в дуршлаг и дайте лапше хорошенько стечь. Добавьте лапшу в суп и подавайте его в подогретых тарелках.

Отвар из водорослей

Из сушеных водорослей комбу и нескольких граммов стружки из тунца бонито можно приготовить удивительно легкий, совершенно не содержащий жира отвар. Этот отвар (даси) служит в Японии основой для множества блюд и супов. Все необходимые для этого ингредиенты можно приобрести в магазинах азиатских продуктов.

Острый прозрачный суп с креветками

ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ 1 ч 30 мин

ВРЕМЯ МАРИНОВАНИЯ 12 ч

- 1 головка гвоздики
- по 1 ч. л. зерен горчицы, перца и свеженатертого имбиря

ДЛЯ СУПА:

- 1 клубень кольраби, очищенный и разрезанный пополам
- 1,5 перца Халапеньо, нарежьте кольцами
- 120 г лапши сомен (из магазина азиатских продуктов) или другой узкой плоской лапши
- соль; 2 ч. л. кунжутного масла
- 400 г хвостов гигантских креветок
- 2 очищенных крупных зубчика чеснока
- 2,5 ст. л. оливкового масла; 100 мл белого вина
- сок 1 лимона; 200 мл фона из птицы (с. 463)
- 1,5 л ледяного фона из птицы или овощей
- 3 белка; 0,5 ст. л. томатной пасты
- 10 замоченных сушеных шляпок шиитакэ
- 0,5 салатного огурца, разрезанного вдоль пополам, без семян
- 1 небольшая банка кимчи (острой маринованной консервированной капусты по-корейски)
- 4 весенние луковички, нарезанные кусочками размером 2 см
- 4 веточки кориандра

ДЛЯ МАРИНАДА (выход 0,5 л):

- 125 мл рисового или белого винного уксуса
- 6 ст. л. сахара; 2 ст. л. морской соли

1. Нарежьте каждую половинку кольраби на шесть столбиков. Кипятите все ингредиенты для маринада в 0,25 л воды в течение 5 мин, процедите через сито и остудите. Замаринуйте в нем на ночь столбики кольраби и треть нарезанного кольцами перца Халапеньо.

2. Отварите лапшу в подсоленной воде в течение 2–3 мин до состояния аль-денте, быстро остудите холодной водой и смешайте с 1 ч. л. кунжутного масла. Очистите хвосты креветок, разрежьте вдоль пополам и очистите от кишечных вен. Порубите чеснок крупными кубиками. Помешивая, обжарьте хвосты креветок в 2 ст. л. оливкового масла. Добавьте чеснок, вино и лимонный сок, влейте 200 мл фона из птицы. Доведите все до кипения, варите 5 мин, процедите через сито в высокую кастрюлю, смешайте с ледяным фоном.

3. Слегка взбейте белки с томатной пастой. Добавьте белок в фон и, помешивая, разогревайте его, пока белок не загустеет и не поднимется на поверхность. Уменьшите огонь и варите все 25 мин, снимая пену. Процедите фон через фильтровальную ткань и посолите.

4. Нарежьте грибы тонкими полосками, а огурец – ломтиками толщиной 3 мм. Разогрейте оставшееся кунжутное и оливковое масло и обжарьте в нем грибы. Быстро пожарьте вместе с ними столбики кольраби после стекания с них маринада, долейте осветленный фон и варите 5 мин. Добавьте креветок и варите 3 мин, положите кусочки кимчи и огурца. Разложите весенний лук и лапшу по мисочкам, посыпьте кориандром, влейте суп с креветками и сразу подавайте на стол.

