

Содержание

1. ВКУС «ДОМАШНЕЙ» ИТАЛИИ. ТОСКАНА И УМБРИЯ

- Тальятелле алла боскайола . . . 14
- Эскалопы в лимонном соусе . . . 18
- Эскалопы по-охотничьи . . . 21
- Цукини в духовке с моцареллой . . . 22
- Крапивное ризотто . . . 25
- Ризотто с белыми грибами . . . 26
- Пепозо — мясо, тушенное в вине . . . 29
- Луковая мармелата . . . 30
- Курица в соусе — «влажный каплун» . . . 33
- Мостарда, фруктовая горчица . . . 34
- Рочата, умбрийский штрудель . . . 36
- Мандариновый сорбет . . . 40

2. КУХНЯ С АРОМАТОМ БАЗИЛИКА. ЛИГУРИЯ

- Фриттата . . . 46
- Соус песто . . . 50
- Овощная капоната по-лигурийски . . . 53
- Кролик по-лигурийски . . . 55
- Зеленая овощная лазанья . . . 58
- Свиной язык по-генуэзски . . . 62

3. МЕЖДУ МОРЕМ И АЛЬПАМИ. ОТ ВЕНЕЦИИ ДО ЮЖНОГО ТИРОЛЯ

- Рис и горошек . . . 68
- Печень по-венециански . . . 71
- Паста с соусом из анчоусов . . . 72
- Фрикадельки из тунца . . . 75
- Форель с миндалем . . . 78
- Фрикадельки в апельсине . . . 80





- Ризотто с тыквой и лисичками . . . 81
- Южнотирольский гуляш . . . 82
- Русский торт из Вероны . . . 85
- Лимонный кекс . . . 86

4. ОЩУЩЕНИЕ ЮГА. НЕАПОЛЬ

- Спагетти алла пикантина . . . 93
- Спагетти алла путтанеска . . . 94
- Фрикадельки святого Бьяджо . . . 97
- Неаполитанский томатный соус . . . 100
- Рыба в сумасшедшей воде . . . 102
- Неаполитанский соус-рагу . . . 103
- Неаполитанский омлет . . . 105
- Паста и картошка . . . 106
- Фрикадельки из рикотты . . . 109
- Пончики святого Иосифа . . . 110
- Шоколадный торт «Капрезе» . . . 112

5. ВСЕ ДОРОГИ ВЕДУТ В РИМ. РИМ

- Ягненок по-римски . . . 119
- Паста карбонара . . . 120
- Спагетти аматричиана . . . 124
- Красная перловка со свеклой . . . 128
- Бычий хвост по-римски . . . 130
- Сальтимбокка – медальоны по-римски . . . 132
- Пьяная курица с белыми грибами . . . 135
- Рисовый пирог . . . 136
- Шоколадная колбаска . . . 140

- Указатель ингредиентов . . . 142

...Когда путешествия остаются лишь мечтами, мы грустим и листаем фотографии с серебряными оливами и алыми вспышками маков, рассматриваем купола, фрески и старые дворцы. Вспоминаем узкие бульжные улочки, средневековые мосты, туман, накрывающий городок на закате, теплый жар, поднимающийся от травы, крики чаек на рассвете.





30

31

IL RITROVO
DELL'APERITIVO...
DALLE 18:00
ALLE 20:30
PICO BUFFET
COTTIRO ALLA
CASA

OGGI CONSIGLIAMO...
S'ANDRO ALLA
ROMA CA GRAD
DI 18°C
STAZIONI A
1000

C'ERPERITO
VENDE



ITALY



От автора

— Когда я была маленькой, выглядывали мы вечером, бывало, в окно — а там вся долина наполнена светлячками. И мы придумывали, что это звезды упали с неба, словно лепестки посыпались в траву. Мы жили во время светлячков, Дарьолино, — часто рассказывает бабушка моему тосканскому знакомому.

Но, несмотря на глобализацию, на вирусы и локдауны, еще падают звезды в ночные долины, а над ними засыпают маленькие борги, для которых ничего не изменилось за прошедшие столетия.

Все так же прилетают цапли на маленькую речку, отбивает время колокол на площади, и даже в Венеции, если отойти на два шага от шумной набережной и прислушаться, ветер приносит с моря потерянную когда-то прекрасную мелодию.

Аромат Италии очень прост, каждый вечер он доносится из открытого окна трагтории: всего лишь чеснок, сельдерей, морковь и оливковое масло. Но еще несколько минут — и все это превратится в любимые блюда итальянской кухни.

Итальянцы вряд ли поедут за тридевять земель, чтобы попробовать модное блюдо в заведении с мишленовской звездой. Здесь скорее попросят на обед к тете Марии или бабушке Антонелле, потому что еда должна готовиться не с любовью к кулинарии, а с любовью к семье, и тогда привычные блюда превращаются в шедевры.

Любовь — *amore* — правит итальянской жизнью во всех ее проявлениях, и не в последнюю очередь итальянской гастрономией.

Аромат Италии — это всегда аромат любви! Может быть, поэтому мы так любим эту страну, и скучаем, и ждем новой встречи.

А рецепты — как семь нот в музыке. Из одних и тех же ингредиентов можно придумать множество разных блюд, и только от нас зависит, как мы сыграем эти ноты: повторим популярную песенку или создадим собственную симфонию.

Итальянские города и средневековые борги, холмы и морские берега, вина и блюда давно всем известны, но мы создаем свои личные впечатления, воспоминания, ощущения, словно нашу собственную мелодию. Мы сочиняем эту музыку снова и снова, открывая что-то новое или возвращаясь в любимые места.

Я скучаю по распахнутому окну замка, за которым тысячи огней накрыли темную долину, по римским переулкам и площадям; я хочу проснуться в старом доме на берегу, когда рыбацкие лодочки выходят в море и ноздри щекочет запах кофе из открывающихся баров. Он смешивается с запахом моря и криками чаек, а в открытое окно влетает колокольный звон, смягченный шумом волн.

Однажды мы все вернемся! Я приеду в любимый тосканский борго, мы с подругами будем рассказывать истории при свечах под бокал кьянти, а бабушка Анна или тетушка Лучия поделятся семейным рецептом, который узнали еще от своих бабушек. Потомок старой семьи достанет с полки пыльную древнюю книгу с семейным деревом на первой странице, а доброе привидение напоет из темноты забытую песенку.

И накроет туман золотые осенние виноградники, и польется в бокалы молодое вино, а может, весенние вспышки азалий или сиреневый иней глицинии тронут сердце.

И, конечно, это будет в Италии.

Часть I
ВКУС «ДОМАШНЕЙ» ИТАЛИИ
Тоскана и Умбрия





Тоскана — особый регион даже для Италии, богатой шедеврами искусства, красотой городов и природы.

Флоренция стала первой столицей объединенного итальянского государства, а тосканский язык — язык Данте — мы называем сегодня итальянским. Без Тосканы, без семьи Медичи не было бы современного искусства и архитектуры в том виде, в каком они существуют сегодня.

Даже те, кто никогда не бывал в Италии, узнают визитную карточку этой страны, типичный тосканский пейзаж: убегающую вдаль дорогу меж зеленых холмов с темными силуэтами кипарисов.

Тосканская кухня — это традиционно кухня бедняков, *cucina povera*, ставшая основой

для современной французской кухни, когда Екатерина де Медичи привезла во Францию своих поваров.

Это простой набор продуктов и ингредиентов, легкость приготовления — а в итоге блюда получаются сбалансированными, свежими и очень вкусными. В ход идет все: травы, от мяты и шалфея до базилика и петрушки, лесные грибы и ягоды, остатки черствого хлеба, мед, сезонные овощи. «Надо совсем немного, чтобы приготовить блюдо, достойное короля», — говорят в Тоскане.

Хлеб в Тоскане до сих пор пекут по средневековым рецептам, без соли. Кусочки хлеба жарят над углями остывающего камина, а потом смазывают паштетами из трюфелей, белых грибов, томатов с травами, а иногда просто вареными бобами, перетертыми с руколой, или шпинатом с оливковым маслом.





В бедной крестьянской кухне хлеб, даже черствый, всегда играл огромную роль. Холодными зимами он делал супы сытнее, а летним салатам придавал особый вкус. До сих пор черствый белый хлеб – основа многих современных тосканских блюд, например риболлиты, знаменитого овощного супа.

Соседка Тосканы, Умбрия, все больше входит в моду, и все больше путешественников приезжают в ее старинные городки с улицами-лестницами, карабкающимися на гору или на холм, чтобы влюбиться окончательно и бесповоротно. Земля святого Франциска, покровителя Италии, утопает в зелени и цветах – не зря ее прозвали зеленым сердцем Италии.

При слове «Умбрия» итальянцы мечтательно вздыхают: *si mangia bene!* – «там хорошо едят». Многие горные городки Умбрии – это мекка для гурманов.

Здесь расположена знаменитая мясными продуктами Норча, а мясные лавки носят название «норчинерия» вместо привычных итальянских «мачеллерий».

Кухня Умбрии в основе своей тоже крестьянская и простая: она родилась из сочетания хлеба, оливкового масла и вина и объединяет их, чтобы создать смесь уникальных вкусов.

Эти земли знамениты трюфелями, которых так много, что их кладут даже в мед, винами «Сагрантино ди Монтефалько», а здешнее оливковое масло одно из лучших в Италии.

Здесь много интересных соусов для пасты, а свои виды пасты есть у многих городов, но есть и популярные соусы, которые готовят во всей Центральной Италии, например «лесной».

ТАЛЪЯТЕЛЛЕ АЛЛА БОСКАЙОЛА

Tagliatelle alla boscaiola

Соус боскайола, или лесной, — один из классических в итальянской кухне, простой, но вкусный. Выражение *alla boscaiola* используется для обозначения различных типов блюд, подаваемых с грибным соусом. Существует несколько местных вариаций, которые, помимо грибов, включают различные дополнительные ингредиенты, например свинину (копченый бекон, вареную ветчину или колбасу), горох, оливки, помидоры в разных сочетаниях или, в качестве альтернативы, сливки. Тип используемых грибов также варьируется, хотя обычно предпочитают белые грибы и свежие лисички.

Этот соус дополнит пасту тальятелле или мелкие «пельмешки» тортеллини.

Ингредиенты для соуса на 1 упаковку пасты (500 г):

500 г свежих белых грибов

100 г копченого окорока,

панчетты или вареной
ветчины

1 луковица

100 мл жидких сливок

1 ст. л. оливкового масла

Небольшой пучок свежей
петрушки

Соль и перец по вкусу

Тертый пармезан по вкусу

Окорок нарезаем тонкими ломтиками. Грибы моем, чистим и нарезаем тоненькими пластинками.

Разогреваем в сковороде половину масла, обжариваем окорок до легкой корочки, вынимаем.

Добавляем еще немного масла, обжариваем нарезанный мелко лук и выкладываем белые грибы. Слегка обжариваем их и тушим на среднем огне примерно полчаса. Добавляем сливки и тушим еще минут пять все вместе; подсаливаем, перчим.

За это время варим пасту до состояния «аль денте», отбрасываем на дуршлаг, не промывая, и перекладываем в сковороду. Перемешиваем и даем пасте потомиться в соусе на медленном огне минуты три.

Подаем блюдо горячим, посыпав тертым пармезаном по вкусу и мелко нарезанной петрушкой.



Оливковое масло — основа всей итальянской жизни: именно на нем жарят и овощи, и рыбу, и мясо. Даже в суп оно добавляется, не говоря уже о том, что замечательно разглаживает морщины!

С маслом связаны и ритуалы. Когда рождается ребенок, в деревнях его до сих пор окунают в масло; им же смазывают тело только что умершего. С оливковым маслом человек начинает свой жизненный путь и с ним же заканчивает.

Повсюду среди холмов и полей Тосканы серебрятся оливковые рощи. Собирают оливки поздней осенью — в начале зимы, когда стынут руки в перчатках с обрезанными пальцами и пронизывает холодный ветер, пока стоишь на лестнице, прислоненной к дереву. Внизу расстилают сеть, чтобы ни одна оливка не пропала даром.

Тосканские крестьяне знают, когда наступает день сбора оливок: сегодня слишком сыро, завтра могут наступить заморозки, но вот он, идеальный день.

Хозяева соседних ферм всегда помогают друг другу при сборе, но когда все оливки собраны, наступает пора индивидуализма — не дай бог, твоя партия смешается с партией соседа; это невозможно, ведь только у тебя такие прекрасные отборные оливки, из которых получится такое совершенное масло!

Сегодня масло отжимают на современном оборудовании, но до сих пор популярны старые давилни, где пользуются почти средневековым прессом и принимают маленькие партии от мелких фермеров.

Оливки засыпают в контейнер, промывают, дают тремя каменными колесами. Раздавленные плоды пересыпают в аппарат, в котором они распределяются сначала по одной плоской круглой пеньковой пластине, потом по другой, более широкой, и так далее, пока не образуется штабель пенько-



вых пластин высотой до полутора метров. Раздавленные оливки оказываются между пластинами. Затем пресс выдавливает масло – оно брызжет в цистерну, стекая с боков пластин. После этого оно проходит через центрифугу, из него выжимается вся влага – и вот густое зеленое масло льется в бутыль.



* * *

Неспешно закрываются к обеду магазинчики, запах только что испеченного хлеба смешивается с ароматом трав и чеснока, поджаренного в оливковом масле. Вдали на горе уходит крышами в небо старый борго.

Небо над полями темнеет, скоро придет гроза, и краски становятся невероятными: желтое пламя акации и нежно-белые цветы олеандра, малахитовая зелень полей и свинцовое небо, которое окутывает средневековый город. Успеть бы под крышу в маленькой семейной trattoria!

В таких заведениях все просто: небольшой зал, несколько столиков, которые редко бывают свободными: сюда приходит весь квартал. Хозяин в белом фартуке, как раньше его отец, сидит тут же в зале, на табуретке.

Столики накрыты простыми скатертями, свежая паста разложена на большом столе, кухня открыта взглядам, а хозяин, не слушая возражений, уже несет домашнее вино. А потом оглашает меню, которое создает сам каждое утро, и нет даже листочка бумаги, где это все написано:

– Сегодня у нас...

