



# ПРЕДИСЛОВИЕ

Римское утро начинается рано, часов в 6. С криков чаек и рева мопедов под окном. С изощренных ругательств водителей. С аромата свежей выпечки, который расплзается по улице от дверей еще закрытой пекарни.

Римское утро начинается с кофе. Завтракать принято в барах — удивительно, но место, где с утра варят кофе, в Италии называют баром. Хотя, справедливости ради, здесь наливают и апероль, и игристое. Именно с бокала просекко частенько начинается воскресный завтрак.

Спешащие на работу клерки торопливо глотают эспрессо (его здесь называют просто каффэ) у барной стойки, иногда заедая его воздушным, как прическа итальянской бабушки, круассаном — с начинкой или без.

Впрочем, римляне редко спешат. Для них и полчаса — не опоздание, а если вы, мчась на всех парах на встречу, привыкли впопыхах строчить что-то вроде «задерживаюсь на 5 минут!» — учтите, что в Риме это ни к чему. Просто сошлитесь на дождь или пробки — ими можно оправдать любое отклонение от плана.

Пожилые синьоры заказывают капучино — неспешный напиток, который принято потягивать, устроившись за столиком

с утренней газетой. В барах всегда лежат Repubblica, Corriere della Sera, La Stampa; за утро они проходят через сотни рук. Прочитал сам — передай следующему.

Римляне консервативны и завтракают в одних и тех же местах, поэтому в каждом баре есть свои завсегдатаи. Молодой парень, входя, радостно обращается к группе дедушек за столиком: «Ciao ragazzi»<sup>1</sup>!

Это итальянское пренебрежение к возрасту сквозит во всем: от молниеносного перехода на «ты» до развеселых компаний старичков, горланящих за кувшином домашнего красного и тарелкой карбонары. Ни возраст, ни костыли здесь не повод отказаться от похода в ресторан, от общения, от простых радостей жизни.

Рим — это ужины в шумной и часто незнакомой компании. Это артишоки по-иудейски, гомон уличных trattorie и джаз-бары, куда заходишь по паролю. Это ни на что не похожая ночная жизнь, это вечера на улице, проведенные с пластиковым стаканчиком в руке, и пицца на хрустящем тесте по воскресеньям.

Рим — это гораздо больше, чем достопримечательности и искусство. Рим для каждого свой, и как бы ни было нам интересно его прошлое, настроение этого города все же складывается не из исторических фактов, а из крошечных, случайно подмеченных мелочей: утренний свет в апельсиновом саду; шум зеленоватых волн Тибра; виноградная лоза, струящаяся по терракоте зданий; ослепляющие блики солнца в зеркалах мопедов; или момент, когда ты затыкаешь пальцем носик уличного фонтана — назо-не — и струйка воды прыгает прямо в рот.

---

<sup>1</sup> Привет, мальчишки! - пер. с итальянского

Рим — это взбалмошность и отсутствие четкого плана.

Рим — это в первую очередь жизнь, бурлящая, галдящая и захватывающая. Влюбляющая в себя навсегда.

При этом, несмотря на внешний хаос, Рим — очень медленный город. Он открывается внимательному и чуткому путешественнику, но никогда — спешащему. Рим не увидишь на бегу. По Риму нужно гулять, им нужно дышать и наслаждаться, его нужно чувствовать. А еще — пробовать на вкус. Важно остаться с ним наедине: от первого глотка кофе ранним прохладным утром до вечерней пиццы в Трастевере и ночного поедания корнетто. Тогда Рим откроется вам с неожиданной стороны — с той, где он живет своей жизнью, уверенный, что на него никто не смотрит.

Если на Рим у вас есть всего несколько дней — потратьте их на прогулки по городу. Не пытайтесь обойти все музеи: в Риме, чтобы попасть в музей, нужно просто выйти из дома.

Бесплатно посмотреть картины Караваджо? Поработать с видом на фрески Рафаэля? Легко. В Риме нет единого центра — он разбит на совершенно не похожие друг на друга кварталы, каждый со своей харизмой и своим гастрономическим подходом. Разбитной Кампо де Фьори. Навона — вечный праздник. Исторические кафе площади Испании. Народные блюда Трастевере. Высокая кухня утонченной виа Джулия.

Медленно перемещаясь по городу и приглядываясь к жителям, можно погрузиться в жизнь каждого района. И найти свой собственный Рим, в который вам захочется возвращаться.

# РЕСТОРАНЫ: ПРАВИЛА





Рим — город социальных ритуалов. Хоть итальянцев и считают невероятно общительными, но далеко не во всех регионах принято чуть ли не ежедневно выбираться то на пиццу, то на аперитив, то на вечернюю прогулку за мороженым. В Риме же это историческая норма: в trattoria на соседней улице среднестатистический римлянин ужинает гораздо чаще, чем у себя дома.

У ресторанов здесь свой характер, и если говорить об «аутентичных» местах — то римская аутентичность совсем не похожа на итальянскую. Любители Италии прекрасно знают, что местное очарование — вовсе не в роскоши, а в простоте. В клетчатых скатертях — потрепанных, но безукоризненно чистых и тщательно накрахмаленных (впрочем, иногда это может быть просто бумажная салфетка, небрежно накинутая на покосившийся деревянный стол). Итальянское очарование и в официантах, они — добрые друзья и советчики, всегда готовые прийти на помощь: сегодня стоит взять палтуса, потому что его на стол подают чуть ли не из моря, а вино к нему подойдет легкое, но не без изюминки. Скажем, вот эта ароматная фалангина.

Римская же аутентичность — другая. Она про грубоватое равнодушие: в местных trattoriaх вы не дождетесь трепетного отношения. Внимание официантов здесь нужно заслужить: они вряд ли помогут вам выбрать идеальное блюдо — скорее закатят глаза, если вы не в состоянии самостоятельно определиться с заказом. Но если вы будете приходить каждую неделю, вас вскоре начнут приветствовать как своего — а это здесь ценится намного выше, чем клиентоориентированность.

Официант — не работа на каникулы, а весьма уважаемая профессия, и, учитывая количество туристов, зарплата в ресторанах оказывается куда выше средней римской. Поэтому официанты — частенько пожилые синьоры, передвигающиеся

с удивительной для их возраста проворностью. А на стенах ресторанов висят их фотографии тридцатилетней давности, где они с тем же задорным блеском в глазах, но еще с густыми шевелюрами.

Перед тем как погрузиться в мир римской кухни, нужно выучить ее правила. Рим живет по своим законам, и туристы часто страдают от их незнания.

1. Избегайте туристических ресторанов. Если выбрать место вы не успели, а перекусить нужно срочно, то хотя бы отойдите от достопримечательностей: не стоит устраиваться на обед с видом на Пантеон или площадь Венеции. В таких ресторанах разогревают в микроволновке замороженную пиццу, а разваренная паста плавает в томатном соусе. Зазывала у входа и меню на пяти языках — тоже яркие маркеры туристических заведений.
2. Забудьте о лазанье и спагетти болоньезе. Римляне эти блюда едят, только если отправляются на экскурсию в Эмилию Романью. Наслаждайтесь традиционными блюдами региона Лацио — им посвящена следующая глава. Впрочем, если очень хочется — то можно: но тогда уж отправляйтесь в рестораны региональной кухни.

То же правило, кстати, относится и к вину: с римской кухней лучше всего сочетаются простые и легкие местные вина.

3. Часы посещения в нетуристических ресторанах строго регламентированы. Наша привычка «есть, когда захочется» римлян повергает почти в такой же ужас, как яйца на завтрак. Поэтому придется подстраиваться под местное расписание: обед с 12 до 15.30, ужин с 19 до 22.30 (может слегка варьироваться в зависимости от места). В остальное



время можно дегустировать уличную еду — она в Риме великолепна.

4. Пиццу готовят в дровяной печи и, как правило, только вечером. Просто потому, что разжечь такую печь — целое дело. Исключение — пицца кусочками (a taglio), которую продают навынос.
5. Если вы едете в Италию впервые, то вас удивит скудность итальянского завтрака: корнетто (то есть круассан) и кофе. Итальянцы не едят по утрам плотно, и привычный для нас омлет не всегда можно получить даже в отеле.
6. В счет часто включают coperto, то есть чаевые (1–2 евро с человека). Если коперто нет, чаевые оставляются на усмотрение клиента, но всегда приветствуются.
7. Обращайте внимание на блюда дня (piatti del giorno) — они приготовлены из самых свежих продуктов. Часто этот список существует лишь в голове официанта, поэтому не стесняйтесь спрашивать.
8. Римляне не любят ужинать дома, поэтому в хороших ресторанахлюдно даже в будние дни. Всегда лучше позвонить (или просто зайти) и забронировать столик.



РИМСКАЯ  
КУХНЯ





До объединения страны в 1861 году территория Италии состояла из десятков крошечных, вечно воюющих между собой государств с собственным укладом и, конечно, разными гастрономическими традициями. Поэтому Италия — это всегда про локальную кухню. В каждом регионе, а часто и городе, существует свой набор традиционных блюд, рассказывающих его историю.

Каноничная римская кухня — простая и немного вульгарная, под стать римлянам. Здесь царит особая кулинарная философия: никаких лишних ингредиентов и многоступенчатых рецептов. В регионе Марке, например, фаршируют оливки, а можно ли представить себе римлянина за таким кропотливым занятием? Да никогда.

Римляне исторически испытывают непреодолимую антипатию к сложной еде. Римляне любят жевать на улице, даже на ходу. Римляне любят есть руками. Поэтому с первого взгляда римская кухня может показаться уж слишком бесхитростной. Но этим она и хороша: умением создать шедевр из трех элементарных ингредиентов. Простота здесь доведена до совершенства. В Риме едят пасты с сытными соусами, приправленными не пармезаном, а выдержанным овечьим сыром пекорино романо — жирным, с ярким вкусом. Закуски во фритюре, некогда придуманные в бедных квартирках еврейского гетто. Бычий хвост и кишки тельника, которые здесь готовят так виртуозно, что хочется попросить добавки.

Римские вина столь же непритязательны: долгое время их даже не бутылировали. Сейчас в Лацио производят 3 DOCG и 27 DOC — впрочем, нас интересует не классификация, а производитель. Среди достойных винных домов — Casale del Giglio, Poggio Le Volpi, Principe Pallavicini, Sergio Mottura, Falesco, Paolo e Noemia d'Amico, Omina Romana, San Giovenale.

Впрочем, римлян редко волнуют тонкости ароматов и изысканность вина. Это всего лишь аккомпанемент к ужину, и чем вино проще — тем лучше.



ЧТО  
ПОПРОБОВАТЬ  
В РИМЕ







## ЗАКУСКИ (ANTIPASTI)

### Артишоки (Carciofi)

Артишок — главный римский овощ. Сезон его длится с января по май. В общем-то поесть артишоков в Риме можно в любое время года, но в аутентичных ресторанах их готовят только в сезон и только из одного сорта: романеско, или же чимароло, — огромный, зелено-фиолетовый. Римляне с любовью называют его «королем грядки».

Артишоки готовят двумя способами:

- *alla romana* (по-римски). Это вариант диетический: артишок тушится в воде с чесноком, мятой и петрушкой.
- *alla giudia* (по-иудейски). Блюдо, придуманное в римском гетто. Артишок жарят в кипящем оливковом масле, пока он не распустится хрустящими лепестками.





### **Закуски во фритюре (Fritti)**

Редкий ужин в Риме обходится без этих закусок. Рисовые шарики, нежные цветки цукини с моцареллой и филе трески в кляре сейчас можно найти в меню любого римского ресторана. Исторически же «фритти» были блюдом народной кухни: это традиционная бедная уличная еда (об этом подробнее в главе «Стрит-фуд» на стр. 95)

- Суппли (Suppli). Родственник сицилийского аранчино: рисовый шарик с моцареллой во фритюре.
- Фьори ди дзукка (Fiori di zucca). Цветки цукини с моцареллой во фритюре. Часто сюда добавляют еще и кильки.
- Баккала (Baccala in pastella). Треска, обжаренная в кляре.

### **Брускетта (Bruschetta)**

Традиционная итальянская закуска. Любимые варианты римлян, как всегда, самые простые: брускетта с помидорами и базиликом или же брускетта по-римски — кусочек обжаренного хлеба, приправленный ароматным оливковым маслом. Вариант для смелых — жгучая брускетта с чесноком и оливковым маслом.

### **Cote из мидий и ракушек вонголе (Sauté di cozze e vongole)**

Исторически это блюдо готовили в соседнем морском регионе Кампания, однако оно прижилось и в Риме. Мидии и ракушки тушатся в белом вине и подаются с петрушкой, лимоном и хрустящими гренками.

## ПЕРВЫЕ БЛЮДА (PRIMI PIATTI)

### **Карбонара (Carbonara)**

Самое узнаваемое римское блюдо. Версий происхождения карбонары множество. Согласно одной из них соус из яиц, свиных щечек и сыра пекорино изобрели вовсе не римляне, а карбонарии (то есть угольщики) соседнего региона Абруццо. Отправляясь на добычу угля, они брали с собой простые продукты долгого хранения: сухие спагетти, сыр, мясо и перец. А яйца воровали из гнезд перепелок.

Другая версия настаивает на римском происхождении карбонары. Во время Второй мировой войны, когда город окку-

пировали американские войска, повар одной из trattorias приготовил солдатам обед из их пайка: яйцо, бекон (который римляне позже заменили на свиные щечки) и сыр. Эта версия кажется более достоверной, так как в довоенных кулинарных книгах карбонара вообще не упоминается.

Проследить истинную историю рецепта, конечно, невозможно. Зато можно пробовать и пробовать, ведь единого рецепта нет: каждый римский повар готовит карбонару по-своему. Главное — никаких сливок.

### **Аматричана (Amatriciana)**

Паста со свиными щечками, соусом из помидоров и сыром пекорино — любимое блюдо пастухов, простое и сытное. Родом оно из горного городка Аматриче, о котором весь мир узнал после разрушительного землетрясения в августе 2016 года. Тогда рестораны по всей Италии запустили трогательный флешмоб:



добавили в меню аматричану и жертвовали часть денег с продаж на восстановление города.

Рецепт аматричаны тоже вызывает у римлян множество разногласий. Спорят о том, какой вид пасты использовать: букатини или ригатони? Свиные щечки или панчетту (грудинку)? Лук или чеснок? Остается только пробовать и находить свою идеальную версию.

### **Грича (Gricia)**

Паста со свиными щечками и сыром пекорино — по сути, это та же аматричана, только без помидоров. Томаты импортировали из Южной Америки только в XVI веке, а в гастрономии начали использовать значительно позже — консервативные итальянцы несколько столетий присматривались к овощу. Поэтому гричу можно считать одним из самых традиционных римских рецептов.

### **Качо и пепе (Cacio e pepe)**

В этом блюде римская любовь к простоте воплотилась в полной мере. Соус готовят из сыра пекорино и черного перца, добавляя немного воды. От предыдущих блюд (тоже довольно элементарных в плане ингредиентов) качо и пепе отличается сложностью в приготовлении. Мастерство в том, чтобы добиться идеальной кремообразности соуса — ведь сливки в него добавлять нельзя.

### **Ригатони кон ла пайята (Rigatoni con la pajata)**

Пока римская аристократия баловалась элитным мясом, беднякам приходилось довольствоваться тем, что осталось после разделки туши — так называемой «пятой четвертью».

Пайята — это тонкий кишечник молодого теленка, в котором еще сохранились остатки материнского молока. Мясо около двух часов тушат на медленном огне в томатном соусе — оно получается очень мягким и нежным.

### **Паста с вонголе (Pasta alle vongole)**

В традиционной римской кухне почти не было рыбных блюд. Но сейчас, когда свежайшие морепродукты доставляют в Рим из соседних Анцио и Гаэты, римляне освоили приморские рецепты. Самый популярный — спагетти с ракушками вонголе: соус готовят из оливкового масла, чеснока, петрушки и ракушек — тщательно промытых, чтобы песок не хрустел на зубах.

