



# ВСТУПИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ

Глава 1. КАК ПОЛЬЗОВАТЬСЯ РЕЦЕПТАМИ

Глава 2. ПОЛЕЗНЫЕ ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЕ СОВЕТЫ  
ДОМАШНИМ КУЛИНАРАМ

# Г Л А В А 1

## КАК ПОЛЬЗОВАТЬСЯ РЕЦЕПТАМИ



**С**обрание отдельных рецептов национальных блюд, как бы много их ни было, не дает, однако, полного представления о той или иной кухне до тех пор, пока не обобщены ее технологические особенности. Ведь главные отличия национальных кухонь заключаются не в том, что или из чего готовят, а в том, как, каким образом готовят, с помощью каких приемов, в какое время, при какой температуре, в какой среде, в какой посуде. Именно эти детали, эти технологические «мелочи» являются основными для формирования вкуса, консистенции и аромата блюда. Вот почему крайне важно, читая рецепты национальных блюд, обращать основное внимание на описание подготовки продуктов и технологию их приготовления, на особые национальные методы и приемы кулинарной обработки, которые зачастую являются более важными условиями успеха, чем состав продуктов.

Каждая глава раздела состоит из вступительной части, кратко излагающей историю и общие особенности той или иной национальной кухни, и из рецептов, которым в большинстве случаев предшествует вводное слово о специфике приготовления какой-либо группы блюд в целом. В том случае, когда речь идет о кухне, малоизвестной широким массам или недостаточно исследованной, ей, как правило, уделяется больше

внимания во вступительной части, где подробно разбираются ее исторические, этнографические и технологические особенности. Там же, где рассказывается о хорошо известной, исследованной кухне, основное внимание уделяется обобщению ее особенностей и комплексной характеристике. Наконец, там, где основная характеристика блюд изложена в вводном слове, как, например, в главе «Русская и советская кухня», вступительная часть посвящена национальной кухне в целом, описанию процесса исторического развития данной кухни.

Блюда в рецептурной части сгруппированы по принципу подачи к столу: первые, вторые, десертные. Но внутри каждой группы они подразделены по видам продуктов: мясные, рыбные, мучные и т.д. Такое расположение помогает лучше ориентироваться в материале книги. Кроме того, для облегчения пользования книгой она снабжена алфавитным предметным указателем.

Прежде чем пользоваться рецептами, целесообразно, конечно, ознакомиться со вступительной частью соответствующей главы и – обязательно – с вводным словом к той или иной группе блюд. Следует учесть, что в вводном слове изложены основные принципы, правила и приемы (методы) приготовления данного вида блюд, например щей, блинов, пловов, вареников и т.п., а затем дается целое гнездо конкретных рецептов (обычно их несколько) с указанием норм продуктов и порядка приготовления. В рецептах оставлен тогда только минимум необходимых сведений, главное внимание обращено на порядок закладки продуктов. В то же время в них указаны используемый в каждом случае вид посуды (если это имеет существенное значение для формирования вкуса блюда), характер огня (слабый, умеренный, сильный), а также отмечена продолжительность приготовления блюда, как общая, так и отдельных операций.

В целом ряде случаев, особенно когда речь идет о малоизвестных блюдах, дается по возможности самый подробный рецепт с четким подразделением всех операций. Иногда хозяйки, увидев и даже не прочитав такой длинный рецепт, считают его слишком сложным и ищут рецепты покороче. Однако следует опасаться как раз слишком кратких рецептов.

Все рецепты рассчитаны, как правило, на 4 порции. Количество продуктов дано в двух измерениях: в весе и объеме – в зависимости от того, что удобнее для хозяйки в каждом конкретном случае (за исключением рецептов некоторых кондитерских и мучных изделий, где необходимо точное весовое соотношение всех компонентов).

Овощи, как правило, даны в штуках или долях клубней, корней, луковиц или кочанов, при этом обычно средних размеров.

Пряности в большинстве случаев указаны в немолотом виде – в зернах, бутонах, тычинках, листочках. Однако перед закладкой в супы или вторые блюда зерна перцев и другие целые пряности рекомендуется раздавить, не превращая их в то же время в порошок. Чаще всего указана минимальная, непременно для сохранения национального колорита блюда норма пряностей, которую можно увеличить по вкусу.

Что же касается соли, то ее количество, необходимое для придания блюду общего вкуса, в рецептах, как правило, не указано, поскольку оно зависит исключительно от индивидуальных особенностей вкуса каждого человека. Точные указания нормы соли даны лишь в тех рецептах, где соль необходима в ходе приготовления блюда и связана со спецификой отдельных блюд. Такие определенные указания на дозировку соли не имеют отношения к созданию вкуса блюда – его все равно необходимо досаливать по вкусу. Тем не менее следует помнить общее правило, что мясо лучше всего солить после того, как оно сварено или изжарено хотя бы наполовину. Все блюда из бобовых (гороха, чечевицы, фасоли, маша) солят только после окончательной готовности, лучше всего непосредственно перед употреблением.

Даже те блюда, в которых состав продуктов не диктует строго определенного времени внесения соли, все же лучше подсаливать лишь в конце приготовления. Это особенно относится к супам и тушеным блюдам. Исключение из такого правила составляет рыба: при варке сырую рыбу закладывают в уже подсоленную и кипящую воду или иную среду, а при жарении солят до выкладывания на сковороду.

В ряде рецептов имеются специальные указания на тот или иной вид посуды для приготовления блюда. Однако следует иметь в виду некоторые общие принципы. Во-первых, блюда, в состав которых входят кислые среды (лимонный сок, кислая капуста, помидоры, кислое молоко и т.п.), нужно готовить в неокисляемой посуде, т.е. в эмалированной, фарфоровой, фаянсовой, глиняной, стеклянной. Супы также лучше готовить в неокисляемой посуде, независимо от состава продуктов. Обжаривать пищу в жирах и маслах следует в котлообразной металлической посуде с толстыми стенками и дном или на сковородах. Запекать, особенно рыбные, грибные и овощные блюда, лучше всего в неокисляемых (эмалированных) сковородах или в фольге (а также на фольге, без покрытия сверху).

Вид очага также имеет большое значение для правильного приготовления национальных блюд. Русская печь, закавказский и среднеазиатский тандыр или тындыр (танур, тонир), молдавский гратар, азербайджанский мангал дают возможность получать из одних и тех же продуктов (скажем, мяса) различные по консистенции и вкусу блюда, поскольку создаваемые этими видами очагов различные температурные условия и давление вызывают далеко не одинаковые физические, химические и биохимические процессы в продуктах.

Однако пользование подобными типами очагов возможно лишь в определенных условиях либо в специализированных учреждениях общественного питания (национальных ресторанах). В большинстве же случаев, особенно в городских условиях, используют европейскую плиту (дровяную, газовую или электрическую) с двумя видами теплового режима – наплитным огнем и духовым шкафом (духовкой). При этом чаще всего применяется наплитный огонь. С учетом этого обстоятельства в книге представлены преимущественно такие национальные блюда, которые можно приготовить на плите. Те же блюда, которые принято готовить в очагах других типов, рекомендуется готовить в духовке, причем использовать ее можно в одних случаях как открытый огонь типа мангала или тандыра, в других – как тепловую атмосферу типа русской печи. С этой целью в первом случае не защищенное ничем мясо следует

помещать непосредственно на решетку духовки, как можно выше над огнем и создавать при этом исходно высокую температуру на короткое время; во втором случае продукты следует закладывать в плотно закрытую глиняную или чугунную посуду с толстыми стенками и помещать ее на нижней ступени духовки ближе к огню, делая его в то же время умеренным и выдерживая блюдо при этой температуре длительное время. Наконец, в городских условиях можно имитировать даже запекание в золе, используя с этой целью в качестве оболочки для продуктов пищевую фольгу и помещая плотно завернутые в нее продукты (картофель, овощи, мясо, рыбу) в духовку. Для томления можно использовать электрокастрюлю-тиховарку «Парёнка» Свердловского НПО «Машиностроительный завод им. М. И. Калинина»<sup>1</sup>, имитирующую нагрев русской печи. Таким образом, при правильном сочетании разных типов огня, посуды и современного кухонного оборудования (скороварка, тиховарка, электрогриль, манты-каскал, водяная баня, паровая баня и др.) в городских условиях можно приготовить свыше 90% национальных блюд народов России и ближнего зарубежья.

---

<sup>1</sup> Данный вариант прожил недолго в период так называемой «конверсии» (военных производств в гражданские) и не пережил всех наших кризисов, но медленно-варки как класс расцвели буйным цветом, любую модель с керамической чашей и цельной стеклянной крышкой (без металлических элементов) можно считать достаточно близким аналогом.



# Г Л **2** В А

## ПОЛЕЗНЫЕ ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЕ СОВЕТЫ ДОМАШНИМ КУЛИНАРАМ



### 15 ДОБРЫХ СОВЕТОВ



**1.** Что бы вы ни решили готовить (даже не зная еще точно – что именно), первым делом, войдя в кухню, поставьте кипятить воду. Выработав эту привычку, вы оцените всю пользу от нее по мере приобретения поварского опыта.

**2.** Никогда не начинайте готовить, не прочитав рецепта до конца. Прежде всего прочтите предварительные объяснения, а затем весь рецепт, уясните себе всю последовательность действий и только потом принимайтесь за дело.

**3.** Сразу взвесьте и отмерьте все продукты, необходимые по рецепту, расположите их на столе перед собой.

**4.** Подготовьте посуду и кухонный инструмент.

**5.** Строго соблюдайте последовательность операций, указанных в рецепте. Не спешите солить, но и не запаздывайте! НЕ ЗАБЫВАЙТЕ!

**6.** Никогда не оставляйте продукты, а особенно жиры, муку, крупы, открытыми в кухне во время варки – они теряют свой вкус, быстро горкнут, портятся, в них заводятся черви и насекомые.

**7.** Храните чай, пряности, кофе, соду и уксус в тщательно закрытой стеклянной посуде и каждый из этих продуктов изолированно.

**8.** Никогда не допускайте долгого бурления (кипения) воды, супов, компотов и т.п., а также скопления пара на кухне. Не кипятите масло, не пережигайте растительных жиров, это портит не только их вкус, но и вкус подвергаемых тепловой обработке продуктов.

**9.** Варите супы без крышки! Непременно тщательно снимайте пену! Молочные и рыбные супы (особенно уху!) никогда нельзя варить под крышкой!

Овощные супы также лучше варить без крышки, особенно те, которые включают массу надземных овощей и трав.

В мясных супах можно варить под крышкой только их мясную часть, а затем крышку снимать.

Только в таком случае супы будут прозрачны, душисты, вкусны.

**10.** Любой продукт для варки кладите всегда в крутой кипяток! Еще лучше – в кулинарно подготовленный кипяток, т.е. посоленный, поперченный, если это допускается и требуется рецептом.

**11.** Любой продукт, предназначенный для тепловой кулинарной обработки (варки, жарения, запекания и т.д.), тщательно и вновь перед закладкой проверьте на чистоту и отсутствие посторонних запахов и включений, скрытых изъянов. Это значит, что любой корнеплод, например, надо разрезать минимум на 4 части, чтобы убедиться в отсутствии дефектов внутри клубней.

**12.** Используйте для панировки только очень сухую (подсушенную) муку или очень тонко помолотые сухари (до пудрообразного состояния) – это предотвратит подгорание пищи, исключит появление чада на кухне.

**13.** Разумно используйте остатки доброкачественного пищевого сырья и готовой пищи: делайте из них начинки, винегреты, салаты, паштеты, используйте в соусах. Никогда не выбрасывайте образовавшейся в процессе выпечки кондитерской крошки и остатков сдобного теста: это хорошее сырье для начинок и панировки пирожных.

**14.** Работайте на кухне только сухими руками. Не допускайте их увлажнения, вытирайте при малейшем случайном смачивании!

Это не только улучшит производительность вашего труда, но и повысит качество приготавливаемой пищи, оздоровит общую обстановку на кухне. Заметьте связь между этими указанными явлениями!

Пользуйтесь для работы с горячей кухонной утварью специально сделанными прихватками и рукавицами, а не случайными тряпочками и полотенцами. Это сделает ваши действия уверенными, предотвратит случайные ожоги и травмы, битье посуды и потерю пищи.

**15.** Старайтесь не покидать кухню во время приготовления, внимательно следите за ходом всех тепловых процессов, знайте время, потребное на них. Это – основное условие для предупреждения подгорания и сплывов блюд.

## **10 НАПОМИНАНИЙ ОБ ОПЕРАЦИЯХ, КОТОРЫЕ ЧАСТО ЗАБЫВАЮТ ДЕЛАТЬ И КОТОРЫЕ СИЛЬНО ВЛИЯЮТ НА ВКУС ГОТОВЫХ БЛЮД**

• • •

1. Перебирать крупу.
2. Опаливать птицу до мытья и приготовления.
3. Обсушивать на полотенце мытые сырые продукты перед закладкой их на горячую обработку (мясо, рыбу, птицу, овощи, фрукты).
4. Вытирать насухо мытую кухонную посуду перед наполнением ее жидкостями и сырыми продуктами.
5. Снимать и вынимать:
  - а) в мясе: пленки, сухожилия, фасции;
  - б) в птице: кожу;
  - в) в рыбе: кожу (у морской), чешую (у речной), жир, ость плавников;
  - г) в супах, отварах, варенье: пену.
6. Пробовать пищу несколько раз во время приготовления для корректировки вкуса.

7. Употреблять лишь абсолютно свежие продукты.
8. Рыбу обрезать ножницами (плавники, хвост), чистить – теркой, пластовать со спины, вспаривать брюхо с анального отверстия. Снимать изнутри черную пленку.
9. Рис промывать несколько раз холодной водой с солью!
10. Варенье варить с одним-двумя перерывами, не допуская изменения яркости цветовой окраски, характерной для данного вида ягоды или фруктов.

## О СОСТАВЛЕНИИ МЕНЮ



Почти все обладатели поваренных книг практически готовят лишь малую часть указанных в этих книгах блюд, хотя и предпочитают приобретать толстые, «солидные» кулинарные руководства. Нередко, имея дома по три-четыре, а то и более поваренных «талмудов», хозяйки продолжают в своей повседневной жизни применять максимум восемь-двенадцать проверенных, освоенных или попросту привычных, знакомых рецептов.

Происходит это по целому ряду причин, но общим результатом является то, что домашний кулинарный репертуар крайне упрощается, становится однообразным, и это побуждает хозяйку время от времени принимать экстренные меры для пополнения и расширения своего привычного меню: лихорадочно листается одна поваренная книга за другой, случайно выбирается приглянувшееся по названию или несложности приготовления незнакомое блюдо, поспешно изготавливается в надежде порадовать близких, но... как правило, оно либо не удастся, либо приходится не по вкусу всем домашним, включая хозяйку, – и все возвращается на прежнюю, проторенную колею – к привычным котлетам, борщу, щам и картофельной запеканке.

Те, кто решается в следующий раз быть осмотрительнее, обращаются обычно к рекомендательным меню, которые нередко сопровождают поваренные книги и составляются на неделю, месяц или даже на год.

Однако это далеко не для всех является выходом, поскольку заранее заготовленные меню удобны для больших, общественных кухонь, а не для домашнего приготовления, ибо трудно загодя ориентироваться на блюда, для которых в намеченный день нельзя достать необходимого сырья.

Но главное неудобство разработанных кем-то за вас меню состоит в том, что подбор блюд для обеда или завтрака, ужина, их состав, их вкус определяются обычно личными возможностями и склонностями каждого.

Согласовать свои вкусы с рекомендованной разработкой – уже проблема, и поэтому практически подготовленными в поваренных книгах меню мало кто пользуется систематически и регулярно.

Тем не менее иметь разнообразное меню домашнего стола необходимо. Более того, это выгодно и с физиологической и с экономической точек зрения. Вот почему какие-то общие, непрменные, обязательные правила смены и обновления состава пищи должен соблюдать каждый, кто заинтересован в том, чтобы иметь хорошее самочувствие, нормальный обмен веществ и получать от еды истинное удовольствие.

Прежде всего надо соблюдать сезонность питания, т.е. то, что ныне начинает утрачиваться, особенно жителями крупных городов.

Сезонность питания – это значит, что меню лета, осени, зимы и весны должны существенно отличаться друг от друга, и поэтому не стоит, скажем, стремиться зимой есть дорогие, но не свойственные этому времени зеленые огурцы и помидоры. Ничего полезного они не несут, но зато приводят к дисгармонии обмена веществ, особенно в условиях русского климата, ибо зимой крайне полезны и нужны квашеные, богатые ферментами овощи – соленые огурцы, капуста, моченые яблоки, соленые грибы и т.п. в сочетании с жирной мясной пищей, помогающей легко переносить русские морозы.

Весной, наоборот, как можно раньше надо стараться есть всякую свежую зелень и блюда из нее. Зеленые щи из сныти или крапивы, жареные корни лопуха в начале мая, ранние грибы в апреле – сморчки и строчки, – все эти новости и признаки ве-

сенного сезона не следует пропускать. Они существенно оживляют меню.

Летом надо пользоваться всем диапазоном имеющихся отечественных овощей и фруктов, но быть абсолютно равнодушным к экзотическим, как правило, круглогодичным и потому во многом лишенным и пищевой ценности, и вкусового сезонного своеобразия.

Щи из свежей капусты, борщ из молодой свеклы, холодники и свекольники, окрошка, отварная молодая картошка с маслом и сельдью, жареные грибы, фруктовые и хлебные супы, жареная речная рыба в сметане, клубника или земляника с молоком, молодые огурчики с медом должны непременно быть попробованы, как специфические сезонные летние блюда, которые возможны только в это время года и которые просто грех пропустить.

Осенью можно позволить себе не только всевозможные тушеные овощи, особенно их сочетание, не только все бахчевые культуры – от кабачков, тыквы и цукини и кончая дынями и арбузами, но и необходимо полакомиться домашней птицей (утки, гуси, индейка) и мясом, учитывая, что именно в это время легче и дешевле достать парное баранье и телячье мясо.

Поздней дождливой осенью вкусно, приятно и полезно есть горячие, заправленные жиром или маслом кашеобразные блюда – русские каши, узбекские пловы, украинские кулеши или таджикские шимы, представляющие сочетание жареных овощей и отваренных зерновых.

Зимой не покажутся тяжелыми жирные пироги с мясом и яйцами, блины, свиное соленое сало, жаркое из мяса в сочетании с квашениями и соленьями из овощей, грибов, ягод и фруктов.

Так время года само регулирует и определяет главные ориентиры в выборе меню, и если следовать этому разумно и последовательно, то никаких особых проблем с повторением или приедаемостью пищи не возникает.

Что же касается подбора меню определенного обеда, то здесь необходимо и важно соблюдать одно классическое правило: продукты, используемые в четырех или трех подачах, не

должны повторяться. Это касается прежде всего основы блюд. Так, например, если закуски включают овощи и грибы, то первое должно быть мясным, второе – рыбным, а третье – мучным, яичным, молочным или фруктовым. Не должны повторяться и гарниры к основным блюдам. Например, меню, в котором на первое – куриный суп с рисом, на второе – котлеты с рисом и на третье – фруктово-ягодный компот с рисовыми крокетками, составлено плохо, и такой обед, несмотря на всю свою пищевую ценность, покажется невкусным. Точно так же следует избегать использования картофеля как компонента и в салате, и в супе, и в виде пюре ко второму блюду.

Кроме того, необходимо, чтобы тяжелые и легкие блюда сменяли друг друга, следовали бы попеременно.

Так, например, за вегетарианским супом из зелени хорошо подать жирное блюдо из баранины или, наоборот, за жирным, наваристым борщом или харчо лучше всего дать легкое рыбное второе блюдо, например тельное, после которого вновь можно дать плотное третье – гурьевскую кашу, яично-фруктовую бабку с киселем и т.п.

Стол, составленный последовательно из блюд *одной и той же национальной кухни* с соблюдением указанных правил, *обладает наибольшей и наилучшей гармоничностью*. Ибо в этом случае гармоничный отбор всех компонентов каждого блюда и их совокупности является результатом векового народного опыта.

Однако при подборе меню, состоящего из блюд разных национальных кухонь, достижение общей вкусовой гармоничности уже более сложно.

В то же время составленное правильно, со вкусом меню из блюд разных национальных кухонь не только правомерно, но и крайне обогащает стол. Особенно уместен такой подбор при составлении меню праздничного стола.

При этом многое зависит от степени развитости кулинарного вкуса составителя меню, а не только от его личных вкусовых склонностей.

Иногда блюда разных национальных кухонь бывают просто несовместимы, и это надо уметь чувствовать.

Так, например, несовместимы в одном обеде русские кислые щи и узбекский плов как второе блюдо. Негармонично подавать после эстонского молочного супа грузинское сациви или молдавские кифтелуце; армянский бозбаш нельзя совмещать с литовским жареным гусем и т.д. и т.п.

Короче говоря, надо учитывать не только правила чередования легких и тяжелых блюд и правило неповторяемости пищевого состава, но и принимать во внимание некоторые национальные традиции в области кулинарии, несовместимость приправ, пряностей и т.п.

Так, например, если в меню присутствует одно или два блюда из закавказских кухонь, то в него нельзя вводить блюда литовской или белорусской кухонь из гусятины или эстонские и латышские блюда из сельди, поскольку такие продукты не употребляются в Закавказье и их вкусовая и ароматическая гамма противоречит гамме грузинских или армянских соусов и приправ.

Все это, вместе взятое, затрудняет составление меню из блюд разных национальных кухонь, требует для этого специальных кулинарных знаний и опыта.

Мы приведем как пример одно такое правильное меню, оставив читателям возможность затем самим поупражняться в составлении «интернациональных обедов», пользуясь этой книгой.

## ПОЯСНЕНИЕ



**Закуски.** Выбраны отварные мясные и овощные закуски с мягкой слабомаринованной или нейтральной гаммой, без масляных и остро-пряных соусов. Поэтому сюда вошло не лобио, а мхали и чоги. Все виды закусок используются одновременно.

**Супы.** Выбраны русские супы с рыбой и щи из свежей капусты с нейтральным или слабокисловатым бульоном, с мягкой нежной овощной гущей и нежным рыбным мясом, особенно приятными после слабоострых мясных студней.

**Второе.** Подобраны умеренно плотные мясные вторые блюда, некоторые из которых с тестяным компонентом, новым в данном обеде. Мясо также всюду иное, чем в закусках, – баранина.



**Антреме.** После мясо-тестяных вторых блюд уместно в качестве переходного блюда употребить еще фруктово-мясные или фруктово-масляные жареные блюда.

**Десерт.** На десерт можно, но не обязательно использовать сочетания нескольких национальных сыров в сочетании со свежими фруктами или же с легкими, прохладными и кисловатыми фруктовыми блюдами и напитками.

Такой подбор блюд обеспечивает сохранение на протяжении всего обеда слабокисленькой, мягкой, нежной вкусовой гаммы с нейтральными вкусовыми дополнениями.

В целом обед по составу весьма разнообразен, в нем присутствуют два вида мяса, рыба, птица, много овощей и фруктов, имеются богатые протеином молочнокислые изделия, и в целом, несмотря на большое количество блюд и значительную питательность, такой обед не тяжел.

### Праздничный обед

<b>Закуски:</b>	Рэсол (молд.)	Мужужи (груз.)	Хефта-бе- джар (азерб.)	Мхали, Чоги (груз.)
<b>Супы:</b>	Ботвинья (русск.)	Щи рахманные (русск.)	Уха белая (или сладкая) (русск.)	
<b>Второе:</b>	Манты (узб.)	или Кололак (арм.)	или Чанахи (груз.)	или Щима (тадж.)
<b>Антреме:</b>	Толма эчмиадзинская, Кай- саба (азерб.)			
<b>Десерт: I</b>	Сыры: Пишлок (узб.)	Яню-сие- риньш (лат.)	Ежегей (казахск.)	Иримшик (казахск.)
<b>Десерт: II</b>	Ревенная гуца, яблочная гуца (эст.)		Чриантели (груз.)	Холодец ягодный (укр.)

# ЧАСТЬ 1

Глава 3. РУССКАЯ И СОВЕТСКАЯ КУХНИ

Глава 4. УКРАИНСКАЯ КУХНЯ

Глава 5. БЕЛОРУССКАЯ КУХНЯ

Г Л **З** В А

## РУССКАЯ И СОВЕТСКАЯ КУХНИ

РУССКИЙ СТОЛ ШИРОКО ИЗВЕСТЕН ЗА РУБЕЖОМ ГЛАВНЫМ ОБРАЗОМ СВОИМИ ДЕЛИКАТЕСАМИ: КОПЧЕНОЙ СПИНОЙ ОСЕТРА (БАЛЫКОМ), СЕВРЮЖИНОЙ С ХРЕНОМ, МАЛОСОЛЬНОЙ ЛОСОСИНОЙ (СЕМГОЙ), КРАСНОЙ, ЧЕРНОЙ И РОЗОВОЙ (СИГОВОЙ) ИКРОЙ, МАРИНОВАННЫМИ И СОЛЕННЫМИ ГРИБАМИ (РЪЖИКАМИ И БЕЛЫМИ), – СОСТАВЛЯЮЩИМИ НЕ ТОЛЬКО ПРЕКРАСНЫЙ НАТЮРМОРТ ВМЕСТЕ С КРИСТАЛЛЬНО ПРОЗРАЧНОЙ МОСКОВСКОЙ ВОДКОЙ, НО И ТОНКО ГАРМОНИРУЮЩИМИ С НЕЙ ВО ВКУСОВОМ ОТНОШЕНИИ.



**О**днако эти отдельные готовые продукты, к тому же праздничные, несмотря на свою изысканность, не могут дать полного представления о русской кухне, о своеобразии вкуса ее основных горячих блюд, о составе русского национального стола в целом.

Русская кухня в том виде, в каком она дошла до наших дней, сложилась окончательно немногим более ста лет тому назад, во второй половине XIX века, когда была проведена ее неофициальная кодификация: именно в период с 40-х до 80-х годов XIX века появилось большое количество поваренных книг, составленных людьми разных сословий (от аристократов до крестьян) и из разных районов страны. Это позволило не только впервые увидеть в наиболее полном виде весь национальный репертуар русских блюд, но и начать его критическую чистку от разных инородных заимствований и наслоений.

Русская кухня прошла длительный, тысячелетний, путь развития и пережила несколько этапов. Каждый из них оставил неизгладимый след (если говорить о том, что мы понимаем под классической русской кухней), причем довольно сильно отличался от других составом меню, композицией блюд и технологией их приготовления, т. е. представлял своего рода отдельную кухню.

Таких этапов шесть: древнерусская кухня (IX–XVI века); кухня Московского государства (XVII век); кухня Петровской и Екатерининской эпох (XVIII век); петербургская кухня (конец XVIII века – 60-е годы XIX века); общерусская национальная кухня (60-е годы XIX века – начало XX века); советская кухня (с 1917 года до недавнего времени).

## **ДРЕВНЕРУССКАЯ КУХНЯ**

Насчитывающая 500 лет развития, древнерусская кухня характеризуется чрезвычайным постоянством состава блюд и их вкусовой гаммы на основе строгих (схоластических) канонов приготовления. Кухня этого периода зафиксирована в первой половине XVI века, в момент ее кульминационного развития, в письменном памятнике 1547 года (Домострой) советником царя Ивана IV Грозного Сильвестром, составившим список современных ему блюд, кулинарных изделий и напитков. Сохранившиеся с конца XVI века трапезные книги крупнейших русских монастырей дополняют наши сведения о репертуаре древнерусской кухни.

Основу ее составляли хлебные, мучные изделия и зерновые блюда. Уже в IX веке появляется тот кислый ржаной черный хлеб на квасно-тестяной закваске, который становится национальным русским хлебом и любовь к которому подавляющего большинства народа оказывает решающее воздействие на позицию русской церковной иерархии в спорах об евхаристии на Вселенских соборах в середине XI века (где русские епископы отвергли опресноки!) и на последующую хозяйственно-политическую ориентацию Руси на Византию, а не на латинский Запад.

Все древнейшие мучные изделия создавались исключительно на основе кислого ржаного теста, под воздействием грибковых культур. Так были созданы мучные кисели – ржаной, овсяный, гороховый, а также блины и ржаные пироги. Русские методы закваски, применение теста из привозной (а затем и местной) пшеничной муки и ее сочетание с ржаной дали позднее, в XIV–XV веках, новые разновидности русских национальных хлебных изделий: оладьи, шаньги, пышки (жаренные на масле), баранки, бублики (из заварного теста), а также калачи – основной национальный русский белый печеный хлеб.

Особое развитие получили пироги, т.е. изделия в тестяной оболочке с самой разнообразной начинкой – из рыбы, мяса, домашней птицы и дичи, грибов, творога, овощей, ягод, фруктов, из различного зерна в сочетании с рыбой, мясом и грибами. Само по себе зерно послужило основой для создания блюд из него – каш. Каши – полбяная, гречневая, ржаная, так называемая зеленая (из молодой, незрелой ржи), ячменная (ячневая) – делались в трех видах в зависимости от соотношения зерна и воды: крутые, размазни и кашицы (полужидкие). Приготавливались они с добавками тех же разнообразных продуктов, какие использовались в начинки для пирогов. В X–XIV веках каши приобрели значение массового ритуального блюда, которым начиналось и завершалось любое крупное мероприятие, отмеченное участием значительных масс народа, будь то княжеская свадьба, начало или завершение строительства церкви, крепости или иное общественно значимое событие.

Привычка сочетать преимущественно мучную основу с мясными, рыбными и растительными продуктами в едином кулинарном изделии или блюде была причиной того, что в конце периода древнерусской кухни (в XVI – начале XVII века) в нее органично вошли такие «восточные» блюда, как лапша (молочная, мясная, куриная, грибная) и пельмени, заимствованные соответственно у татар (тюрьков) и пермяков (камских угро-финнов), но ставшие русскими блюдами как в глазах иностранцев, так и самого русского народа и даже давшие чисто русскую разновидность – кундюмы (жареные пельмени с грибами).

В средневековый период сложилось также большинство русских национальных напитков: мед ставленный (около 880–890 годов), приготовлявшийся по методу, близкому к производству виноградных вин, и дававший продукт, близкий к коньяку (выдержка от 5 до 35 лет); березовица пьяная (921 год) – продукт брожения березового сока; мед хмельной (920–930 годы) – с добавлением к меду хмеля, помимо ягодных соков; мед вареный – продукт, близкий по технологии к пиву (996 год); квас, сикера (XI век); пиво (около 1284 года).

В 40–70-х годах XV века (не ранее 1448-го и не позднее 1474 года) в России появляется русская водка. Рано выразившиеся национальные технологические отличия ее изготовления сказались на более высоком качестве русской водки по сравнению с возникшей позднее горилкой – польской и черкасской (украинской) водкой. Русская (московская) водка производилась из ржаного зерна путем «сидения», а не дистилляции, т.е. посредством беструбного медленного выпаривания и конденсации в пределах одной и той же посуды.

Распространение водки начинается лишь с конца XV – начала XVI века, когда она становится предметом государственной монополии; из России водка в начале XVI века (1505 год) распространяется в Швецию. В 1533 году в Москве, на Балчуге напротив Кремля, открывается первый общественный «ресторан» – царев кабак. В конце XV века (в 70–80-х годах) появляются первые профессиональные повара – не только у царя, но и у князей и бояр. Отдельно от поваров утверждается профессия хлебников, причем трех разрядов: греки – для вытяжного и пресного теста, русские – для ржаного и кислого, татары – для пшеничного сдобного.

Уже в раннем Средневековье сложилось четкое, или, вернее, резкое, разделение русского стола на постный (растительно-рыбно-грибной) и скоромный (молочно-яично-мясной), что оказало огромное влияние на все дальнейшее развитие русской кухни вплоть до конца XIX века. Это влияние не во всем было положительным и плодотворным. Проведение резкой грани между скоромным и постным столом, отгораживание их

друг от друга «китайской стеной», изолирование одних продуктов от других, строгое недопущение их смешения или комбинации – все это лишь частично привело к созданию некоторых оригинальных блюд, но в целом не могло не вызвать известного однообразия меню.

Больше всего от этой искусственной изоляции повезло постному столу. Тот факт, что большинство дней в году – от 192 до 216 в разные годы – считались постными, а посты соблюдались весьма строго, способствовал естественному расширению постного стола. Отсюда обилие в русской кухне грибных и рыбных блюд, всевозможное использование различного растительного сырья – зерна, овощей, лесных ягод и трав (крапивы, сныти, лебеды и др.).

На первых порах попытки разнообразить постный стол выражались в том, что каждый вид овощей, грибов или рыбы приготавливался отдельно, самостоятельно. Капусту, репу, редьку, горох, огурцы – овощи, известные с IX века, – если не ели сырыми, то солили, парили, варили или пекли, причем отдельно одно от другого. Поэтому такие блюда, как салаты, никогда не были свойственны русской кухне, они появились в России уже в XIX веке как одно из заимствований с Запада. Но и тогда они первоначально делались преимущественно с одним овощем, отчего и назывались «салат огуречный», «салат свекольный», «салат картофельный» и т.п. Еще большему разделению подвергались грибные и рыбные блюда. Каждый вид грибов – грузди, рыжики, опята, белые, сморчки, маслята, сыроежки, шампиньоны и т.д. – солили или варили совершенно отдельно от других, что, кстати, практикуется и поныне. Точно так же обстояло дело и с рыбой, употреблявшейся только в отварном, вяленом, соленом, запеченном и лишь позже, в XIX веке, в жареном виде. Каждое рыбное блюдо готовилось особым для той или иной рыбы способом. Поэтому и уха делалась из каждой рыбы отдельно и называлась соответственно – окуневой, ершовой, налиమ్ей (мневой), стерляжьей и т.п., а не просто рыбным супом, как у других народов.

Таким образом, количество блюд в XV веке по названиям было огромно, но по содержанию они немногим отличались одно от другого. Вкусовое разнообразие однородных блюд до-



стигалось, с одной стороны, различием в тепловой обработке, с другой – применением различных масел, преимущественно растительных (конопляного, орехового, макового, деревянного, т.е. оливкового, и значительно позднее – подсолнечного), а также употреблением пряностей. Из последних чаще всего применялись лук и чеснок, причем в весьма больших количествах, петрушка, анис, кориандр, лавровый лист, черный перец и гвоздика, появившиеся на Руси уже в X–XI веках, а в XV – начале XVI века этот набор был дополнен имбирем, корицей, кардамоном, айром и шафраном.

Наконец, в средневековый период развития русской кухни выявляется и склонность к употреблению жидких горячих блюд, получивших общее название «хлёбова». Самое большое распространение получают такие виды хлёбова, как щи, основанные на растительном сырье, а также различные виды мучных супов.

Что касается молока и мяса, то эти продукты до XVII века употреблялись сравнительно редко, причем обработка их не отличалась сложностью. Мясо (как правило, говядину, реже – свинину и баранину) варили в щах или кашах и до XVI века почти не жарили.

На употребление многих видов мяса был наложен строжайший запрет – особенно на зайчатину и телятину. Остается историческим фактом, что в 1606 году боярам удалось натравить на Лжедмитрия I толпу, побудив ее ворваться в Кремль, только сообщением, что царь не настоящий, ибо ест телятину. Это был самый убедительный аргумент. Молоко пили сырое, томленое или скисшее; из кислого молока получали творог и сметану, а производство сливок и масла оставалось почти неизвестным вплоть до XIX века.

Мед и ягоды в древнерусской кухне были не только сладостями сами по себе, но и основой, на которой создавались сиропы и варенья. А будучи смешаны с мукой и маслом, с мукой и яйцами, мед и ягоды стали основой русского национального сладкого изделия – пряников. Поэтому пряники были вплоть до XIV века только медовыми или медово-ягодными, чаще всего медово-малинными или медово-земляничными. В XIV–XV веках

возникает и другое русское национальное сладкое изделие – левишники, приготовляемые из тщательно протертых ягод брусники, черники, вишни или земляники, высушенных тонким слоем на солнце. К национальному русскому лакомству вплоть до XX века относились и орехи, вначале лесные и грецкие (волошские), а позднее, с XVII века, кедровые, и семечки (подсолнечные).

● **КУХНЯ МОСКОВСКОГО ГОСУДАРСТВА,  
ИЛИ СТАРОМОСКОВСКАЯ КУХНЯ**

Древнерусской кухне, как и всему патриархальному быту Руси, был нанесен удар в начале XVII века – польско-шведской интервенцией и крестьянской войной, приведшими к хозяйственному упадку в течение почти четверти века и к резкому изменению социальных условий в России. Именно этот период и служит демаркационной линией между древнерусской кухней и кухней Московского государства XVII века, или так называемой старомосковской кухней.

Основное ее отличие от древнерусской состояло в том, что наступило резкое размежевание русского общенационального стола по сословному признаку. Раньше стол знати отличался от стола простолюдина лишь количеством блюд, ибо натуральное хозяйство обуславливало качественное равенство пищевого сырья, производимого крестьянами, для всех сословий. За границей для двора закупались лишь вина – французские и греческие (мальвазия, бургундские, романея) – и фрукты, в основном сушеные и вяленые, – фиги (инжир), финики, лимоны. Но с развитием интенсивной внешней торговли, введением монополии на ряд товаров (водка, икра, красная рыба, рыбий клей, мед, соль, конопля) и заменой натурального обмена денежным началось разграничение в ассортименте между теми пищевыми продуктами, которые поступали на стол знати, и теми, что имелись в наличии у крестьянина.

Эти же причины оказали сильное воздействие и на складывание с XVII века русских региональных кухонь (донской, уральской, сибирской, поморской), поскольку они стали отличаться от московской официальной кухни ассортиментом продуктов и блюд.

Наконец, своеобразие этого периода в развитии русской кухни заключалось и в том, что стол московского царя и знати, хотя и оставался сословно закрытым, оказывал влияние на всю московскую кухню в целом. Дело в том, что в Москве все пищевые товары, как бы они ни были редки и экзотичны, продавались на свободном рынке, следовательно, могли быть приобретены любым лицом (так, китайский чай впервые появился при дворе в 1638 году, а в свободной продаже – уже в 1674 году). Кроме того, колоссальный штат прислуги, обслуживавшей царский двор и многочисленные семейства знати, насчитывавший лишь в черте города десятки тысяч человек, содействовал тому, что новые застольные обычаи, новые блюда, их новая композиция и рецептура постепенно распространялись среди московского люда. Вот почему термин «московская кухня» хотя и означает прежде всего кухню знати XVII века, имеет и более широкое толкование. Речь идет о кулинарных принципах, ставших господствующими в XVII веке в столице и ее окружении. Не случайно «московская кухня» дожила в Москве, а особенно в Замоскворечье – этом оазисе древней Москвы и районе купечества, – вплоть до начала XX века, независимо от того, что господствующее кулинарное направление в стране сменилось за это время трижды.

В то время как народная кухня начиная с XVII века все более упрощается и обедняется, кухня дворянства и особенно знати (боярства) становится все более сложной и рафинированной. Она не только собирает, объединяет и обобщает опыт предшествовавших столетий, но и создает на его основе новые, более сложные варианты старых блюд, а также впервые заимствует и открыто вводит в русскую кухню ряд иностранных блюд и кулинарных приемов – преимущественно восточного и балканского происхождения. Заметно обогащается в это время скоромный праздничный стол. По-прежнему используются принятые в народе солонина и вареное мясо, но преимущественное место на столе знати начинают занимать «верченое» (т.е. приготовленное на вертелах) и жареное мясо, домашняя птица и дичь. При этом способы обработки мяса все более разнятся в зависимости от его вида. Так, го-

вядина идет главным образом для приготовления солонины и для отваривания; из свинины делают ветчину, буженину для длительного хранения, употребляют ее также в обжаренном и тушеном виде, причем в России ценится только мясная, нежирная («постная») свинина; баранину, домашнюю птицу и дичь используют в основном для жаркого и только отчасти для тушения.

В XVII веке окончательно складываются все основные типы русских супов, причем появляются неизвестные для средневековой Руси солено-пряно-кислые супы – кальи, похмелки, солянки, рассольники, – обязательно содержащие квашения, лимон и маслины. Появление этих супов вызвано чрезвычайным распространением пьянства, потребностью в опохмеляющих средствах.

Обогащается и уже хорошо развитый к этому времени постный стол знати. Почетное место на нем занимают астраханский балык, черная уральская икра в двух ее разновидностях (паюсная и зернистая), соленая и заливная красная рыба, кольская семга, сибирская нельма и белорыбица, закавказская шемая, байкальский омуль.

На кулинарные нравы XVII века сильное влияние оказывает восточная и в первую очередь татарская кухня, что связано с включением в состав Русского государства во второй половине XVI века Казанского и Астраханского ханств, Башкирии и Сибири. Именно в этот период в общерусскую кухню попадают и делаются непременно, «своими», такие продукты, как изюм (виноград), урюк, смоква (инжир), дыня, арбуз, гранат, заморские лимоны и чай, употребление которых за русским столом становится традиционным. Тем самым существенно пополняется и сладкий стол, в его ассортименте – разнообразные коврижки, сладкие пироги, цукаты, яблочная пастила в двух видах (коломенская и белёвская), многочисленные варенья, причем не только из ягод, но и из некоторых овощей (морковь с медом и имбирем, редька в патоке). В XVII веке в Россию стали завозить тростниковый сахар, из которого вместе с пряностями варили леденцы. Но все эти сладкие блюда можно было встретить в основном на столе знати.

Для боярской кухни того времени примечательным становится чрезвычайное обилие блюд – до 50 в один обед, а за царским столом их число возрастает до 150–200. Стремление придать столу помпезный вид проявляется в резком увеличении самих размеров блюд. Выбираются самые крупные лебеди, гуси, индейки, самые большие осетры или белуги. Порой они так велики, что их едва могут поднять три-четыре человека. Не знает границ украшательство блюд: из пищевых продуктов сооружаются дворцы, фантастические животные гигантских размеров. Тяга к нарочитой пышности сказалась и на продолжительности придворных обедов: 6–8 часов подряд – с двух часов дня до десяти вечера. Они включали в себя почти десяток перемен, каждая из которых состояла из полутора-двух десятков однотипных блюд, например из десятка сортов жареной дичи или соленой рыбы, из двух десятков видов блинов или пирогов.

Таким образом, в XVII веке русская кухня была уже чрезвычайно разнообразна по ассортименту блюд, но поварское искусство, искусство комбинирования продуктов и формирования вкуса блюд оставалось еще на весьма невысоком уровне.

Основной причиной невкусности многих блюд была неряшливость в приготовлении и полное незнание с технологией жареных блюд, заимствованных с Востока. Их готовили не в казанках, а на сковородках и на таких маслах, которые из-за неумелого применения, а еще более из-за плохого хранения быстро прогоркали и сообщали всему блюду неприятный запах и вкус. Вот почему русские и в XVII веке продолжали предпочитать вареные, квашеные и соленые блюда, приготовление которых никоим образом не связано с использованием масел. Что же касается комбинирования продуктов, то запрет, установленный на этот счет в древнерусской кухне, продолжал строго соблюдаться и в XVII веке. Столь же недопустимым было и измельчение, перемалывание, дробление продуктов. Особенно это относилось к мясному столу. Отрицательное отношение к измельченной пище объяснялось сильными опасениями, что к дробленой массе всегда возможен подмес недоброкачествен-

ных продуктов. Вот почему принципам русской кухни оказались чужды не только котлеты, паштеты и иные основанные на фаршах блюда, но и всевозможные запеканки и пудинги, т.е. любые конгломераты продуктов. Старинной русской кухне свойственно было противоположное стремление – к приготовлению блюда из целого, неделимого крупного куска, а в идеале – из целого животного или растения. Эти кулинарные идеалы были сохранены вплоть до XVIII века в неприкосновенности. Казалось бы, исключением были начинки – в пирогах, в целых животных и птице и в их частях – сычуге, сальнике. Однако в большинстве случаев это были начинки, как бы приготовленные самой природой, – зерно (каши), ягоды, грибы (отбирали мелкие и не разрезали). Рыбу в качестве начинки клали всегда целой – только пластовали, но ни в коем случае не измельчали. Значительно позднее – в конце XVIII и особенно в XIX веке – уже под влиянием западноевропейской кухни некоторые начинки стали измельчать специально.

#### ● КУХНЯ ПЕТРОВСКО-ЕКАТЕРИНИНСКОЙ ЭПОХИ

Новый этап развития русской кухни наступает на рубеже XVII и XVIII веков и длится до начала XIX века (1801 год). Происходит дальнейшее, и на этот раз радикальное размежевание кухни господствующих классов и национальной кухни простого народа.

Если в XVII веке кухня господствующих классов не только сохраняла, но и утрировала национальные особенности и ее отличие от народной кухни выражалось в том, что по качеству, обилию и ассортименту продуктов и блюд она резко превосходила последнюю, то в XVIII веке она все более утрачивает русский национальный характер, открыто, а подчас и демонстративно порывает с русскими кулинарными традициями.

Начиная с петровских времен русская знать, а за нею и все дворянство все более и более заимствуют западноевропейские кулинарные обычаи и нравы. Богатые вельможи, посещавшие Западную Европу, привозят с собой или выписывают иностранных поваров, вначале голландских и немецких, особенно саксонских и австрийских, затем, при Елизавете I, – шведских и французских, а во второй половине XVIII и в начале

XIX век – частично английских и преимущественно французских. С середины XVIII века выписка иностранных поваров стала настолько регулярной, что вскоре они почти полностью вытеснили у высшего дворянства русских кухарок и крепостных поваров. Помимо этого, многие состоятельные вельможи и дворяне к концу XVIII века начинают выписывать из Парижа кондитерские изделия, которые доставлялись в Петербург и Москву через неделю. Некоторые даже специально ездили в Париж попить и поесть. Эти привычки и это пренебрежение к отечественной кухне переняло в той или иной степени во второй половине XVIII века, в Екатерининскую эпоху, и все остальное дворянство. Именно в это время в русское меню проникают блюда из молотого мяса (котлеты, запеканки, паштеты, рулеты), появляются нерусские (шведские, немецкие, французские) супы (молочные, овощные, протертые).

Вполне естественно, что иностранные повара готовили не русские, а свои национальные блюда, и таким путем в русскую кухню были привнесены не только рецептура, но и посуда, технология и комбинации продуктов, характерные для немецкой, голландской, шведской, английской и французской кухонь.

Одним из новых кулинарных обычаев, появившихся в это время в русской кухне господствующих классов, становится употребление закусок как совершенно изолированных от обеда самостоятельных блюд. Пришедшие с Запада и дотоле неизвестные на русском столе немецкие бутерброды, сливочное (чухонское) масло, французские и голландские сыры были объединены со старинными русскими блюдами (холодной солониной, студнем, ветчиной, бужениной, а также с икрой, балыком и другой просольной красной рыбой) в единую подачу или даже особый прием пищи – завтрак. Появились и новые алкогольные напитки – ратифии и ерофеичи. Влияние французской кухни проявлялось и через немецкую. Этому способствовал прежде всего царский двор, вначале в лице Петра I, а затем тех фактически немецких монархов, которые следовали за ним в течение XVIII века, – Екатерины I, Анны I (Курляндской), Анны II (Брауншвейгской), Петра III (Гольштейн-Готторпского), Екатерины II (Ангальт-Цербстской).

## ● ПЕТЕРБУРГСКАЯ КУХНЯ

К концу XVIII века в основном завершается процесс односторонней инфильтрации западноевропейских блюд, посуды и технологии (наплитное, а не печное приготовление) и начинается освоение и приспособление этих новшеств к русским условиям.

При этом все новое с придворного стола попадает сначала на столичный дворянско-чиновничий стол, затем в провинциальную дворянско-помещичью среду, а оттуда и в другие сословия. Процесс этот особенно заметен в столице империи, в Петербурге, который с последней четверти XVIII века становится наконец законодателем мод и в области кулинарии. С 90-х годов XVIII века появляются многочисленные поваренные книги, переведенные с немецкого и французского, в которых рецепты русских блюд тонут в массе иностранных.

Только после Отечественной войны 1812 года в связи с общим подъемом патриотизма в стране и борьбой славянофильских кругов с иностранным влиянием у некоторых представителей дворянства возрождается интерес к национальной русской кухне.

Однако в 1816 году тульский помещик В. А. Левшин, автор книги «Русская поварня», вынужден был признать, что «сведения о русских блюдах почти совсем истребились» и поэтому «нельзя уже теперь представить полного описания русской поварни, а должно удовольствоваться только тем, что еще можно собрать из оставшегося в памяти, ибо история русской поварни никогда не была предана описанию». В результате собранные В. А. Левшиным по памяти описания блюд русской кухни не только не были точны по своей рецептуре, но и по своему ассортименту далеко не отражали всего действительного богатства русского стола. В таком виде русская кухня не могла соперничать с французской, несмотря на все старания патриотов. Кухня господствующих классов и на протяжении первой половины XIX века продолжала развиваться изолированно от народной, под сильным влиянием французской кухни. Правда, в этот период сам характер иностранного влияния существенно изменился. В отличие от XVIII века, когда



заимствовались иностранные блюда вроде котлет, сосисок, омлетов, муссов, компотов и т.п. и вытеснялись исконно русские, в первой половине XIX века происходит иной процесс – обработка русского кулинарного репертуара на французский лад, а во второй половине XIX века начинается даже восстановление русского меню, однако с внесением французских коррективов.

В России в этот период работает целый ряд блестящих французских поваров, радикально реформировавших русскую кухню господствующих классов. Центром этой реформации был Петербург, и, поскольку отсюда влияние нового кулинарного направления распространялось в течение XIX века на всю империю, русская кухня этой эпохи получила название петербургской, в отличие от продолжавшей существовать старой московской кухни.

Заметный след в истории создания петербургской русской кухни оставил легендарный французский повар Мари-Антуан Карем. В Россию Карем прибыл по личному приглашению знаменитого полководца князя П.И. Багратиона, потомка грузинских царей, тонкого ценителя кулинарного искусства. Багратион дал возможность Карему детально ознакомиться с русской кухней, собрав для него в качестве ассистентов выдающихся русских крепостных поваров. Карем сумел правильно оценить достоинства русской кухни и наметил путь для освобождения ее от всего наносного и отрицательного. Премниками Карема в России были Жан и Мишель Жебон (отец и сын), Пети, Тю, Гильта, прожившие в России в общей сложности около полувека и продолжавшие реформу, начатую Каремом. Реформа коснулась прежде всего порядка подачи блюд к столу. Принятая в XVIII веке «французская» подача, когда все блюда выставлялись на стол одновременно, заменяется старинным русским способом подачи – с переменной блюд, однако в одну перемену стали подавать одно, а не несколько блюд, как в XVII веке. Вместе с тем количество перемен было сильно сокращено и была введена такая последовательность в сервировке обеденного стола, при которой тяжелые блюда чередовались с легкими и возбуждающими аппетит. На стол

стали подавать уже не целое животное или птицу, а нарезанное готовое блюдо. При этом украшательство блюд как самоцель потеряло всякий смысл.

«Русские» французы выступали также за замену блюд из толченых и протертых продуктов, занявших большое место в кухне господствующих классов в XVIII веке, натуральными, более отвечающими характеру русской национальной кухни. Так появились всевозможные отбивные (бараньи и свиные) из целого куска мяса с косточкой, натуральные бифштексы, клопсы, антрекоты, эскалопы. Одновременно старания французов были направлены на то, чтобы ликвидировать тяжело-весность, неудобоваримость некоторых русских блюд. Из русских щей они исключили делающую их невкусными мучную подболтку, сохранявшуюся лишь в силу традиции, а не здравого смысла, стали широко употреблять в гарнирах картофель, появившийся в России в 70-х годах XVIII века. Для русских пирогов французы предложили использовать вместо ржаного кислого нежное, умеренно дрожжевое, слоеное тесто из пшеничной муки. Они же ввели безопасный способ приготовления теста на прессованных дрожжах, благодаря чему кислое тесто, на подготовку которого прежде требовалось 10–12 часов, стало поспевать за 2 часа.

Обратили внимание французские кулинары и на закуски, сделав из них одну из самых специфических особенностей русского стола. Если в XVIII веке преобладала немецкая форма подачи закусок – бутербродами, то теперь французы стали сервировать их на специальном столе, красиво оформляя каждый вид на особом блюде. Они настолько расширили ассортимент закусок, включив в их число целый ряд старинных русских мясных, рыбных, грибных и квашеных овощных блюд, что изобилие и разнообразие русского закусочного стола до сих пор вызывают удивление у иностранцев.

Наконец, французская школа ввела в рецепты блюд комбинирование продуктов (винегреты, салаты, гарниры) и точные дозировки, не принятые ранее в русской кухне, и познакомила русскую кухню с неизвестными ей видами западноевропейской кухонной техники. На смену русской печи и приспособ-

ленным к ней горшкам и чугункам пришли плита с ее духовкой, кастрюли, сотейники и т.п. Вместо сита и решета стали использовать дуршлаг, шумовки, мясорубки и пр.

Немаловажным вкладом французских кулинаров в развитие русской кухни было и то, что они подготовили плеяду блестящих русских поваров. Михаил и Герасим Степановы, Г. Добровольский, В. Бестужев, И.М. Радецкий, П. Григорьев, И. Антонов, З. Еремеев, Н. Ходеев, П. Викентьев и другие поддерживали и распространяли лучшие традиции русской кухни на протяжении всего XIX века. Такие выдающиеся практики, как Г. Степанов и И.М. Радецкий, оставили после себя обширные руководства по русской кулинарии.

#### ● ОБЩЕРУССКАЯ НАЦИОНАЛЬНАЯ КУХНЯ

Параллельно с процессом облагораживания и рафинирования русской кухни господствующих классов, происходившим «сверху» и сосредоточенным в дворянских клубах и ресторанах Петербурга и Москвы, шел и другой процесс – собирания, восстановления и развития забытого старинного русского кулинарного репертуара.

Этот процесс протекал стихийно в провинции, в помещичьих усадьбах, вплоть до 70-х годов XIX века. Источником собирания была народная кухня, в развитии которой принимало участие огромное число безвестных талантливых крепостных поваров. После отмены крепостного права в 1861 году и ускорения дифференциации крестьянства, одним из результатов которых было образование кулачества и рост мелкого и среднего купечества, народная кухня стала усиленно культивироваться в этих социальных слоях, а ее национальный репертуар получил новое пополнение. Дело в том, что бурное развитие в 70-х годах XIX века железнодорожного строительства в России приблизило далекие окраины к центру. Это привело к «открытию» многих региональных старинных русских блюд, быстро признанных общенациональными. Таковы были уральские и сибирские пельмени, донские пироги-курники и блюда из крупной степной дичи (турача, дрофы, стрепета), дальневосточные горбуша и кетовая красная икра, каргопольские соленые рыжики и мурманская оленина, башкирский мед и кумыс.

В совершенствовании русской национальной кухни в 70–80-х годах XIX века приняли участие и разнообразные рестораны России, привлекавшие талантливых поваров из народа.

В результате в последнюю четверть XIX века русская кухня приобрела столь обновленный и разнообразный вид, что не только по неповторимому ассортименту блюд, но и по изысканному и тонкому вкусу заняла одно из ведущих мест в Европе, поднялась на такую же высоту, как и французская кухня.

Несмотря на все изменения, привнесения, иностранные и региональные влияния, основа русской кухни, ее сущность оказалась незатронутой в течение веков, она стойко удержалась, сохранив наиболее характерные национальные черты. Так, русский национальный стол немислим без хлеба, блинов, пирогов, каш, без первых жидких холодных и горячих блюд, без разнообразия рыбных и грибных блюд, солений из овощей и грибов; прекрасен русский праздничный стол с его дичью и жареной домашней птицей и русский сладкий стол с его вареньями, коврижками, пряниками, куличами и пр.

Еще в конце XVIII века русский историк И. Болтин подчеркивал, что обилие – одна из характерных особенностей русского стола, причем не только зажиточного. Он отмечал, что русские вообще едят больше и чаще, чем жители Азии, и вдвое-втрое больше, чем французы.

Главное место на русском столе, особенно на народном, занимал хлеб, по потреблению которого на душу населения наша страна всегда занимала первое место в мире. Со щами или другим жидким блюдом рабочий или крестьянин обычно съедал от полкилограмма до килограмма черного, ржаного, хлеба, что в XIX веке часто составляло весь обед трудового народа. Белый хлеб, пшеничный, фактически не был распространен в России до начала XX века. Причем, если у белого хлеба были региональные разновидности – московские сайки, калачи, смоленские крендели, валдайские баранки и т.п., – черный хлеб различался не по районам, а лишь по роду выпечки и сорту муки – пеклеванный, заварной, подовый, обдирный и т.д. Только после Октябрьской революции 1917 года белый хлеб стал наиболее употре-

бительным хлебом народных масс, наряду с другими мучными изделиями из белой пшеничной муки, ранее не свойственными русской кухне, – вермишелью, макаронами и т.п.

Первенствующее значение в истории русской кухни сохраняли и первые жидкие блюда – супы. Предпочтение, оказываемое русскими людьми жидким и полужидким блюдам, наглядно отразилось в том, что ложка была всегда главным столовым прибором русских, без нее нельзя было обойтись. Она появилась в России раньше вилки почти на 500 лет. «Вилкою, что удой, а ложкою, что неводом», – гласит народная пословица, высказывающая пренебрежение к вилке.

Ассортимент национальных русских супов – щей, похлебок, ухи, рассольников, солянок, ботвиний, окрошек, тюрь – продолжал пополняться с XVIII по XX век различными видами западноевропейских супов вроде бульонов, супов-пюре, так называемых заправочных супов с мясом и крупами, которые хорошо приживались благодаря любви русского народа к горячему жидкому вареву. Точно так же нашли свое место на современном русском столе и многие супы народов нашей страны – украинские борщ и кулеш, белорусские свекольники и супы с клецками, молдавские супы с курицей и овощами, среднеазиатские супы с бараниной. Многие современные супы, особенно овощные и овоще-крупяные, произошли от разжиженных древнерусских кашниц с овощной засыпкой. И все-таки не привнесенные, а старые, исконно русские супы вроде щей и ухи определяют до сих пор лицо русской кухни и русского национального стола.

В меньшей степени, чем супы, сохранили свое преимущество на русском столе к началу XX века рыбные блюда. Они заметно уступили место мясным блюдам, но об их былом значении и сегодня свидетельствует разнообразный ассортимент.

Рыба всегда употреблялась в русской кухне в бесчисленных видах: паровая или подпарная, вареная (отварная), тельная, т.е. изготовленная особым образом из одного филе, без костей, но с кожей, жареная, чиненая (наполненная начинкой из каши, лука или грибов), тушеная, заливная, печенная в чешуе, запеченная на сковороде в сметане, просольная (соленая), вяленая,

сушеная на ветру и солнце (вобла) и сушеная в печи (сушик). В северо-восточных областях России рыбу квасили (кислая рыба), а в Западной Сибири ели мороженую сырую (строганина). Менее была распространена в русской народной кухне до середины XIX века копченая рыба, которая в последнее время, наоборот, широко используется в трех видах – холодного копчения, горячего копчения и копчено-вяленая.

В сходном положении с рыбными блюдами оказались и такие характерные для русской национальной кухни продукты, как грибы и дичь. И хотя их доля в современном повседневном меню также постепенно снижается, уступая место «космополитическим» продуктам, особенно колбасным изделиям – мясным фаршам, мясокопченостям и консервам, они по-прежнему занимают почетное место на праздничном национальном столе.

Для понимания характера русских блюд, да и с чисто практической точки зрения (для умения их правильного приготовления), важно знать некоторые особенности технологии русской кухни.

В русской кухне издавна технологический процесс сводился к варке или к выпеканию продуктов в русской печи (жарение было заимствовано у татар позднее), причем обе эти операции велись обязательно раздельно. То, что было предназначено для варки, отваривалось с начала и до конца; то, что было предназначено для печения, только пеклось. Таким образом, народная русская кухня не знала ни что такое комбинирование продуктов, ни что такое комбинированная – совмещенная или двойная тепловая обработка. Вся тепловая обработка сводилась к нагреву блюда теплом русской печи, и это тепло могло быть трех степеней – «до хлебов», «после хлебов», «на вольном духу», – но всегда без непосредственного контакта посуды с огнем, только через посредство толстого слоя раскаленных кирпичей. Температура при этом могла быть все время постоянной, на одном уровне, либо падающей, убывающей, если печь постепенно остывала, но никогда не бывала возрастающей, что мы имеем при наплитном приготовлении. Оттого и кушанья старой русской кухни получались скорее томленными или полутомленными, полутушеными и приобретали совершенно особый вкус.

Поэтому русская печь (а точнее, создаваемые ею температурные условия) придавала народным блюдам то своеобразие, без которого они многое теряют. Многие кушанья старой русской кухни не производят должного впечатления, когда их готовят в иных температурных условиях, при современных способах нагрева. Утрата русской печи привела к ухудшению вкуса блюд народной кухни и даже к исчезновению целого ряда кушаний из обихода. Введение наплитного приготовления в кухне высших классов способствовало заимствованию новых технологических приемов и вместе с ними блюд западноевропейской кухни, а также реформированию блюд старой русской кухни, приспособлению их к новой технологии. Такое направление помогло спасти от забвения целый ряд блюд старинной русской кухни, но все же не смогло сохранить своеобразия их национального вкуса. Это обстоятельство надо иметь в виду, ибо, несмотря на все поварское искусство и самое scrupulous следование классическим рецептам, невозможно преодолеть различие во вкусе между русскими блюдами XIX века и современными русскими блюдами, приготовляемыми на плите.

## СОВЕТСКАЯ КУХНЯ<sup>1</sup>

Советская кухня сложилась не сразу. За сравнительно небольшой отрезок времени в семь десятилетий она пережила по крайней мере пять этапов, отражая историю социально-экономического развития страны. Вместе с тем в советской кухне нашли отражение и общие исторические тенденции, проявившиеся в русской кухне на рубеже XIX и XX веков: вбирание в себя всего лучшего, что было в региональных кухнях русского народа на отдаленных от Москвы и Ленинграда окраинах государства.

---

<sup>1</sup> Советская кухня — это культурологический термин, который определяет чисто кулинарные особенности той кухни, которая сложилась в Советском Союзе с середины 30-х годов (1934 г.) до начала 90-х годов (1992 г.). Эта кухня обладала такой технологией кулинарного производства и таким своеобразием композиции блюд, которые отличали ее и от национальной русской, и от общеевропейской или азиатской кухонь, причем отличали явным различием вкуса. *(Примеч. автора.)*

Значительный толчок развитию этой тенденции дала уже Первая мировая война 1914–1918 годов, сильное влияние оказали революция 1917 года и Гражданская война 1918–1922 годов. Миллионы людей, всю жизнь проживших на одном месте, впервые оказались в другом, часто инонациональном районе страны, соприкасались с совершенно иным бытом, незнакомой им кухней, непривычными для них продуктами. Чего стоили только перемещения солдатской массы с востока на запад, а затем гигантская волна демобилизованных в обратном направлении через всю страну. Достаточно назвать такие миграции гражданского населения, как поток беженцев из западных губерний (Прибалтика, Белоруссия) в Центральную Россию в 1918 году в связи с наступлением немцев; выезд в 1920–1921 годах голодающего населения Поволжья на Украину, а городского населения промышленных центров России в Среднюю Азию за хлебом; возвращение ссыльных и участников борьбы за советскую власть в Сибири и на Дальнем Востоке в европейскую часть России в 1917-м и в 1921–1922 годах. Началось проникновение провинциальных кулинарных особенностей в общероссийскую кухню, привнесение в нее нерусских явлений; значительно изменился и пополнился ее репертуар, причем на самом широком народном уровне, а не на узкоресторанном, как было в прежние времена.

Сибиряки и уральцы принесли в быт москвичей пельмени и шанежки, белорусы и украинцы – свиное соленое сало, ранее совершенно не принятое среди русского населения севернее линии Смоленск – Тула – Пенза – Куйбышев и тем более в наполовину мусульманском Поволжье и Заволжье; из Новороссии в русские города был занесен в 20-е годы обычай готовить куриный суп с лапшой, который со временем стал общесоюзным «столовским» блюдом; из одесских ресторанов был извлечен бефстроганов, превратившийся из узколюбительского блюда чуть ли не в общенациональное; петербургские новомихайловские котлеты (из меню ресторана Купеческого клуба), неизвестным путем попавшие во времена гетмана Скоропадского (1918 год) на Украину и спустя несколько лет превратившиеся в «котлеты по-киевски», как «новое» блюдо прочно вошли в об-



щесоюзное ресторанное меню. Из Прибалтики в повседневную кухню русских областей попали сырники и другие молочные блюда, с Украины – вареники и особенно борщ, кое-где даже вытеснивший среднерусские щи (правда, с добавлением к нему русской кислой капусты). Наконец, большинство яичных, молочно-мучных и молочно-растительных блюд, так называемые «диетические» блюда, под которыми с 20–30-х годов подразумевались все паровые, нежареные, протертые и отварные блюда из мяса, рыбы и овощей, пришли в общественное питание страны из немецкой (прибалтийской остзейской) и особенно из еврейской кухни, что было связано с широким проникновением евреев на восток от прежней «черты оседлости» (линия Рига – Могилев – Гомель – Киев – Херсон), за которой они не имели права жить при царском правительстве.

Но процесс не ограничивался только проникновением в русскую кухню инонациональных блюд или чуждых прежде приемов и методов приготовления: складывались новые кулинарные привычки и нравы, обусловленные социальными обстоятельствами. В годы Гражданской войны, несмотря на тяжелое продовольственное положение и вынужденное рacionamento продуктов, центральные власти располагали значительными запасами китайского чая, конфискованного у крупнейших чае-торговых фирм Москвы, Петербурга, Одессы, Нижнего Новгорода, дополнив их позднее, в 1919–1920 годах, отбитыми у белых войск (Колчака) гигантскими чаехранилищами на Урале (Пермь, Екатеринбург, Ирбит, Оренбург). Это дало возможность регулярно и бесплатно снабжать чаем Красную армию и флот, промышленных рабочих, т.е. значительные массы трудящихся, которые прежде смотрели на чай в известной степени как на предмет роскоши. За годы Гражданской войны они привыкли к нему как к предмету первой необходимости. Именно в начале 20-х годов родилась и закрепилась в широких массах привычка употреблять чай в течение всего дня, связывать с ним прием любой пищи, в том числе и несладкой, в то время как до революции чай в тех кругах, где его имели возможность употреблять, всегда отделялся от основного стола в виде особого десерта или вечерней семейной церемонии. Примечательно, что с массовым

внедрением чая и превращением чаепития в форму основного застолья в годы революции и Гражданской войны практически совершенно исчезла из русского обихода водка. Британская делегация тред-юнионов, посетившая Россию в ноябре-декабре 1924 года, отмечала как поразительный для всех тех, кто знал царскую Россию, факт – почти полное отсутствие пьяных в советских промышленных городах.

В те годы родилась и другая привычка, сохранившаяся до нашего времени: в больницах, санаториях и общественных столовых стали варить жидкую подслащенную манную кашу вместо крутой и подсоленной, как раньше. Положенное по карточкам небольшое количество крупы и сахара хозяйственники считали более целесообразным соединять в одно блюдо да еще сильно разбавлять водой для увеличения объема, нежели выдавать натурой каждый продукт в отдельности. Несмотря на попытки властей и лично Ленина пресечь это, новый обычай закрепился на практике и даже стал позднее «нормальным» явлением.

В 1921–1931 годах происходило быстрое восстановление русского семейного стола во всем его довоенном объеме. Значительное развитие получили в городах частные столовые, иногда совсем небольшие – всего на 10–15 человек. Их многочисленность, конкурентоспособность, а также профессиональные навыки, экономические возможности их содержателей дали хорошие результаты: значительно расширился ассортимент блюд, повысились требования людей к качеству и вкусу пищи. Другой тенденцией нового периода было сведение меню к стабильному составу из десятка «проверенных», устойчиво популярных блюд. Эта тенденция возобладавала в общественном питании. Однако в 30-х годах по мере расширения масштабов общественного питания и строительства целых фабрик-кухонь на сотни посадочных мест приходилось идти не только на упрощение меню, но и на упрощение композиции и технологии блюд. Все, что казалось слишком сложным, отсекалось, экзотические компоненты (особенно пряности, приправы) просто-напросто исключались. В конце концов «победившей» технологией оказалась варка, первоначальный прием древнерусской кухни. Так, несмотря на радикальные изменения и новшества, основы

русской кухни, по сути дела, остались незыблемыми, хотя об их сознательном сохранении в то время, конечно, никто не помышлял. Капустные щи, отварная говядина, гречневая каша со сливочным маслом, клюквенный кисель или чай с вареньем и лимоном стали наиболее частым и распространенным советским меню 20–40-х годов. Его отметили в 30-х годах Анри Барбюс и Лион Фейхтвангер после обеда в Кремле, оно же господствовало и в заводских столовых. Это было веками проверенное русское меню: щи и гречневая каша не приедаются (!), особенно если их готовят с небольшими вариациями. В праздник могли быть домашние пельмени, фаршированный кислыми антоновскими яблоками гусь или утка, куриная лапша и, конечно, пироги – кулебяки с грибами, яйцами, рисом и вязигой. Речная рыба была в изобилии, в том числе и рыбопродукты – копченая рыба (балык), икра черная и красная, соленая семга. Правда, рыба неместного вылова из-за перевозки ее в живорыбных садках несколько подорожала.

В целом домашний стол продолжал сохранять национальные черты, особенно в восточных районах страны и на Кавказе, а также там, где в семьях все еще жили рядом три поколения. Вместе с тем, отвечая идеалам времени, стол был скромнен.

В годы Великой Отечественной войны все профессиональные поварские кадры, в том числе высококвалифицированные, полностью влились (независимо от возраста) в армию и флот – и это обеспечило в ряде частей и соединений приготовление пищи на таком высоком уровне, что она для большинства солдат оказалась не хуже, а лучше домашней. Это обстоятельство имело существенное значение для поддержания хорошего физического состояния и морального духа войск и внесло, по сути дела, важный вклад в обеспечение победы над врагом. Даже в сложных условиях наступления, а не только в периоды позиционной войны, советские воины получали горячую пищу из двух блюд непосредственно на передовых рубежах – до и после боя.

Война не только приучила десятки миллионов людей к общественной кухне, она породила и доверие к ней. Поэтому сразу после войны услугами общественного питания стало

пользоваться неизмеримо больше людей, чем в довоенные годы, а к началу 60-х годов общественное питание как направление победило домашнее.

Однако в 60–70-х годах уровень поварского искусства в общественном питании значительно снизился: сказывалась утрата старых профессиональных кадров. В кулинарию пришли случайные люди, произошла резкая замена мужского персонала преимущественно женским, овладевшим лишь элементарными навыками в приготовлении нескольких простейших блюд. Отрицательно сказалось на развитии советской кулинарии в послевоенные десятилетия исключение из общественного питания традиционных русских продуктов (а следовательно, и блюд из них!), которые всегда признавались национальными и обычно заготавливались домашним способом: квашений, солений, сушеных грибов, лесных ягод, варений.

То же самое можно сказать и о рыбе. До войны, когда не было холодильников, речную рыбу традиционно держали живой в бассейнах при базарах, предприятиях, магазинах, фабриках-кухнях. После войны это правило было нарушено. По разным причинам исчезли некоторые традиционные сорта речной рыбы: каспийская сельдь-залом, волжская вобла, керченская сельдь-пузанок, судак, балтийская сырть (рыбец), чудской снеток, невская корюшка, сурская стерлядь и др. Вместе с ними исчезли и специфические блюда старой русской кухни, рассчитанные только на это пищевое сырье.

Переход к лову морской (океанической) рыбы, продажа ее в замороженном и брикетированном, филированном виде долгое время (в течение полутора десятков лет) не находили отклика в народе. Более того, неумелое приготовление морской рыбы в столовых обусловило отрицательное отношение к рыбным блюдам у молодого поколения потребителей, не связанного с кулинарными традициями и уже привыкшего в основном к мясной пище. Одной из характерных особенностей советской кулинарии 50–70-х годов стало очевидное преобладание мясных блюд в меню общественного питания. Поскольку русская национальная кухня фактически не знает мясных вторых блюд,

в меню столовых и ресторанов прочно вошли западноевропейские блюда: котлеты, лангеты, эскалопы, бифштексы, гамбургеры, шницели, рулеты и другие изделия с фаршем, ставшие за последние 30–40 лет «русскими». Вот почему современное поколение уже не связывает с понятием «русский стол» исключительно рыбные и грибные блюда.

Другим новшеством было появление на русском (советском) столе в массовом масштабе, наряду с традиционными соленьями и квашениями, гораздо большей, чем хотелось бы, доли не принятых ранее маринадов и консервированных овощей и фруктов. Домашнее консервирование в последние десятилетия развивается под влиянием композиций консервной промышленности Болгарии, Венгрии и Югославии, поставляющих на отечественный рынок овощные и фруктовые консервы, в которых уксус, разные ингибиторы, перец, да и сама стерилизация используются в качестве консервирующих средств вместо обычного для нашей кухни заквашивания и соления в открытой посуде. Вкус, а равно и состав этих овощных фабрикатов, применяемых ныне в гарнирах (паприкаш, помидоры, перец-капсикум, зеленый горошек, стручковая фасоль и др.), значительно отличаются от вкуса и состава изделий русской кухни, отчего блюда и домашнего, и тем более общественного стола приобретают часто далеко не русский вкусовой оттенок.

В 70–80-е годы у нас резко увеличилось также потребление яичных блюд, использование домашней птицы (особенно бройлеров, кур, индеек, уток) и колбасных изделий как полуфабрикатов вторых горячих блюд. Одновременно в домашнем быту на протяжении 60–80-х годов упрощались состав и технология блюд, главным образом из-за нежелания современного горожанина долго возиться с приготовлением пищи. Так, птица отваривается или жарится целиком (реже частями), но почти вовсе не фаршируется яблоками, картофелем, луком, рисом, изюмом, как было прежде, когда она реже появлялась на столе и становилась маленьким событием в семье.

Вместе с тем уже с середины 70-х годов и особенно с начала 80-х возникла новая тенденция в развитии советской кухни – интерес как в профессиональных, поварских, так

и в широких народных кругах к древнерусской и московской кухне XVII века, к русским национальным традициям, а также к национальным кухням народов, лучше других сохранивших самобытность, – к закавказским и среднеазиатским. В общественном питании широко распространились такие блюда, как шашлык, цыплята табака, лагман, плов, правда, в сильно упрощенных вариантах и часто без учета традиционного пищевого сырья (свинина вместо баранины в шашлыке!). Об истинном вкусе этих блюд сегодня нельзя судить по их ресторанному приготовлению в русских районах страны.

Современное увлечение кухней-ретро в большинстве случаев сводится к чисто внешним формам: в ресторанах восстанавливается старинный или псевдонациональный интерьер, приобретается или имитируется старая столовая посуда, вводятся национальные наименования блюд (не всегда, впрочем, корректные). Однако технология и композиция современных русских блюд много теряют из-за утраты истинной рецептуры и навыков приготовления.

С целью восстановить репертуар национальных кухонь основных наций нашей страны в том виде, в каком он сложился к началу XX века (без последующих модернизаций, дополнений или сокращений), была проделана исследовательская работа по составлению свода «Национальные кухни наших народов» (1978 год). Основываясь на результатах своего историко-этнографического и кулинарного исследования, автор предлагает специально отобранный, рекомендательно-показательный перечень рецептур и технологии наиболее замечательных, оригинальных и характерных блюд русской кухни, а также наиболее достойные образцы блюд других народов, которые вошли в общую современную советскую кухню. При этом дается по возможности классическая, а не адаптированная рецептура, гарантирующая сохранение оригинального вкуса.

Если кратко охарактеризовать советскую кухню, можно сказать, что ее отличают, во-первых, интернационализм, терпимость, уважение и интерес к кулинарным традициям всех народов нашей страны, а во-вторых, стремление к бережному сохранению и реконструкции кулинарной старины там, где это практически возможно.

## ПЕРВЫЕ БЛЮДА



Ни в какой другой национальной кухне нет такого разнообразия типов супов, как в русской. Их можно разделить по крайней мере на семь больших групп.

**Холодные супы** с использованием кваса как основной жидкости. Сюда относятся **тюри**, **окрошки** и **ботвиньи**.

Легкие супы, или **похлебки**, основу которых составляют вода и овощи.

**Супы-лапша** с мясной, грибной и молочной гаммой.

**Щи** – основной тип русских супов.

**Рассольники** и **солянки** – тяжелые супы на мясном (курином, рыбном) бульоне и солено-кислой основе.

**Уха** и **калья** – две главные разновидности русских рыбных супов.

И, наконец, собственно **супы** на **крупяной** и **крупяно-овощной основе**.

## ХОЛОДНЫЕ СУПЫ

---

### ТЮРИ

Тюря – это жидкое холодное блюдо, приготавливаемое без помощи огня, наскоро. То, что тюря проста по сравнению с остальными супами, а также отсутствие в тюрях мяса и жиров создало им «славу» блюда для бедняков, а это, в свою очередь, привело к тому, что тюря стала чуждаться ресторанная кухня. На самом деле тюря – дешевое, вкусное и удобное в домашнем быту блюдо, которое надо уметь готовить тщательно и с соблюдением определенных правил. Основные компоненты в тюрях – хлеб и квас. Хлеб при этом должен быть всегда свежим, мягким, обрезанным от корок и лучше всего подогретым в духовке и затем нарезанным мелкими кубиками. Квас должен быть кислым, т.е. белым или светлым хлебным квасом, предназначенным для первых блюд. Сменный компонент в тюр-

рых – овощи, либо мелко-намелко нарезанные, либо натертые на терке. Нарезка должна быть очень тонкой, аккуратной, натерка только на мелкой терке. По этим овощам тюри и носят свои названия – тюря с луком, тюря с хреном, тюря с редькой и т.д. Тюря – типичное домашнее блюдо: ее надо съедать сразу же после приготовления и нельзя приготавливать загодя и впрок. Кроме того, тюрю необходимо сдабривать свежими пряными травами – укропом, сельдереем и т.п. Только при этих условиях тюря будет вкусным, приятным блюдом. Употребляют тюри обычно летом, в жаркие дни, при отсутствии аппетита, когда требуется аперитив, а также при усталости, после бани, при насморке. Тюри поэтому можно рассматривать как своего рода жидкие закуски. По типу тюрь можно приготавливать супы-закуски на основе различных овощных соков – морковного, томатного и т.п. Один из рецептов такой современной тюри мы даем.

### ***ТЮРЯ С ЛУКОМ*** . . .

<b>1</b> л кваса	<b>4</b> зубчика чеснока
<b>0,5</b> стакана мелко нарезанного зеленого лука	(растолченного с солью)
<b>1</b> луковица (мелконарезанная)	<b>2</b> ст. л. сметаны
<b>1</b> стакан мелконарезанного ржаного хлеба	<b>1</b> ч. л. соли

Все компоненты, кроме сметаны, перемешать равномерно в эмалированной посуде, залить квасом и заправить сметаной.

### ***ТЮРЯ С ХРЕНОМ*** . . .

<b>1</b> л кваса	<b>0,5</b> стакана зелени сельдерея,
<b>4</b> ст. л. свеженатертого хрена	петрушки и укропа
<b>1</b> стакан мелко нарезанных кубиков ржаного хлеба	<b>1</b> ч. л. соли

Все компоненты перемешать, залить квасом.



**ТЮРЯ С РЕДЬКОЙ** . . .

<b>1</b> л кваса	<b>1</b> стакан мелко нарезанных кубиков ржаного хлеба
<b>1</b> черная редька (величиной с яблоко 200 г)	<b>1</b> ст. л. зелени сельдерея
<b>1</b> ст. л. зелени петрушки	<b>1,5</b> ч. л. соли

Приготовить, как и тюрю с хреном.

**ТЮРЯ ТОМАТНАЯ** . . .

<b>1</b> л томатного сока	<b>0,5</b> стакана корня сельдерея, натертого на терке
<b>0,75</b> стакана мелко нарезанного черного хлеба	<b>1</b> ч. л. кориандра
<b>0,5</b> головки чеснока	<b>1,5</b> ч. л. соли

Чеснок и кориандр растереть с солью, перемешать с остальными компонентами, залить томатным соком.

**ОКРОШКИ**

Окрошка – холодный суп на квасу, в котором основным компонентом является не хлеб, как у тюрь, а овощная масса. К этой массе могут быть подмешаны холодное отварное мясо или рыба в пропорции 1:1. В зависимости от этого окрошка называется овощной, мясной или рыбной. Подбор овощей, а тем более мяса и рыбы, к окрошке далеко не случаен. Очень важно подобрать наилучшее вкусовое сочетание овощей, мяса и рыбы с квасом и друг с другом. При этом все продукты должны быть свежими и высококачественными. Эти условия, к сожалению, часто не выполняются. В результате в домашнем и общественном питании в окрошку идут случайные, не свойственные ей и огрубляющие ее овощи вроде редиса, а также плохие части мяса или даже колбаса, чуждая окрошке.

В настоящей окрошке должны быть овощи двух родов: одни нейтральные или пресные по вкусу, другие – пряные и острые. Подходят для окрошки, во-первых, отварные картофель, репа, морковь, брюква и свежие огурцы. Их нарезают мелкими

кубиками. Они должны составлять примерно половину овощной основы в овощных окрошках и от четверти до трети объема в мясных и рыбных окрошках. Пряная часть должна состоять из мелко нарезанного зеленого лука (причем лук преобладает в этом наборе), зелени укропа, петрушки, кервеля, сельдерея, эстрагона.

Мясо для окрошки желательнее подбирать разных сортов, а еще лучше сочетать мясо разных животных и домашней птицы. Это всегда объяснялось тем, что на окрошку шло не специально для нее приготовленное мясо, а остатки от других мясных блюд, преимущественно мясо, срезанное с костей, кстати, наиболее мягкое и нежное. В старинной русской окрошке предпочитали сочетать мясо поросенка, индейки и тетерева, т.е. нежную свинину, домашнюю птицу и дичь. Позднее в окрошку стали класть отварную говядину с примесью домашней птицы или без нее.

Из рыбы годятся в окрошку линь, судак, поскольку их мясо сладкое, нейтральное и не очень костистое, из морских – только треска, наиболее нейтральная по вкусу и нежирная и хорошо сочетаемая с овощами и квасом. Отваривать рыбу для окрошки надо, как для тельного (см. с. 103), только предварительно нарезать филе кубиками по 1х1 см. Вообще же рыбная окрошка стала выходить из употребления как менее вкусная, чем овощная или мясная.

Условием для получения хорошей окрошки является также выбор для нее жидкой основы, т.е. кваса, и заправка его пряностями. Обычно для окрошки идет так называемый белый окрошечный квас (см. с. 160–161), более кислый, чем обычный питьевой хлебный. В овощной окрошке он должен составлять не менее трети всей жидкой основы, в мясной окрошке его можно употреблять пополам с питьевым, а в рыбной он незаметен. Рыбную окрошку следует дополнительно подкислить еще лимонным соком или лимонной кислотой. Что касается пряной заправки, то она состоит либо из огуречного рассола хорошего качества, либо из горчицы и черного молотого перца, разведенных предварительно в полстакане кваса, либо из сочетания того и другого. Оба вида заправки смешивают вначале с нейтральными по вкусу овощами, луком и мясом, слегка разминают

их деревянной ложкой, дают настояться 30 мин., чтобы рассол впитался в мясо, и только затем заливают квасом.

Заправка овощной окрошки может содержать вместо горчицы чайную или десертную ложку свеженатертого хрена, а также как можно больше разнообразной пряной зелени – укропа, петрушки, сельдерея, кервеля и т.п.

Заправка должна составлять примерно 1/6–1/5 жидкости окрошки, или от 0,5 до 1 стакана на 1 л кваса. Не обязательные, но обогащающие мясную и овощную окрошки компоненты – соленые грибы (но только не маринованные), моченые яблоки, сливы.

И, наконец, обязательные компоненты всех видов окрошки – крутые яйца и сметана, которыми окрошку заправляют в самую последнюю очередь.

### ***ОКРОШКА ОВОЩНАЯ ЛЕТНЯЯ*** . . .

<b>1</b> л кваса	<b>1</b> стакан зеленого лука
<b>0,5</b> стакана огуречного рассола	<b>2</b> ст. л. укропа
<b>2</b> репы	<b>0,5</b> ст. л. петрушки
<b>1</b> стакан нарезанного кубиками отварного картофеля	<b>1</b> ст. л. хрена
<b>2</b> свежих огурца	<b>0,5</b> ч. л. черного молотого перца
	<b>3</b> крутых яйца

Приготовить, как указано выше.

### ***ОКРОШКА ОВОЩНАЯ ОСЕННЯЯ*** . . .

<b>1,25</b> л кваса	<b>1</b> стакан зеленого лука
<b>0,75</b> стакана огуречного рассола	<b>1</b> луковица
<b>1</b> морковь	<b>1</b> ст. л. укропа
<b>1</b> репа	<b>1</b> ст. л. сельдерея или кервеля
<b>0,75</b> стакана нарезанного кубиками отварного картофеля	<b>1</b> яблоко
<b>0,75</b> стакана нарезанных соленых грибов	<b>2</b> крутых яйца
<b>1,5</b> свежего огурца	<b>0,5</b> ст. л. горчицы
	<b>0,5</b> ч. л. черного молотого перца

Отваренные и нарезанные кубиками по 0,5 см корнеплоды, так же нарезанные огурцы, яблоки, грибы, мелко нарезанную пряную зелень и лук соединить с пряной заправкой,

разведенной в огуречном рассоле, дать постоять 20–30 мин. Залить квасом, посолить, размешать, заправить рублеными яйцами.

### **ОКРОШКА МЯСНАЯ** . . .

<b>1,25</b> л кваса	<b>1,5</b> свежего огурца
<b>0,75</b> стакана огуречного рассола	<b>1</b> соленый огурец
<b>1</b> стакан мяса вареного, мелко нарезанного	<b>2</b> крутых яйца
<b>1</b> брюква	по <b>1</b> ст. л. зелени петрушки, сельдерея, укропа
<b>0,75</b> стакана вареного картофеля, мелко нарезанного	<b>1</b> ст. л. горчицы
<b>1</b> луковица	<b>0,5</b> ст. л. зелени эстрагона
<b>0,75</b> стакана зеленого лука	<b>0,5</b> ч. л. черного молотого перца

О порядке приготовления см. на с. 53.

### **ОКРОШКА РЫБНАЯ** . . .

<b>1,25</b> л кваса	<b>1</b> луковица
<b>1</b> стакан огуречного рассола	<b>2</b> свежих огурца
<b>1</b> стакан мелко нарезанной рыбы	<b>1</b> ст. л. петрушки
<b>2</b> моркови	по <b>2</b> ст. л. эстрагона и укропа
<b>0,75</b> стакана нарезанного кубиками отварного картофеля	<b>3</b> крутых яйца
<b>1</b> стакан зеленого лука	<b>0,5</b> лимона
	<b>0,5</b> ч. л. черного молотого перца

О порядке приготовления см. на с. 53.

## БОТВИНЬИ

Ботвинья – чрезвычайно характерное для русской кухни первое холодное блюдо, постепенно почти исчезнувшее и вследствие своей дороговизны, и главным образом из-за утраты способа приготовления этого относительно трудоемкого по сравнению с другими холодными супами блюда. Встречающиеся иногда в современных поваренных книгах рецепты ботвиньи, предлагающие «облегчить» ее приготовление или заменить нужные для нее продукты другими, ведут к искаже-

нию этого блюда, лишают нас представления об истинном его вкусе. Между тем ботвинья как праздничное блюдо до сих пор имеет право на существование в своем неизменном виде.

Полная ботвинья состоит из трех частей: 1) собственно супа – ботвиньи, 2) отваренной красной рыбы (осетра, севрюги, лосося), подаваемой отдельно от супа, 3) мелко нарубленного льда, сервированного также на отдельной тарелке или в чашке. Таким образом, ботвинью подают сразу в трех посудах с двумя ложками одному лицу.

Однако ботвинью можно приготовить и без дорогой рыбы. Тогда это будет так называемая неполная ботвинья, попросту холодный летний зеленый суп.

По характеру суповой части ботвиньи делят на простые и запарные. Оба вида готовят на квасной основе. При этом запарная ботвинья отличается от простой тем, что кроме кваса в ней присутствует кислая запарная закваска из муки и квасной гущи. Выбор и подготовка квасной основы имеют здесь еще большее значение, чем в тюрях и окрошках. Кислота кваса должна приятно дополнять пресный или солоноватый вкус рыбы, а не противоречить ему. Поэтому квас не должен быть ни сладковатым, ни чрезмерно кислым. Точнее, кислота должна быть тонко-нежно-острой. Она достигается в ботвиньях не только с помощью собственно кваса, но и благодаря нежной растительной кислоте таких трав, как щавель, а в запарной ботвинье – с помощью ржаной закваски. Кроме того, для остроты и аромата в квас добавляют тертый хрен и лимонный сок. Квасной основой для ботвиньи может быть темный хлебный квас, смешанный менее чем с третью белого окрошечного.

Что касается рыбной части ботвиньи, то лучше, если она состоит из разных видов красной рыбы и небольшого количества мяса раков или крабов и креветок (криля).

### ***БОТВИНЯ ПРОСТАЯ ПОЛНАЯ . . .***

**1** л хлебного кваса  
**0,25** л белого кваса  
**1** стакан крапивы

**1** стакан щавеля  
**3** молодые свеколки с ботвой  
**1-1,5** свежего огурца

<b>1–2</b> ст. л. тертого хрена	<b>1</b> ч. л. сахара
<b>0,5</b> лимона	<b>1,5</b> ст. л. укропа
<b>1</b> ч. л. горчицы	<b>0,4</b> кг рыбы
<b>0,5–0,75</b> стакана зеленого лука	<b>4</b> рака (или 1 баночка криля)
<b>1</b> ч. л. соли	<b>0,5</b> стакана свекольного отвара

#### ● ПРИГОТОВЛЕНИЕ БОТВИЧНОЙ МАССЫ

Ботву молодых свеколок целиком и отдельно корешки слегка припустить до мягкости. Точно так же слегка отварить (не более 3 мин) целые листья щавеля. Крапиву промыть тщательно в холодной воде, затем ошпарить кипятком и откинуть в дуршлаг. Всю зелень порезать мелко-на мелко острым ножом и отмерить по рецепту. Ни в коем случае не протирать и не пропускать через мясорубку, иначе ботвинья превратится в суп-пюре и изменится ее вкус. Затем добавить к зеленой массе мелко нарезанные корешки свеклы, а также мелко нарезанный зеленый лук, перетертый с солью и укропом.

#### ● ПРИГОТОВЛЕНИЕ КВАСНОЙ ОСНОВЫ И СОЕДИНЕНИЕ ЕЕ С БОТВИЧНОЙ МАССОЙ

Соединить оба вида кваса. Срезать цедру с лимона, растереть ее с сахаром в чашке, добавить туда лимонный сок, горчицу, хрен, немного кваса, свекольный отвар, перемешать и влить в основную массу кваса.

Квасную основу соединить с ботвичной массой, добавить туда нарезанный мелкими кубиками огурец и дать постоять на холоде 15–20 мин – смесь должна настояться, а кислая основа впитаться в ботву. Тем временем приготовить рыбную часть ботвиньи.

#### ● ПРИГОТОВЛЕНИЕ РЫБЫ ДЛЯ БОТВИНЬИ

Набор кусочков (по 50 г) красной рыбы разных видов (осетра, севрюги, лосося) отварить в небольшом количестве кипящей подсоленной воды с луком, укропом, черным перцем и лавровым листом: свежепросольную и солено-копченую рыбу – в течение 2–3 мин, сырую – 10 мин. Применение неотваренной соленой, а тем более солено-копченной рыбы исключается, так как она не сочетается с кислой основой и портит вкус этого дорогого и трудно приготавливаемого блюда.

### ● ПОРЯДОК ЕДЫ БОТВИНЬИ

Ботвинью подают либо как первое блюдо, либо после горячего первого как жидкую закуску перед жарким. К ней подают две ложки и вилку: вилкой берут рыбу, первой ложкой прихлебывают ботвинью, а второй из чашки со льдом периодически подкладывают в ботвинью кусочки льда, чтобы она все время оставалась холодной. Хлеб к ботвинье идет только свежий ржаной.

### **БОТВИНЬЯ ЗАПАРНАЯ** . . .

**2-3** ст. л. ржаной муки

**1-1,5** стакана холодной воды

**0,5-1** стакан квасной гущи

**5** молодых свеколок с ботвой

**1-1,25** л хлебного кваса

остальные продукты те же,

что и для простой ботвиньи

К описанному выше способу приготовления добавляется один процесс – подготовка запарки. Делают ее за сутки до приготовления самой ботвиньи.

### ● ПРИГОТОВЛЕНИЕ ЗАПАРКИ

Ржаную муку развести водой, залить в небольшой глиняный горшок и, закрыв, поставить в нагретую духовку примерно на 20–30 мин. Когда смесь хорошо упрет, процедить ее сквозь сито в эмалированную посуду, добавить отваренную и мелко нарубленную свекольную ботву, залить все квасной гущей и оставить закисать на сутки, после чего развести квасом и соединить с другими компонентами.

## ГОРЯЧИЕ СУПЫ

---

### ЩИ

Щи – основное жидкое горячее блюдо на русском столе вот уже более тысячелетия. Оно устойчиво сохранялось в разные эпохи, хотя вкусы менялись, и никогда не знало социальных преград, его употребляли все слои населения. Разумеется, щи были не для всех одинаковыми: одни, более полные по составу, так и назывались – «богатые», про другие говорили – «пустые», так как их порой варили из одной капусты да лука. Однако

при всех многочисленных вариациях от «богатых» до «пустых» и при всех региональных (областных) разновидностях щей всегда сохранялся традиционный способ их приготовления и связанный с ним вкус и аромат. Огромное значение для создания неповторимого вкуса щей имело то, что они приготавливались, а затем томились (настаивались) в русской печи. Не истребимый ничем аромат щей – «щаной дух» – всегда стоял в русской избе. Со значением щей в повседневной жизни были связаны русские поговорки: «Щи – всему голова», «Щи да каша – пища наша» и др.

Поразительное долголетие щей можно объяснить, пожалуй, их неприедаемостью. Щи не надоедают при частом употреблении. Их можно есть чуть ли не ежедневно в любое время года.

Щи в их наиболее полном варианте состоят из шести основных компонентов: капусты (или заменяющей ее ведущей овощной массы), мяса (или, в очень редких случаях, рыбы, грибов – сушеных или соленых), кореньев (моркови, корня петрушки), пряной заправки (лука, сельдерея, чеснока, укропа, перца, лаврового листа) и кислой заправки (сметаны, яблок, капустного рассола). Из этих шести компонентов первый и последний, т.е. овощная ведущая масса и кислая заправка, совершенно обязательны. Самые простые щи могут состоять только из них, продолжая оставаться щами.

Что касается ведущей овощной массы в щах, то чаще всего ею бывает капуста – свежая или квашеная. Но это отнюдь не означает, что щи – это суп с капустой. Признаком щей является кислота, создаваемая чаще всего рассолом квашеной капусты (либо в составе капусты, либо в чистом виде) или, вместо нее, щавелем (зеленые щи), разваром зеленых, диких или антоновских яблок, солеными грибами, а также сметаной (в щах из свежей капусты). Вот почему капусту можно заменять в щах различной зеленой, кислой или нейтральной массой (щавелем, снытью, крапивой, борщевиком – в так называемых зеленых борщевых щах), а также овощной нейтральной массой, хорошо впитывающей кислоту (репой или редькой – в так называемых репных щах).



Технология приготовления всех видов щей одинакова. Вначале отдельно с кореньями и луком отваривают мясо или грибы. Затем в готовый бульон добавляют капусту или ее заменители и кислоту. Если для щей используют кислую капусту, то ее варят отдельно от мясного бульона и соединяют с ним после его готовности. В обоих случаях лишь после разваривания овощной массы до необходимой мягкости добавляют соль и пряную заправку. Сметаной заправляют готовые щи, чаще всего – во время их подачи.

Первоначально в щи вводили еще и мучную заправку (вместе с капустой), чтобы сделать бульон щей более плотным. Это было принято обычно в западных и южных областях России. Однако такая заправка ухудшает вкус щей, огрубляет их аромат. Поэтому с появлением картофеля в целях крахмализации бульона в щи стали добавлять одну-две картофелины – в целом виде, до закладки капусты и кислой основы. Причем часто картофель затем изымают из щей, так как от кислоты он затвердевает. Уплотнению консистенции бульона в постных и зеленых щах способствует также добавление небольшого количества крупы, обычно гречневой (1 ст. ложка на всю кастрюлю), которая полностью разваривается.

Чем проще овощной состав щей, чем постнее они, тем больше умения требуется для их приготовления. Настоящие щи немислимы без пряной заправки, которая играет немалую роль в создании «щаного духа». Прежде всего огромное значение имеет внесение лука в щи. Наилучшим способом является его двойная закладка: первый раз – целой луковицей вместе с мясом, кореньями и грибами (затем эту луковицу вынимают) и второй раз – мелко нарезанным луком (крошеным) вместе с капустой. В щи нельзя вносить пережаренный отдельно на масле лук – в таком виде он не свойствен настоящим щам.

Точно так же дважды вносят в щи и другую пряную заправку – петрушку и сельдерей: первый раз – корешком, который вынимают затем вместе с луковицей, вторично – в конце варки, в виде зелени. Остальные пряности – лавровый лист, черный перец горошком (раздавленный), укроп и чеснок – вносят так: первые два вида – за 15 мин до готовности, вторые два – вместе с зеленью петрушки в конце варки. После этого щи должны

обязательно постоять под крышкой, помлеть, чтобы настояться, минут 10–15 как минимум. Именно в это время щи «доходят до настоящего вкуса»: капуста становится мягкой, кислота и аромат пряностей передаются овощам. Поэтому прежде оставляли щи млеть и томиться после приготовления в легком духу русской печи, где они не остывали, или же отставляли на край плиты, где тепло сохранялось, но кипение прекращалось. Особенно нуждаются в этом щи из кислой капусты. Их хорошо ставить в слабо нагретую духовку на 10–15 мин, а то и более. Иногда настаивание щей может длиться несколько часов (от 12 до 24), отчего они приобретают лучший и более своеобразный вкус. Такие щи называются суточными, их готовят загодя, за сутки.

Наконец, надо обратить внимание еще на два обстоятельства, влияющие на качество щей, – это выбор мяса и подбелка или забелка. На щи идет говядина, преимущественно жирная – грудинка, тонкий и толстый край, огузок. Для создания особого запаха к говядине можно добавлять небольшое количество ветчины: десятую-восьмую (а на юге России даже третью) часть от массы говядины. При этом говядину в щах всегда отваривают целым куском, а ветчину измельчают. Только в сборных щах измельчению подвергают все мясные компоненты. Щи из одной свинины, встречающиеся главным образом в пограничных с Украиной областях России, не типичны для русской кухни. То же можно сказать и о встречающихся в отдельных областях России щах с рыбой вместо мяса. Для таких щей когда-то непременно требовались особый подбор рыб (сочетание соленой красной – белужины и осетрины с речной – окунями, карасями и линями) и их отдельная тепловая обработка. Приготовление щей с другой рыбой дает не столь вкусное блюдо, которое поэтому и не получило распространения.

Что касается забелки, то хорошие щи не могут обойтись без нее. Роль забелки и одновременно подкислителя обычно выполняет сметана. Иногда сметану заменяют простоквашей или просто молоком. В богатых щах из кислой капусты забелкой служит смесь сметаны и сливок в пропорции 4:1. Это очень вкусная забелка.

Несколько слов о консистенции щей. Щи всех видов могут быть густыми либо жидкими, в зависимости от соотношения воды и массы вложенных продуктов. Когда-то идеальными считались густые щи, в которых «ложка стоит», или «щи с горкой», т.е. когда кусок мяса возвышается над поверхностью налитой в тарелку жидкости и гущи. Наши рецепты рассчитаны на щи более чем средней густоты; это означает, что количество жидкости на 1 порцию не должно превышать 350 мл. Холодной воды надо заливать не более 2 л на 4 порции, а лучше 1,5 л, чтобы готовый бульон составлял 1,25–1 л (после выкипания). Варить следует 2 ч. Пряности вносят в щи за 5–10 мин до готовности.

Едят щи обычно с черным ржаным хлебом.

### **ЩИ БОГАТЫЕ (ПОЛНЫЕ) . . .**

<b>750</b> г говядины	<b>1</b> ст. л. укропа
<b>500–750</b> г или 1 пол-литровая банка квашеной капусты	<b>3</b> лавровых листа
<b>4–5</b> сухих белых грибов	<b>4–5</b> зубчиков чеснока
<b>0,5</b> стакана соленых грибов	<b>1</b> ст. л. сливочного или топленого масла
<b>1</b> морковь	<b>1</b> ст. л. сливок
<b>1</b> крупная картофелина	<b>100 г</b> сметаны
<b>1</b> репа	<b>8</b> горошин черного перца
<b>2</b> луковичы	<b>1</b> ч. л. майорана или сухой анжелики (зори)
<b>1</b> корень и зелень сельдерея	
<b>1</b> корень и зелень петрушки	

**1.** Говядину вместе с луковицей и половиной кореньев (моркови, петрушки, сельдерея) положить в холодную воду и варить 2 ч. Через 1–1,5 ч после начала варки посолить, затем бульон процедить, коренья отбросить.

**2.** В глиняный горшок положить квашеную капусту, залить 0,5 л кипятка, добавить сливочное масло, закрыть, поставить в умеренно нагретую духовку. Когда капуста начнет мягчать, вынуть ее и соединить с процеженным бульоном и говядиной.

**3.** Грибы и разрезанную на 4 части картофелину сложить в эмалированный сотейник, залить 2 стаканами холодной воды и поставить на огонь. Когда вода закипит, грибы

вынуть, нарезать соломкой и опустить в грибной бульон довариваться. После готовности грибов и картофеля соединить с мясным бульоном.

**4.** К соединенным бульонам и капусте добавить мелко нарезанную луковицу, все остальные коренья, нарезанные соломкой, и пряности (кроме чеснока и укропа), посолить и варить 20 мин. Затем снять с огня, заправить укропом и чесноком и дать настояться в течение примерно 15 мин, закутав чем-нибудь теплым. Перед подачей на стол заправить крупно нарезанными солеными грибами и сметаной прямо в тарелках.

### ***ЩИ СБОРНЫЕ*** . . .

<b>250</b> г говядины	<b>1</b> репа
<b>200</b> г баранины	<b>1</b> петрушка
<b>100</b> г ветчины	<b>1</b> ст. л. укропа
<b>100</b> г курицы	<b>1</b> ч. л. майорана
<b>100</b> г утки или гуся	<b>3</b> лавровых листа
<b>500–700</b> г квашеной капусты	<b>4</b> зубчика чеснока
<b>2</b> луковицы	<b>10</b> горошин черного перца
<b>1</b> морковь	<b>100</b> г сметаны

Готовить по предыдущему рецепту, т.е. мясную и капустную части варить вначале отдельно, затем, доведя мясо до полуготовности, соединить. Каждый вид мяса разрезать на 4 кусочка. Пряности закладывать за 10 мин до готовности щей.

### ***ЩИ ПОСТНЫЕ*** . . .

<b>500–750</b> г квашеной капусты	<b>1</b> ст. л. укропа
<b>5–6</b> сухих белых грибов	<b>3</b> лавровых листа
<b>1</b> ст. л. гречневой крупы	<b>4</b> зубчика чеснока
<b>2</b> луковицы	<b>8</b> горошин черного перца
<b>1</b> картофелялина	<b>100</b> г сметаны
<b>1</b> морковь	<b>1–2</b> ст. л. макового, подсолнечного или оливкового масла
<b>1</b> репа или брюква	
<b>1</b> петрушка	

1. Квашеную капусту залить 0,5 л кипятка и поставить в глиняном горшке в духовку на 20–30 мин. Затем отвар слить в отдельную эмалированную или фаянсовую посуду, а капусту посолить, смешать с мелко нарезанным луком, смочить подготовленным ароматизированным<sup>1</sup> растительным маслом и растереть в эмалированной миске деревянной ложкой так, чтобы полностью втереть масло. Затем вновь соединить с отваром и продолжать варить на плите.
2. Подготовить 1 л грибного бульона, как указано на с. 600 (п. 1), соединить бульон с капустой, добавив в него гречневую крупу, и продолжать варить до готовности капусты.

### ***ЩИ ПРОСТЫЕ МЯСНЫЕ*** . . .

<b>500</b> г говяжьей голяшки	<b>2</b> луковицы
<b>100</b> г ветчины	<b>1–2</b> картофелины
<b>500–750</b> г квашеной капусты	<b>3</b> лавровых листа
<b>100</b> г сметаны	<b>4</b> зубчика чеснока
<b>1</b> морковь	<b>1</b> ст. л. укропа
<b>1</b> петрушка	<b>8</b> горошин черного перца

Говядину и ветчину залить кипятком, добавить луковицу, картофель и часть кореньев (целиком), варить 1,5 ч до полуготовности мяса. Затем заложить перетертую с солью и крошеным луком капусту, остальную часть кореньев, нарезанных соломкой, и продолжать варить еще 1 ч.

### ***ЩИ СУТОЧНЫЕ*** . . .

Готовить так же, как щи простые мясные, но без картофеля. Пряности закладывать частично – без зелени петрушки, укропа и чеснока. После приготовления щи закатать в теплое, а через 3–4 ч поставить на холод на одни сутки. На следующий день разогреть, добавить пряную зелень и чеснок, сметану.

---

<sup>1</sup> Для ароматизации масло нагревают (но не жарят) в сковородке или сотейнике и к нему добавляют семена кориандра, аниса, фенхеля, укропа или зелень сельдерея, петрушки.

**ЩИ ЛЕНИВЫЕ (ИЛИ РАХМАННЫЕ<sup>1</sup>)** . . .

<b>500</b> г говяжьей грудинки (но больше распространен вегетарианский вариант)	<b>1</b> сельдерей (корень и зелень)
<b>750</b> г свежей капусты (кочан)	<b>2</b> ст. л. укропа
<b>3</b> луковицы	<b>1</b> ч. л. майорана
<b>1</b> морковь	<b>2</b> лавровых листа
<b>1</b> картофеля (пополам)	<b>10</b> горошин черного перца
<b>1</b> петрушка (корень и зелень)	<b>8</b> зубчиков чеснока
	<b>200</b> г сметаны
	<b>1</b> помидор

1. Сварить из мяса бульон, как обычно для щей, с луком и кореньями, картофелем в течение 2 ч, процедить.
2. Очистить кочан капусты от внешних листьев, вырезать кочерыжку, не нарушая целостности кочана, положить его на 30 мин в холодную, слегка подсоленную воду. Затем вынуть, ошпарить кипятком и нарезать крупными квадратами (2x2 см).
3. Положить подготовленную капусту, крошеный лук, разрезанный на 4 части помидор и нарезанные соломкой остальные коренья в готовый мясной бульон, посолить и продолжать варить до готовности капусты и кореньев на умеренном огне. Заправить пряностями и сметаной.

**ЩИ КИСЛЫЕ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ** . . .

<b>500–750</b> г говяжьей грудинки	<b>0,5</b> репы
<b>500–750</b> г свежей капусты (небольшой кочан или полкочана)	<b>2</b> ст. л. укропа
<b>6–8</b> маленьких зеленых незрелых яблок любого сорта	<b>3</b> лавровых листа
<b>2</b> луковицы	<b>8</b> горошин черного перца
	<b>100</b> г сметаны

---

**1** Иногда неверно употребляют название «рахмановские». На самом деле слово «рахманый» означает «ленивый, простоватый, нерасторопный» (по-древнерусски). В старину рахманные щи варили из свежей зелени (сныти) или капусты, иногда с рыбой, затем рахманными стали называть любые щи, приготовленные наскоро из нектислых зеленых компонентов; с конца XIX — начала XX века их стали называть ленивыми и варить только из свежей капусты.

Сварить обычный для щей мясной бульон (см. предыдущие рецепты). Когда мясо будет почти готово, положить капусту, нарезанную квадратиками (1х1 см), мелко нарезанный лук, коренья, через 15 мин варки добавить нарезанные соломкой яблоки, а еще через 5 мин – пряную зелень и варить до тех пор, пока яблоки полностью не разварятся.

Яблоки можно разварить и отдельно в эмалированном сотейнике и влить этот отвар (1 стакан) в уже почти готовые щи.

Эти щи можно готовить и без мяса.

### ***ЩИ СЕРЫЕ (РАССАДНЫЕ)*** . . .

<b>500</b> г говядины	<b>1</b> петрушка
<b>100</b> г ветчины	<b>2</b> ст. л. укропа
<b>750</b> г капустной рассады	<b>6</b> горошин черного перца
<b>1</b> стакан крапивы (ошпаренной)	<b>7</b> горошин душистого перца
<b>2</b> крутых яйца	<b>100</b> г сметаны
<b>2</b> луковичы	<b>0,5</b> ч. л. лимонной кислоты

1. Подготовить мясной бульон для щей (см. выше).
2. Листья рассады освободить от корешков и стеблей, мелко порезать, ошпарить крутым соленым кипятком, закрыть и оставить в нем на 10–15 мин. Затем откинуть на дуршлаг и засыпать в мясной бульон.
3. Крапиву промыть холодной водой, обдать крутым кипятком, откинуть на дуршлаг и быстро, не давая ей выделять сок, порезать мелко и засыпать в мясной бульон.
4. Варить щи после закладки капусты и крапивы вместе с пряностями еще 10–15 мин. Затем снять с огня, заправить укропом, чесноком, лимонной кислотой, дать настояться. Подавать со сметаной и крутым яйцом (по половинке на порцию).

### ***ЩИ ЗЕЛЕННЫЕ*** . . .

<b>500</b> г говяжьей грудинки	<b>1</b> морковь
<b>0,75-литровая</b> банка щавеля	<b>1</b> петрушка
<b>2</b> луковичы	<b>1</b> сельдерей

- |                                 |                          |
|---------------------------------|--------------------------|
| <b>1</b> ст. л. укропа          | <b>4</b> зубчика чеснока |
| <b>10</b> горошин черного перца | <b>2</b> крутых яйца     |
| <b>3</b> лавровых листа         | <b>100</b> г сметаны     |

1. Сварить мясной бульон, как указано в предыдущих рецептах.
2. Щавель тщательно промыть в холодной воде, освободить от стеблей, мелко нарезать и положить в готовый кипящий мясной бульон. Одновременно добавить мелко нарезанный лук, нарезанные соломкой коренья, пряности, за исключением чеснока и укропа, и варить 10–15 мин до потемнения щавеля. Чеснок и укроп внести за 2 мин до конца варки. При подаче на стол заправить сметаной и мелко нарезанными яйцами.

● **ПРИМЕЧАНИЕ**

Щи зеленые можно готовить и без мяса. В этом случае щавель, коренья и пряности вносят в 1,25 л кипящего подсоленного лукового бульона, в который засыпают еще 1 ст. ложку риса и 1 ст. ложку гречневой крупы. Варят 15 мин.

***ЩИ КРАПИВНЫЕ*** . . .

- |                                          |                                |
|------------------------------------------|--------------------------------|
| <b>4</b> стакана ошпаренной крапивы      | <b>1</b> петрушка              |
| <b>2</b> ст. л. гречневой крупы (ядрицы) | <b>1</b> сельдерей             |
| <b>1</b> ст. л. риса                     | <b>1</b> ст. л. укропа         |
| <b>1</b> картофеля                       | <b>8</b> горошин черного перца |
| <b>2</b> яйца                            | <b>100</b> г сметаны           |
| <b>0,5</b> ч. л. лимонной кислоты        | <b>1,25</b> л воды             |

1. В кипящую подсоленную воду или готовый мясной бульон положить пряные овощи, мелко нарезанный лук, крупу и кипятить 10–12 мин.
2. Затем положить крапиву, подготовленную следующим образом. Листья молодой крапивы (верхние три-четыре листа) освободить от стебельков, тщательно промыть несколько раз в холодной воде, ошпарить крутым кипятком, быстро откинуть на дуршлаг, не давая крапиве пустить



сок, и сразу же нарезать мелко-намелко. Варить крапиву в бульоне 10–12 мин.

**3.** Снять щи с огня, заправить чесноком, укропом, лимонной кислотой, дать настояться.

### ***ЩИ РЕПЯНЫЕ*** . . .

**500** г говяжьей грудинки

**100** г ветчины

**500** г репы

**1** брюква

**1–1,5** стакана капустного раствора

**2** луковицы

**1** петрушка

**8** горошин черного перца

**1** ч. л. майорана

**4** зубчика чеснока

**2** ст. л. укропа

**100** г сметаны

Готовить, как простые мясные щи. Репу и брюкву, нарезанные соломкой, закладывать в готовый мясной бульон вместе с капустным рассолом и варить до мягкости овощей.

### ПОХЛЕБКИ

Похлебки – первые горячие блюда, по существу крепкие овощные отвары. В отличие от супов и щей, приготовляемых на мясных бульонах, похлебки – легкие супы, основу которых составляют вода и овощи<sup>1</sup>.

В похлебках преобладает всегда один овощной компонент, по имени которого они называются: луковая, картофельная, репьяная, брюквенная, чечевичная и т.д. Предпочтение оказывается овощам нежным, не требующим длительной варки, обладающим характерным ароматом.

Никогда не используют в похлебках фасоль, свеклу, кислую капусту.

В состав похлебок обязательно входят лук и пряности, подбор которых неодинаков для каждого вида похлебки. Пряная зелень петрушки, укропа и сельдерея, а также чеснок – наиболее частые компоненты.

---

<sup>1</sup> Поэтому в принципе неверно встречающееся иногда ресторанное название первого блюда – похлебка мясная (или куриная).

Солить похлебки надо осторожно и по-разному, в зависимости от основного овощного компонента: картофельную – в начале варки, чечевичную – после окончания варки, остальные – в процессе приготовления.

Характерным для технологии приготовления похлебок является то, что овощи закладываются не в холодную воду, а обязательно в крутой кипяток (можно также распустить в нем мелко нарезанный лук).

При кажущейся легкости и быстроте (они варятся примерно 20–30 мин) приготовление похлебок требует особого внимания и навыков, тщательности при обработке овощей.

Надо сохранить и донести до стола легкий аромат похлебки, запаху которой могут повредить недостаточно отмытые или плохо очищенные от кожуры овощи. Надо знать порядок закладки и время варки овощей и пряностей. Похлебку нельзя переваривать, ибо тогда весь аромат улетучится, а бульон помутнеет. Настоящие похлебки всегда прозрачны, причем каждая имеет свой цвет. В отличие от собственно супов их готовят без жиров, без масла, как чистые овощные отвары. Допускается последующая подбелка сметаной, а чаще сливками. Но подбелка, а тем более прибавление масла, хотя бы и сливочного, все же изменяет вкус похлебки.

Едят похлебки с черным ржаным хлебом, лучше совсем свежим, и тотчас же после их приготовления, горячими. Оставлять похлебку на другой день и подогреть нельзя.

### **ПОХЛЕБКА ЛУКОВАЯ . . .**

<b>1,25</b> л воды	<b>1</b> сельдерея
<b>4–6</b> луковиц	<b>1</b> ст. л. укропа
<b>1</b> лук-порей	<b>4–6</b> горошин черного перца
<b>1</b> петрушка	<b>1</b> ч. л. соли

Коренья нарезать соломкой, положить в кипящую воду. Репчатый лук и лук-порей порезать мелко-намелко (но только не колечками), перетереть с солью в фарфоровой посуде и засыпать в кипящий бульон. Положить перец. Когда лук распустится и бульон окрасится в зеленый цвет,

досолить, засыпать измельченную пряную зелень и через 3 мин снять с огня. Закрывать, дать настояться в течение 5 мин.

### ***ПОХЛЕБКА КАРТОФЕЛЬНАЯ . . .***

<b>1,5</b> л воды	<b>3</b> лавровых листа
<b>5–6</b> картофелин	<b>1</b> ст. л. укропа
<b>1</b> луковица	<b>1</b> ст. л. зелени петрушки
<b>0,5</b> головки чеснока	<b>6–8</b> горошин черного перца

В подсоленный кипяток положить измельченный лук, нарезанный кубиками картофель и варить до готовности картофеля. Пряности и пряную зелень внести соответственно за 5–7 и 2 мин до готовности.

### ***ПОХЛЕБКА РЕПЯНАЯ (РЕПНИЦА) . . .***

<b>1,5</b> л воды	<b>2</b> бутончика гвоздики
<b>5–6</b> реп	<b>4</b> горошины черного перца
<b>1</b> небольшая брюква	<b>2</b> лавровых листа
<b>1</b> луковица	<b>1</b> ст. л. петрушки
<b>2</b> горошины ямайского (душистого) перца	<b>1</b> ст. л. укропа
	<b>4</b> зубчика чеснока

Варить так же, как и картофельную похлебку. Пряности вносить за 10 мин, а пряную зелень – за 2–3 мин до готовности.

### ***ПОХЛЕБКА ЧЕЧЕВИЧНАЯ . . .***

<b>1,5–1,75</b> л воды	<b>3</b> лавровых листа
<b>1</b> стакан чечевицы	<b>6</b> горошин черного перца
<b>1</b> луковица	<b>0,5</b> головки чеснока
<b>1</b> морковь	<b>1</b> ст. л. зелени чабера
<b>1</b> петрушка	

Чечевицу замочить на сутки в холодной воде. Перед приготовлением еще раз промыть, залить холодной водой

и поставить на умеренный огонь. Когда закипит, внести измельченные коренья и варить до полного разваривания чечевицы (должно остаться 1,25–1 л жидкости). Затем добавить лук и остальные пряности, кроме чеснока и чабера, посолить и варить на очень слабом огне еще 10–12 мин, после чего заправить чесноком и чабером, снять с огня и дать настояться 5–8 мин.

## УХА

Уха<sup>1</sup> – жидкое горячее рыбное блюдо, которое, однако, неправильно было бы называть рыбным супом. Название «уха» закрепилось исключительно за рыбным бульоном только с конца XVII – начала XVIII века. В XI–XII веках «ухой» называли также навар из мяса, в XVI–XVII веках – из курицы. Однако уже с XV века уху все чаще начинают делать из рыбы, которая лучше других продуктов давала возможность создать блюдо, принципиально отличающееся от остальных жидких блюд русского стола. Уха превратилась в блюдо быстрого приготовления, с прозрачной жидкостью, похожей на бульон, поэтому ее нельзя заправлять, как рыбный суп, маслом, крупой, мукой, пережаренным луком и т.п.

В течение веков сложились совершенно определенные правила приготовления ухи, касающиеся подбора рыбы, посуды, количества и состава овощей и пряностей, порядка закладки и времени варки.

Так, варить уху следует в неокисляемой посуде (эмалированной, глиняной). Классическую русскую уху варят из тех рыб, которые дают прозрачный навар, отличаются клейкостью, нежностью и «сладостью». Это судак, окунь, ерш, сиг – из них получается лучшая, так называемая белая уха. К ним добавляют обычно одну треть налима, сома, линя или язя. На втором месте по вкусу – уха из жереха, сазана, голавля, сырка, карася, карпа, красноперки. Уха из этих рыб называется черной. Наконец, уха из красной рыбы – осетра, белуги, севрюги, нельмы, лосося – называется красной ухой, или янтарной, когда она особенно

---

1 От «ю х а» – животный сок, кровь, навар.

жирна и сделана с шафраном. Кроме этих видов ухи, классическая русская кухня знает уху рядовую, опеканную, вялую, пластовую, сладкую и мневую<sup>1</sup>.

Уху варят обычно не из одного какого-либо вида рыбы, а из двух как минимум и из четырех как максимум. Исключением может быть уха из красной рыбы, которую варят и из одного вида рыбы. Особое место занимают региональные разновидности ухи – уха из стерлядей (стерляжья, волжская), уха из снетков (чудская, псковская) и уха из сушика<sup>2</sup> вместе с солеными рыжиками – так называемая уха лачская (лажская), или онежская.

Не годятся для ухи плотва, лещ, пескарь, уклейка, вобла, тарань, а также сельдевые всех видов, скумбрия, чехонь, бычки. Их лучше использовать для приготовления рыбных супов.

Бытует мнение, что хорошую уху нельзя приготовить из морской рыбы. Это неверно. Многие из морских рыб по своим качествам хорошо подходят для варки ухи. Это треска, палтус, макрурус, нототения, угольная рыба, вомер, ледяная рыба, сквама, морской окунь. Треска и палтус, например, использовались и ранее для приготовления поморской (архангельской) ухи. Обычно уху из пресноводной рыбы стараются приготовить сразу же после ее вылавливания. Чем свежее рыба, тем вкуснее уха. Это полностью относится и к морской рыбе. Поэтому если она заморожена, то для лучшего сохранения свежести ее не следует размораживать перед закладкой в уху. Причем лучше выбирать для ухи более молодую, мелкую рыбу, стараясь к тому же брать менее подверженную порче хвостовую часть. Наиболее удачно для ухи сочетание нежирной рыбы (трески, ледяной, макруруса, вомера) с жирной (палтусом, морским окунем, сквамой, нототенией).

В уху кладут минимум овощей – небольшое количество картофеля (причем нерассыпчатого, сладких сортов), моркови и обязательно лук. Если уху готовят из живой рыбы, то

1 Из печени налимов, готовилась только в Новгородской Руси. В Архангельске и на Кольском п-ове – также из печени трески.

2 Суш и к – сушеные в русской печи мелкие окуньки, ерши, снетки.

в нее кладут только лук. Если же используют свежую, но уже уснувшую рыбу, то овощи кладут обязательно. Кроме того, вносят довольно большой набор пряностей: петрушку (корень и зелень), лук-порей, зеленый лук, укроп, черный перец, лавровый лист, эстрагон, пастернак, а в некоторые виды ухи добавляют шафран, мускатный орех, имбирь, анис, фенхель. Обычно ассортимент пряностей зависит от сорта рыбы – чем жирнее рыба, тем больше требуется для ухи пряностей.

Чрезвычайно важно для создания своеобразного вкуса и аромата ухи соблюдать правильный режим варки. Прежде всего для ухи необходимо подготовить бульон – кипящий подсоленный овощной отвар, куда на короткое время (от 7 до 20 минут) опускают рыбу. Основная цель подготовки бульона – создать такую среду для рыбы, в которой бы она не вываривалась полностью, т.е. оставалась бы вкусной и сочной. Прежде с этой целью в бульоне сначала полностью вываривали мелкую рыбу, а также головы и кости, которые затем выбрасывали, а бульон процеживали и осветляли яично-белковой оттяжкой. И только потом в этом рыбном бульоне отваривали куски более крупной рыбы или ее филе, предназначенные для еды с ухой. Позднее уплотнения консистенции бульона стали достигать, отваривая в нем картофель.

Такой прием более подходит к приготовлению ухи из морской рыбы.

Продолжительность варки рыбы целиком зависит от ее вида: пресноводная рыба варится 15–20 мин (а рыба сибирских рек 25–30 мин), морская – 8–12 мин. Переваривание морской рыбы ухудшает качество рыбного мяса, делает его жестким и ухудшает вкус самого бульона, который становится менее сладким, менее ароматным.

Уха получится значительно вкуснее, если ее варить без крышки, в открытой посуде и на умеренном или слабом огне.

Показатель готовности ухи – легкое отставание мяса рыбы от костей, а показатель хорошего качества – прозрачность бульона, его тонкий аромат, белизна мяса рыбы. Уха не должна иметь специфического рыбного запаха, каким нередко обладают рыбные супы, при варке которых допускается сильное разваривание рыбы.

Едят уху с черным хлебом или с рыбной кулебякой, пирогами, начиненными вязигой, саго, рисом и яйцами, луком либо рыбой (расстегаи). Ниже приводятся современные рецепты рядовой ухи – из речной и из морской рыбы, а также разновидности старинной русской ухи: сборная, карасевая, опеканная, сладкая, раковая. Различия в их приготовлении незначительные, но все же имеются.

### ***УХА РЯДОВАЯ (ИЗ РЕЧНОЙ РЫБЫ)*** . . .

<b>1,5</b> кг рыбы	<b>2</b> картофелины
<b>1,75</b> л воды	<b>1</b> ст. л. укропа
<b>2</b> луковицы	<b>3</b> лавровых листа
<b>0,5</b> моркови (небольшой)	<b>8</b> горошин черного перца
<b>1</b> петрушка (корень и зелень)	<b>1</b> ст. л. эстрагона
<b>1</b> корень пастернака	<b>2</b> ч. л. соли

В подсоленный кипяток положить картофелины, разрезанные на четвертушки, головы и хвосты рыбы, мелко нарезанный лук, нарезанные соломкой морковь и петрушку и варить на слабом огне 20 мин, затем снять пену, при желании – процедить, затем положить лавровый лист, перец, прокипятить еще 5 мин, усилить огонь и опустить в готовый бульон вычищенную и разрезанную на крупные куски (шириной 4–5 см) рыбу, варить ее на умеренном огне 15–17 мин, не давая сильно кипеть. В конце, если надо, досолить, засыпать зеленью петрушки, укропа и эстрагона, снять с огня, закрыть крышкой и дать настояться в течение 7–8 мин.

### ***УХА РЯДОВАЯ (ИЗ МОРСКОЙ РЫБЫ)*** . . .

<b>1,5</b> кг рыбы или 1,25 кг филе (примерно по 0,5 кг трески, палтуса, морского окуня)	<b>10–12</b> горошин черного перца
<b>1,75</b> л воды	<b>1</b> лук-порей
<b>2</b> луковицы	<b>1</b> петрушка
<b>0,5</b> моркови	<b>2</b> ст. л. укропа
<b>3</b> картофелины	<b>4–5</b> тычинок шафрана
<b>4</b> лавровых листа	<b>2</b> ч. л. соли
	<b>4</b> ломтика (кружочка) лимона

В подсоленный кипяток положить нарезанный кубиками картофель, соломкой нарезанные морковь и петрушку, мелко нарезанный лук, прокипятить 10–15 мин на умеренном огне до полуготовности картофеля, затем заложить все пряности, кроме укропа и части порея, а через 3 мин – нарезанную крупными кусками рыбу и продолжать варить еще 8 мин на умеренном огне. Если надо, досолить. За минуту до готовности засыпать укроп, лук-порея. Дать настояться, положить лимон (см. предыдущий рецепт).

### ***УХА СБОРНАЯ*** . . .

В состав рыбной части ухи входят речная и красная рыба в соотношении 2:1 или 1:1. Порядок приготовления такой же, как для рядовой ухи. Из пряностей, помимо тех, что используются в рядовой ухе из речной рыбы, можно добавить шафран и имбирь (на кончике ножа).

### ***УХА ОПЕКАННАЯ*** . . .

Набор продуктов тот же, что для рядовой ухи. Опеканную уху можно варить двумя способами.

**1.** Головы, хвосты, кости от разделанной рыбы сварить в течение 20–30 мин на умеренном огне, бульон процедить и отварить в нем в течение 5 мин крупные куски филе рыбы. Затем рыбу вынуть, обмакнуть во взбитое с 1 ч. ложкой муки яйцо, слегка обжарить (опечь – отсюда «опеканная») в сковороде на сливочном масле и вновь погрузить в кипящий рыбный бульон для доваривания еще на 3–5 мин.

**2.** Рыбу, овощи, пряности положить в глиняный горшок, залить кипятком, закрыть, поставить в нагретую духовку на большой огонь на 15 мин. Когда уха начнет кипеть, вынуть из духовки, добавить 1 ст. ложку сливочного масла, поверх налить хорошо взбитые 1–2 яйца и вновь поставить в духовку на 15 мин – до полного запекания (опекания) яиц.



**УХА КАРАСЕВАЯ** . . .

Готовить так же, как уху рядовую из речной рыбы (см. выше), но вместо картофеля положить 2 ст. л. промытого риса. Сначала отварить головы карасей отдельно, а затем бульон процедить и положить в него самих карасей, не разрезая их на куски.  
Эту уху не солят.

**УХА ПЛАСТОВАЯ** . . .

Готовить так же, как уху рядовую, но из соленой и провяленной рыбы, распластанной вдоль. Первоначально такую рыбу надо ошпарить кипятком, в котором варился анис или фенхель. После этого ее можно класть в уху, но не 1,5 кг, как для рядовой ухи, а 1 кг.

**УХА ВЯЛАЯ** . . .

Готовить так же, как и рядовую, но из сушеной на солнце мелкой рыбы или из сущика. В нее можно добавлять сухие или свежие грибы.

**УХА СЛАДКАЯ** . . .

Варить как рядовую уху из речной рыбы, но моркови брать вдвое больше (целая морковь вместо половины) и нарезать ее мелкими кубиками. Увеличить также долю пастернака, а в качестве добавочных пряностей в бульоне в марлевом мешочке отварить в течение 5–7 мин (а затем вынуть) 1 ч. ложку семян аниса или фенхеля.

**УХА РАКОВАЯ** . . .

В рыбную часть этой ухи входят 2 части мяса рака и 1 часть мяса рыбы, лучше всего щуки или другой пресноводной рыбы. Из этой смеси сделать тельное (см. с. 103–104) с добавлением лука, черного перца и 1 ст. л. пшеничной муки (на 1 кг рыбы). Уху варить из свежей мелкой речной рыбы, которую после разваривания вынуть, после чего бульон

процедить и опустить в него тельное, которым предварительно наполнить раковые панцири. Закладка овощей и пряностей та же, что для рядовой ухи, за исключением укропа, которого взять вдвое больше.

## КАЛЬЯ

К а л ь я – распространенное в XVI-XVII веках рыбное жидкое первое блюдо. Впоследствии оно постепенно почти вышло из употребления, а кое-где его неправильно стали называть рыбным рассольником. Готовят его в основном так же, как и уху, но в бульон для кальи добавляют соленые огурцы, огуречный рассол, лимоны и лимонный сок, либо каждый в отдельности, либо вместе взятые. Отличительным признаком кальи прежде являлось то, что для нее использовали обычно только жирную рыбу, преимущественно красную, и наряду с рыбой в нее клали икру.

Хорошую калью можно приготовить из морской рыбы, традиционно применявшейся на Русском Севере, например из палтуса, зубатки, достаточно жирных и к тому же хорошо сочетающихся с солено-кислой основой. В калью, как правило, идет больше пряностей, чем в уху. Калья гуще ухи, бульон в ней острее и плотнее по консистенции, а по количеству его всегда меньше, чем в ухе. Раньше калья считалась праздничным блюдом.

**1,5** кг рыбы

**1,5-1,75** л воды

**2** соленых огурца

**1** стакан огуречного рассола

**3-4** картофелины

**0,5** лимона

**2** луковицы

**1** лук-порей

**1** петрушка (корень и зелень)

**1** морковь

**10** горошин черного перца

**3** лавровых листа

**1** ст. л. укропа

**5-6** тычинок шафрана

**1** ст. л. свежего или 1 ч. л. сухого

эстрагона

Готовить вначале как уху: подготовить овощной бульон (см. с. 74), затем долить в него отдельно прокипяченный огуречный рассол, добавить нарезанные кубиками соленые огурцы, после чего опустить рыбу, нарезанную

крупными кусками. Варить от 8 до 20 мин в зависимости от сорта рыбы. Заправлять пряностями так же и в том же порядке, как уху. В заключение положить укроп, часть порея, эстрагон, выдавить сок лимона в уже снятую с огня калью и дать ей настояться.

## РАССОЛЬНИКИ

Рассольник – жидкое горячее первое блюдо на кисло-соленой огуречной основе. Окончательно сложилось это блюдо в русской кухне довольно поздно – лишь в середине XIX века, примерно к этому же времени относится и закрепление за ним названия «рассольник». Между тем применение огуречного рассола как основы для приготовления супов было известно уже по крайней мере с XV века. Количество рассола, его концентрация и соотношение с остальной жидкостью, а также сочетание с другими основными продуктами супа (рыбой, мясом, овощами и крупами) были, однако, столь различны, что породили различные блюда с разными названиями: кальи, похмелки, солянки и, наконец, рассольники. Последними стали называть умеренно кисловато-солончатые супы только на огуречной основе – вегетарианские или чаще с субпродуктами; под кальями принято было понимать только рыбные слабокислые супы, а в похмелки и солянки выделились более кислые и более концентрированные.

Так как рецептура рассольников сложилась довольно поздно, в их составе оказались картофель и рис, в то время как входившая в старые рассольники вареная свекла была впоследствии полностью исключена. В современные рассольники входят соленые огурцы, картофель и другие корнеплоды нейтрального вкуса (морковь, репа, брюква), крупа (гречневая, ячневая, перловая или рисовая), большое количество пряных овощей и пряной зелени (лук-порея, сельдерей, петрушка, пастернак, укроп, эстрагон, чабер) и немного классических пряностей (лавровый лист, душистый и черный перец). В рассольники идут преимущественно субпродукты – либо одни только говяжьи или телячьи почки, либо все годные в пищу потроха (же-

лудок, печень, сердце, легкие, шейка, ножки) домашней птицы (куриные, индюшачьи, утиные и гусиные). При отсутствии субпродуктов их заменяют говяжьим мясом – обычно завитком либо голяшкой (рулькой). Крупу для рассольника подбирают в соответствии с используемым в нем мясом: перловую – в рассольник с почками и говядиной, рисовую – в рассольник с потрохами курицы и индейки, ячневую – к утиным и гусиным потрохам, гречневую и рисовую – в вегетарианский рассольник. Точно так же по-разному подбирают и пряности к разным видам рассольников. Чтобы рассольники отличались нежным, слабокислым и слабосоленым вкусом, в них должен соблюдаться баланс между соленой частью (огурцами) и нейтральными поглотителями (крупами, картофелем, корнеплодами). Поэтому чистый рассол добавляют в рассольники редко и в малых дозах (по 0,5 стакана на 1,5 л супа), да и то лишь если сами огурцы недостаточно соленые. В этом случае до заливки в бульон рассол кипятят.

Как и большинство русских супов, рассольники забеливают сметаной.

### **РАССОЛЬНИК МЯСНОЙ** . . .

<b>250–300</b> г почек	<b>1</b> петрушка (корень и зелень)
<b>3</b> соленых огурца	<b>1</b> сельдерей (корень и зелень)
<b>0,5</b> стакана огуречного рассола	<b>3</b> лавровых листа
<b>2–3</b> картофелины	<b>6</b> горошин черного перца
<b>1</b> морковь	<b>2</b> горошины ямайского (душистого) перца
<b>1</b> луковица	<b>100</b> г сметаны
<b>2</b> ст. л. перловой крупы	
<b>1</b> ст. л. укропа	

#### ● ПОДГОТОВКА ПОЧЕК

Почки обрезать от пленок и жира, замочить в воде на 6–8 ч, меняя воду, отварить в течение 20–30 мин в кипятке, вынуть, нарезать небольшими ломтиками.

#### ● ПОДГОТОВКА КРУПЫ

Крупу промыть холодной водой, залить кипятком в сотейнике и поставить распариваться на 30–45 мин, меняя кипятком.

● **ПОДГОТОВКА ОГУРЦОВ**

С огурцов срезать кожу, залить ее 1-1,5 стаканами кипятка и прокипятить на слабом огне 10-15 мин, затем отбросить выварившуюся кожицу. В рассол опустить мякоть огурцов, разрезанных вдоль на 4 части, а затем поперек на мелкие дольки, припустить еще в течение 10 мин.

● **ВАРКА РАССОЛЬНИКА**

Подготовленные почки положить в 1,5 л кипятка, проварить около 30 мин, добавить нарезанные соломкой коренья (морковь, петрушку, сельдерей), подготовленную крупу, через 10-15 мин – картофель, мелко нарезанный лук и варить на умеренном огне до готовности картофеля. Затем добавить подготовленные огурцы, попробовать, достаточно ли посолен бульон, долить, если надо, рассол или подсолить, ввести пряности и продолжать варить еще 10-15 мин, после чего, убедившись в готовности почек, заправить пряной зеленью и поварить еще 3 мин. Сметаной заправить при подаче на стол.

***РАССОЛЬНИК КУРИНЫЙ*** • • •

Потроха от <b>2</b> кур	<b>2</b> ст. л. укропа
<b>4</b> соленых огурца	<b>1</b> ст. л. эстрагона
<b>1</b> морковь	<b>1</b> ст. л. зелени чабера
<b>1</b> репа	<b>8</b> горошин черного перца
<b>3</b> ст. л. риса	<b>2</b> лавровых листа
<b>1</b> луковица	<b>2</b> зубчика чеснока
<b>1</b> лук-порей	<b>25-30</b> г сливочного масла
<b>1</b> петрушка (корень и зелень)	

В 1,5 л кипятка положить тщательно промытые и нарезанные на мелкие кусочки потроха курицы и варить около 1 ч, после чего заправить кореньями, промытым несколько раз рисом и варить до его полуготовности, снимая пену. Затем заправить мелко нарезанными луковицей и пореем, а также перцем, лавровым листом и варить до готовности риса, добавить подготовленные огурцы (см. рецепт выше), варить 5-7 мин, ввести пряную зелень и варить еще 3 мин, после чего снять с огня и заправить растертым с маслом и солью чесноком.

**РАССОЛЬНИК ОВОЩНОЙ** . . .

<b>3-4</b> соленых огурца	<b>1</b> петрушка
<b>1</b> картофелялина	<b>1</b> сельдерей (корень и зелень)
<b>1</b> морковь	<b>8</b> горошин черного перца
<b>1</b> репа	<b>2</b> лавровых листа
<b>3</b> ст. л. гречневой или рисовой крупы	<b>1</b> ст. л. укропа
<b>1</b> пастернак (корень и зелень)	<b>0,5</b> ст. л. эстрагона
<b>2</b> луковицы	<b>25</b> г сливочного масла
<b>1</b> лук-порей	<b>100</b> г сметаны

В 1,5 л кипятка сварить овощи и крупу, заправить отдельно подготовленными огурцами (см. рецепт «Рассольник мясной») и пряной зеленью.

**СОЛЯНКИ**

Солянки – густые острые супы, соединяющие в себе компоненты щей (капуста, сметана) и рассольников (соленые огурцы, огуречный рассол), со значительно усиленной кисло-солено-острой основой в результате добавления таких приправ, как маслины, каперсы, помидоры, лимон, лимонный сок, квас, соленые или маринованные грибы. Иногда в солянки добавляют еще и уксус, но это огрубляет их вкус, такая приправа свидетельствует о плохой кухне.

Солянки бывают трех видов: мясные, рыбные (с набором различных видов мяса, птицы и рыбы) и простые (или грибные). Первые два вида готовят соответственно на крепком мясном или рыбном бульоне, последние – на грибном или овощном. Бульоны эти разводятся огуречным рассолом.

Солянки-супы, в отличие от сходных с ними по рецептуре солянок – вторых блюд, не имеющих жидкости и запекаемых на сковородах, называются жидкими солянками. Однако жидкости в жидких солянках мало (на 1/3 меньше, чем в супах других видов), причем жидкость эта концентрированная и острая. Жидкую и густую части солянки готовят совершенно отдельно и соединяют за 5, 10, 15 мин до подачи на стол и не столько для варки, сколько для прогревания и создания аромата.

**СОЛЯНКА МЯСНАЯ . . .**

<b>1,25</b> л мясного или костного крепкого бульона	<b>2</b> помидора
<b>1-2</b> стакана огуречного рассола	<b>100 г</b> сметаны
<b>200 г</b> отварной говядины	<b>12</b> маслин
<b>200 г</b> жареной говядины или телятины	<b>1-1,5</b> стакана соленых грибов
<b>100 г</b> ветчины	<b>1-2</b> ст. л. каперсов
<b>100 г</b> сосисок	<b>1</b> луковица
<b>1/4</b> курицы	<b>1</b> ст. л. петрушки
<b>2</b> соленых огурца	<b>1</b> ст. л. укропа
<b>200-250 г</b> свежей капусты (около 1/4 небольшого кочана)	<b>2</b> ст. л. зеленого лука
	<b>10</b> горошин черного перца
	<b>3</b> горошины ямайского (душистого) перца

1. Огуречный рассол прокипятить, снять накипь. Соединить рассол с мясным бульоном, довести до кипения.
2. Мясо, ветчину, сосиски, филе курицы нарезать небольшими кубиками.
3. Соленые грибы и свежую капусту обдать кипятком, после чего нарезать кубиками.
4. Помидоры, огурцы и лук нарезать небольшими кубиками.
5. Продукты, указанные в пунктах 2, 3, 4, вместе с пряностями и сметаной положить в глиняный горшок, залить кипящим бульоном и поставить в духовку на 10-15 мин. За неимением горшка сложить в эмалированную посуду и прогреть (припустить) на слабом огне, не давая кипеть, в течение 10-15 мин.

**СОЛЯНКА РЫБНАЯ СБОРНАЯ . . .**

<b>1,25</b> л рыбного бульона	<b>250 г</b> свежей осетрины
<b>1</b> стакан огуречного рассола	<b>2</b> луковицы
<b>0,5-1</b> лимон	<b>3</b> соленых огурца (или 10-12 корнишонов)
<b>500 г</b> рыбного филе	<b>2</b> помидора
<b>10-12</b> раков	<b>2</b> ст. л. каперсов
<b>250 г</b> отварной соленой горбуши, кеты	<b>12</b> маслин

<b>1,5</b> стакана соленых грибов	<b>2</b> ст. л. укропа
<b>1</b> морковь (крупная)	<b>1</b> ст. л. зеленого лука
<b>1</b> петрушка (корень и зелень)	<b>4</b> лавровых листа
<b>10</b> горошин черного перца	<b>2</b> ст. л. подсолнечного масла

**1.** Рыбный бульон соединить с отдельно прокипяченным огуречным рассолом, положить нарезанные соломкой морковь, петрушку и вскипятить на слабом огне.

**2.** Мелко нарезанный лук и помидоры пассеровать на масле. Соленые грибы ошпарить, нарезать кубиками.

**3.** Огурцы нарезать кубиками, свежую рыбу – кусочками и вместе с нарезанными соленой рыбой, мякотью раков и пряностями соединить с продуктами, указанными в пунктах 1 и 2.

**4.** Поставить посуду в духовку или на слабый наплитный огонь на 15 мин.

**5.** Перед подачей на стол выжать в солянку лимонный сок (можно нарезать лимон дольками, без зерен, и раздавить ложкой).

### **СОЛЯНКА ГРИБНАЯ** . . .

<b>1,5</b> л воды	<b>0,5</b> стакана сметаны
<b>6–8</b> сухих белых грибов	<b>1</b> сельдерей
<b>2</b> стакана соленых грибов	<b>2</b> луковицы
<b>12</b> маслин	<b>2</b> ст. л. сливочного масла
<b>2</b> стакана мелко нарезанной капусты	<b>2</b> помидора
<b>1,5</b> стакана квашеной капусты	<b>3</b> лавровых листа
<b>1</b> морковь	<b>10</b> горошин черного перца
<b>1</b> петрушка	<b>0,5</b> лимона или <b>0,5</b> стакана кислого кваса
<b>2</b> ст. л. укропа	

**1.** Подготовить грибной бульон: отварить сухие грибы, вынуть их, когда размякнут, нарезать соломкой, вновь положить варить, добавив морковь, петрушку, сельдерей, нарезанные соломкой.



2. Свежую и квашеную капусту потушить вместе с помидорами и луком на масле до мягкости.
3. Соленые грибы ошпарить, нарезать мелкими кусочками.
4. Соединить продукты, указанные в пунктах 1, 2, 3, добавить пряности и варить 15 мин на умеренном огне. Готовую солянку заправить сметаной и соком лимона.

## СУП-ЛАПША

Суп-лапша – тип супа, заимствованный русскими у татар, но получивший русскую обработку и распространение в России.

Суп-лапша встречается чаще всего в трех видах: лапша куриная, лапша грибная, лапша молочная. Приготовление всех трех видов крайне несложно, оно состоит из подготовки лапши, варки соответствующего бульона и отваривания лапши в бульоне. Лапша для всех трех видов делается по одному и тому же рецепту, как правило, из пшеничной муки, а также из смеси пшеничной и гречневой. Лапша из смешанной муки лучше сочетается с грибным или молочным бульоном.

### ● ПРИГОТОВЛЕНИЕ ЛАПШИ

1 яйцо

1,25 стакана пшеничной муки  
(из них 0,25 на подсыпку)

или 1 стакан пшеничной,

0,25 стакана гречневой

2–4 яичные скорлупки воды

(в зависимости от сорта муки –  
на гречневую идет больше воды)

0,5 ч. л. соли

Замесить крутое тесто, дать ему полежать, завернуть в салфетку на 10 мин, раскатать скалкой или бутылкой в пласт как можно более тонкий (до 1 мм), свернуть в трубку, предварительно протерев мукой, чтобы не слипалось при свертывании, и нарезать поперек трубки узенькими полосками (1–2 мм) – лапшой; затем рассыпать ее, дать слегка подсушиться на воздухе, пока варится бульон.

**ЛАПША КУРИНАЯ** . . .

- |                                 |                            |
|---------------------------------|----------------------------|
| <b>1,5-2</b> л куриного бульона | <b>1</b> луковица          |
| лапша из пшеничной муки         | <b>2</b> лавровых листа    |
| и <b>1</b> яйца (см. выше)      | <b>6</b> горошин перца     |
| <b>2</b> ст. л. укропа          | <b>3-5</b> тычинок шафрана |
| <b>1</b> ст. л. петрушки        | <b>4</b> зубчика чеснока   |

Отварить курицу, вынуть из бульона, дать ему вскипеть, заправив мелко нарезанным луком, перцем, лавровым листом, шафраном, и засыпать в кипящий бульон лапшу. Варить на умеренном огне до готовности лапши. В конце варки заправить пряной зеленью и чесноком.

**ЛАПША ГРИБНАЯ** . . .

- |                                      |                                    |
|--------------------------------------|------------------------------------|
| <b>1,5-2</b> л воды                  | <b>4-5</b> зубчиков чеснока        |
| лапша (рецепт см. выше)              | <b>3</b> лавровых листа            |
| <b>6</b> сухих белых грибов          | <b>6</b> горошин черного перца     |
| <b>1</b> сельдерей (корень и зелень) | <b>100</b> г сметаны (0,5 стакана) |
| <b>1</b> луковица                    | <b>1</b> ст. л. укропа             |
| <b>1</b> морковь                     | <b>1</b> ч. л. соли                |

В холодную подсоленную воду положить грибы и поставить на огонь; когда вода закипит, грибы вынуть, нарезать соломкой, вновь положить, варить, добавив мелко нарезанные овощи. Когда грибы будут готовы, засыпать лапшу в кипящий бульон, положить перец, лавровый лист и варить до готовности лапши на умеренном огне. В конце варки заправить пряной зеленью, чесноком и сметаной.

**ЛАПША МОЛОЧНАЯ** . . .

- |                           |                                            |
|---------------------------|--------------------------------------------|
| <b>1,25-1,5</b> л молока  | <b>0,5</b> ч. л. семян аниса или кориандра |
| <b>0,5</b> стакана сливок |                                            |
| лапша (рецепт см. с. 84)  | <b>1</b> ч. л. соли                        |

В 2-2,5 л кипящей подсоленной воды опустить в марлевом мешочке семена аниса или кориандра, всыпать лапшу

и варить ее до полуготовности. Затем откинуть ее на дуршлаг, переложить в кипящее молоко и варить до готовности. В конце варки заправить сливками (не доводить до кипения).

## ВТОРЫЕ БЛЮДА



### МЯСНЫЕ БЛЮДА

---

В русской народной кухне можно выделить три основные разновидности мясных вторых блюд:

**отварное мясо крупным куском**, приготовляемое в супах и кашицах, а затем используемое как второе блюдо или как закуска в холодном виде;

**блюда из субпродуктов** (печени, сальника, сычуга), запекаемые вместе с крупами в горшках;

**блюда из целого животного** (птицы), или из части его (ноги), или из крупного куска мяса (огузок, кострец), жариваемые в духовой печи на противне, так называемое жаркое.

Различные котлеты, биточки, фрикадели, кнели, приготовляемые из молотого мяса, заимствованные и получившие распространение лишь в XIX–XX веках, для классической русской кухни не характерны и потому здесь не приводятся.

В качестве гарниров к мясным блюдам русского стола в прошлом обычно использовались каши и кашицы, в которых варилось мясо, затем отварные, а точнее пареные или печеные, корнеплоды (репа, морковь), а также грибы; к жаркому независимо от используемого мяса, кроме того, подавали также соленья – квашеную капусту, моченые и кислые яблоки, моченую бруснику, взвары.

В современных условиях печеные овощи для русских мясных блюд удобно готовить в алюминиевой пищевой фольге. Роль подливки играет обычно сок, образуемый при жарении, а также топленая сметана и топленое сливочное масло, которыми поливают отварные овощи или сдабривают каши, т.е. гарнир. Соусы для мясных блюд, т.е. подливки на муке, масле, яйцах и молоке, не свойственны исконно русской кухне.

**БЛЮДА ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА****СТУДЕНЬ . . .**

- |                                      |                                                |
|--------------------------------------|------------------------------------------------|
| <b>1</b> голова (телячья или свиная) | <b>5</b> горошин ямайского (душистого) перца   |
| <b>4</b> ножки (телячьи или свиные)  | <b>5</b> лавровых листьев                      |
| <b>1</b> морковь                     | <b>1-2</b> луковицы                            |
| <b>1</b> петрушка (корень)           | <b>1</b> головка чеснока на <b>1</b> кг мяса – |
| <b>10</b> горошин черного перца      | <b>1</b> л воды                                |

Ноги и голову опалить, вычистить, разрубить на равные куски, залить водой и варить от 6 до 8 ч на очень слабом огне, без кипения так, чтобы объем воды уменьшился наполовину. За 1-1,5 ч до окончания варки добавить лук, морковь, петрушку, за 20 мин – перец, лавровый лист; чуть посолить. Затем вынуть мясо, отделить от костей, нарезать на мелкие кусочки, переложить в отдельную посуду, перемешать с мелко рубленным чесноком и небольшим количеством молотого черного перца. Бульон с оставшимися костями проварить еще полчаса-час (чтобы его объем не превышал 1 л), досолить, процедить и залить им отваренное подготовленное мясо. Застудить в течение 3-4 ч. Желатин не применяется, так как в молодом мясе (телятине, поросятине, свинине) содержится достаточное количество клейких веществ. Студень подавать с хреном, горчицей, толченым чесноком со сметаной.

**ГОВЯДИНА РАЗВАРНАЯ . . .**

Говядина разварная крупным куском (1,5-2 кг) отваривается в кашницах (тихвинской, костромской – см. с. 113-114) и реже – в костных бульонах (бульон из костей готовят заранее и затем в кипящий бульон погружают мясо). Для разварной говядины используются в основном лопаточная и подбедерная части, а также покромка, тонкий край. Продолжительность варки – 2,5 ч на умеренном огне.

## БЛЮДА ИЗ СУБПРОДУКТОВ (ЗАПЕЧЕННЫЕ)

### **НЯНЯ** . . .

<b>1</b> баранья голова	<b>4</b> луковицы
<b>4</b> бараньи ноги	<b>100</b> г сливочного
<b>1</b> бараний сычуг	или подсолнечного масла
<b>2</b> стакана гречневой крупы	

**1.** Баранью голову и ноги разварить так, чтобы мясо само отстало от костей. Мясо отделить. Мозг из головы вынуть.

**2.** Сварить крутую гречневую кашу.

**3.** Баранье мясо мелко изрубить вместе с луком, смешать с кашей и маслом.

**4.** Бараний сычуг тщательно выскоблить, вымыть, начинить подготовленным фаршем (пункт 3), в середину его положить мозги, зашить сычуг и поместить в глиняную посуду (в корчагу – широкий глиняный горшок), которую плотно закрыть.

Поставить упревать в слабо нагретую духовку на 2–3 ч.

### **САЛЬНИК** . . .

<b>1</b> бараний сальник	<b>3</b> луковицы
<b>1</b> кг бараньей печени	<b>5–6</b> сухих белых грибов
<b>1,5–2</b> стакана гречневой крупы	<b>1</b> стакан сметаны
<b>3</b> яйца	

Печенку вымочить в течение 2 ч в воде или молоке, отварить, изрубить на мелкую, смешать со сваренной с луком крутой гречневой кашей и истолченными сухими грибами и замесить на сметане в густую массу. Наполнить ею сальник, уложенный предварительно в корчагу (широкий глиняный горшок), так, чтобы края сальника плотно перекрывали эту массу сверху. Горшок закрыть.

Запекать сальник в духовке 1–1,5 ч на умеренном огне.

**ПЕРЕПЕЧА** . . .**1,5** кг бараньей печенки**1** бараний сальник**4** яйца**1-1,5** стакана молока**1** головка чеснока**2** луковицы**10** горошин черного перца

- 1.** Сырую печенку промыть, обварить кипятком, очистить от пленки, мелко изрубить, а затем истолочь с мелко нарезанным луком, чесноком и перцем.
- 2.** Два полных яйца и два желтка взбить, смешать с молоком.
- 3.** Соединить продукты, указанные в пунктах 1 и 2, влить в бараний сальник, помещенный в глиняный горшок, закрыть краями сальника сверху, смазать взбитыми белками и запечь в печи или духовке за 2-3 ч на слабом огне.

**БЛЮДА ИЗ ЖАРЕНОГО МЯСА****ПОРОСЕНОК ЖАРЕНый** . . .**1** молочный поросенок (1,5 кг)**500** г гречневой крупы**50** г сливочного масла**2** ст. л. подсолнечного или оливкового масла● **ПОДГОТОВКА ПОРОСЕНКА**

Упитанного поросенка вымыть холодной водой, подержать в ней 3-4 мин, затем опустить в кипяток на 2-3 мин, выщипать осторожно щетину, не повреждая кожу, натереть мукой, опалить, затем распороть, выпотрошить, вымыть внутри и снаружи, после чего желательно изнутри вырезать все кости (ребра, хребет), за исключением головы и ножек, ни в коем случае не прорезая мяса и кожи насквозь.

● **ПОДГОТОВКА ФАРША**

Приготовить крутую гречневую кашу, но не сдабривать ничем, кроме сливочного масла. Перед варкой крупу обжа- рить с маслом, обварить кипятком, отделить всплывшие зерна.

Готовую кашу умеренно посолить. Добавить к ней обжаренный и нарубленный ливер поросенка, перемешать.

● **ФАРШИРОВАНИЕ ПОРОСЕНКА**

Кашу закладывать вдоль поросенка равномерно на всем протяжении, чтобы не исказить его форму, не допуская утолщений в отдельных местах, в то же время достаточно туго. Затем зашить поросенка суровой ниткой, выправить форму, подогнуть ножки, положить на противень боком на расположенные крест-накрест березовые палочки так, чтобы кожа поросенка не касалась противня. Солить или сдабривать пряностями нельзя.

● **ОБЖАРИВАНИЕ ПОРОСЕНКА**

Обмазать поросенка растительным маслом, сверху облить растопленным сливочным и поставить в предварительно нагретую духовку до зарумянивания. Затем перевернуть и зарумянить другую сторону. После этого уменьшить огонь и продолжать жарить, поливая поросенка стекающим соком каждые 10 мин в течение 1 ч и попеременно переворачивая; 15–20 мин жарить спинкой вверх.

Когда поросенок будет готов, сделать вдоль его спины глубокий надрез, чтобы из поросенка вышел пар и он не отпотевал. В этом случае корочка станет сухой и хрустящей. Дать постоять 15 мин, разрезать на куски (или оставить целым), облить оставшимся после жарения соком и подавать к столу с клюквенным взваром (см. с. 92).

**ЖАРКОЕ** . . .

**2–2,5** кг упитанной говядины

(толстый край)

**1** морковь

**2** луковицы

**1** петрушка или сельдерей

**6–8** зерен черного перца

**3–4** лавровых листа

**2** ч. л. имбиря

**0,5** стакана сметаны

**1** ч. л. соли

**1–1,5** стакана кваса

Говядину обмыть, очистить от пленок, костей, срезать с нее жир, нарезать его мелкими кусочками, положить на предварительно разогретую сковороду или проти-

вень, растопить, прокалить, обжарить в нем говядину целым куском, чтобы покрылась коркой, посыпая мелко нарезанными морковью, луком, петрушкой и толчеными пряностями, затем поместить в духовку, поливать каждые 10 мин понемногу квасом, все время переворачивая. Жарить примерно 1–1,5 ч. За 5–7 мин до конца жарения собрать весь сок в чашку, добавить к нему 0,25 стакана холодной кипяченой воды, поставить в холодильник. Когда сок остынет, снять слой жира с поверхности, сок разогреть, процедить, добавить сметану. Подавать как соус к жаркому. Готовую говядину вынуть из духовки, посолить, дать ей слегка остыть (15 мин), затем нарезать поперек волокон на куски, облить горячим мясным соком и подавать.

Жаркое не подают холодным и не разогревают. Гарниром может быть жареный картофель, отварная или тушеная морковь, репа, брюква, жареные или тушеные грибы.

● **ВЗВАРЫ К ЖАРКОМУ**

Взвары имеют растительную основу – овощную или ягодную. Дополнительными компонентами в них часто бывают уксус и мед. Самые традиционные взвары – луковый, капустный, клюквенный.

***ЛУКОВЫЙ ВЗВАР*** . . . .

**5–6** луковиц

**2–3** ст. л. уксуса

**1–2** ст. л. меда

**1** ст. л. топленого масла

(или **2** ст. л. растительного)

**0,5–1** ч. л. молотого перца

Лук нашинковать, смочить уксусом, дать постоять 5–10 мин, затем слегка обжарить на масле до мягкости, подсластить медом, уварить до загустения жидкости на слабом огне, поперчить, посолить.

Подавать к жареной баранине, гусю, индейкам.



**КАПУСТНЫЙ ВЗВАР** . . .

- |                                              |                                       |
|----------------------------------------------|---------------------------------------|
| <b>1</b> пол-литровая банка квашеной капусты | <b>2</b> ст. л. уксуса                |
| <b>2</b> луковицы                            | <b>2</b> ст. л. меда                  |
| <b>50</b> г топленого масла                  | <b>1</b> ч. л. черного молотого перца |

Капусту нарезать как можно мельче, обжарить на масле в сковороде вместе с мелко нарезанным луком до мягкости, хорошо перемешать с уксусом, перекипяченным с медом (в отдельной эмалированной посуде – кружке, сотейнике), все тщательно перетереть, чуть-чуть припустить, заправить перцем, посолить.

Подавать к гусю, разварной и жареной говядине.

**КЛЮКВЕННЫЙ ВЗВАР** . . .

- |                                    |                                                                 |
|------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|
| <b>1</b> пол-литровая банка клюквы | <b>1</b> ст. л. муки (лучше ржаной или самой дешевой пшеничной) |
| <b>75-100</b> г меда               |                                                                 |

Из клюквы отжать сок. Выжимки залить 1 стаканом кипятка, уварить хорошо в сотейнике, еще раз отжать, остудить и развести в этой клюквенной воде муку. Сок уварить с медом до легкого сгущения, подлить в момент закипания клюквенную воду с мукой и вновь уварить. Подавать к жареному поросенку, индейке.

**ДИЧЬ****ПЕРНАТАЯ ДИЧЬ**

Пернатая дичь – это летная дичь наших лесов, рек, озер, болот и лугов. Блюда из нее всегда были и по сей день остаются праздничными, парадными.

Среди пернатой боровой, болотной и полевой дичи, которая до сих пор является предметом охоты и подается к столу в разных областях и районах нашей страны, насчитывается почти три десятка видов. Это преимущественно средняя и мелкая пер-

натая дичь. К крупным относятся лишь фазан, глухарь и тетерев. Тетерка же, которая иногда вдвое меньше тетерева-самца, вместе с дикой уткой, рябчиком и белой куропаткой относится к средней пернатой дичи. Остальные, начиная с серой и горной куропатки и кончая воробьями, считаются мелкой дичью. Из них: лесные (боровые) – куропатка, вальдшнеп, дупель, дикие голуби, свиристели; тундровые – подорожники и ржанки; полевые – сивки, перепелки; болотные, самые многочисленные, – кулики, гаршнепы, кроншнепы, песочники, травники, чернозобки, бекасики, поручейники, фифи; речные – зуйки<sup>1</sup>.

#### ● ВЫБОР ДИЧИ

Лучше выбирать молодую и правильно застреленную дичь, т.е. чтобы были прострелены лишь крылья и ножки, а не грудка. Такая дичь называется банкетной. У банкетной дичи мясо и вкуснее, и нежнее, и белее. Молодая дичь распознается по тонкой коже под крылышками. Молодую куропатку можно отличить по перьям: у молодой они на концах остроконечные, у старой – закругленные. Если под крылышками заметны зеленоватые или синеватые пятна или перо птицы начинает мокнуть – значит, дичь несвежая.

#### ● РАЗДЕЛКА

Приступая к разделке, надо помнить следующее:

**1.** Потроша дичь, не забывая вынуть из нее зоб, набитый зернами и почками, и стараться не раздавить желчный пузырь. Если это все же произойдет, надо быстро промыть дичь несколько раз в очень холодной воде, а если желчный пузырь лопнул до чистки и птица была заморожена, надо просто вырезать пропитанное желчью место. Вынимая внутренности из мелкой полевой дичи, надо стараться не затрагивать при этом жир, выстилающий внутреннюю полость птичек. Если жир все же по неосторожности вынут вместе с внутренностями, надо отделить его и положить обратно внутрь тушки.

---

**1** Надо иметь в виду, что зоологические, охотничьи и кулинарные наименования дичи не всегда совпадают. Так, например, большая часть болотной дичи зовется у охотников куликами, а у поваров – бекасами.

2. В русской кухне, в противоположность французской, не используют головки и внутренности дичи.

3. Дичь не опаливают, как обычную домашнюю птицу (за исключением диких уток), а лишь тщательно ощипывают перо, а мелкий пух и остатки ости удаляют, обтерев птицу мукой. Если и после этого ость вынимается плохо, птицу слегка опрыскивают водкой и поджигают. Такая процедура радикально очищает птицу и значительно улучшает ее вкус.

4. Стараясь не намочить поверхность дичи, тщательно промывают ее изнутри, вытирают холщовым полотенцем и уже после этого опускают на несколько часов (крупную на 6–7, мелкую на 2–3 ч) в специальный раствор – маринад (см. с. 100) либо просто в холодную воду с луком и чесноком, а рябчиков и куропаток – в молоко.

#### ● ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Дичь в русской кухне только жарят. Крупную пернатую дичь – глухаря, фазана, тетерева – жарят на противне или в широкой мелкой кастрюле в духовке, предварительно обжарив птицу на сковороде с маслом на плите. Мелкую пернатую дичь, а также куропаток и рябчиков жарят (пряжат) в кастрюльке на плите на очень небольшом огне. Их как бы припускают, но в масле (можно в растительном), и время от времени поливают образующимся при этом соком, а в конце приготовления – подогретой сметаной.

Куропаток и рябчиков можно жарить и в духовке.

Просто в сметане часто жарят среднюю дичь – рябчиков и куропаток. Рябчики от такого пряжения получаются очень мягкими и вкусными.

Глухарей жарят по полтора часа, тетеревов и тетерок – по часу или около часа, белых куропаток – от 30 до 45 мин, серых и горных – 25–30, рябчиков – 20–25, бекасов и перепелок – 15–20, еще более мелкую дичь – около 15 мин.

Крупную дичь надо, кроме того, обертывать листиками свиного сала или шпиговать им и после этого жарить. Остальную дичь жарят в собственном жиру и соку с добавлением масла, можно и растительного, если в нем предварительно обжарен лук.

Готовность дичи проверяют толстой иглой – она должна свободно, без усилия входить в мясо.

Часто дичь жарят на вертеле или над углями. Иногда на охоте жарят дичь прямо в перьях: обмазав в глине и выпотрошив, кладут либо в жаркие угли, золу, либо, если обмазка очень толста, просто в огонь догорающего костра; когда глина высыхает и начинает давать трещины – дичь готова; перья пристают к глине, а тушка птицы легко отделяется; внутрь в этом случае кладут лишь масло и соль.

Обычно крупную и среднюю дичь начинают кислыми яблоками, иногда предварительно обжаренными в масле, а гарнируют жареной картошкой, тушенной с грибами морковью, маринованными, мочеными яблоками и грибами и обязательно какими-нибудь лесными ягодами – брусничкой, черничкой, черемухой, морошкой или клюквой.

### ***ТЕТЕРЕВ ИЛИ ТЕТЕРКА ЖАРЕННЫЕ*** . . .

**1** тетерев или тетерка  
**50–100** г шпика  
**100** г сметаны

**2** ст. л. растительного масла  
**12–16** можжевельных ягод  
**0,25** ч. л. соли

Ощипанную и очищенную птицу замочить в маринаде (тетерева – в маринаде для крупной дичи на 1 сутки, тетерку – в маринаде для средней дичи на 8–10 ч). Затем обтереть отрубями или мукой, нашпиговать (см. выше), натереть изнутри смесью соли с толчеными можжевельными ягодами и жарить на противне, поливая вначале маслом, затем стекающим с птицы соком, а в конце – сметаной. Жарить вначале на большом, затем на умеренном огне около 1 ч, большей частью грудкой вниз, но все время переворачивая для равномерного подрумянивания.

### ***КУРОПАТКИ ЖАРЕННЫЕ*** . . .

**2** куропатки  
**75** г сливочного масла  
**2** ст. л. сметаны

**12–14** ягод можжевельника  
**0,25** ч. л. соли

Куропаток ошипать, замочить на 3–4 ч в маринаде для средней дичи, затем обтереть насухо, натереть изнутри смесью соли и толченого можжевельника, положить в невысокую кастрюлю с кипящим маслом и жарить на небольшом огне, не закрывая кастрюли, вначале больше на грудке, 25–30 мин. Периодически поливать стекающим соусом, а в конце – подогретой сметаной.

### ***РЯБЧИКИ ЖАРЕННЫЕ*** . . .

<b>2</b> рябчика	<b>2</b> ст. л. сметаны
<b>50</b> г сливочного масла	<b>0,5</b> ч. л. соли

Ошипанных и очищенных рябчиков замочить в холодной воде (или смеси молока с водой) на 2 ч, обтереть насухо мукой, посолить, положить в невысокую посуду с кипящим маслом и жарить так же, как куропаток (см. выше).

### ***РЯБЧИКИ МОЛОЧНЫЕ ЖАРЕННЫЕ*** . . .

<b>2</b> рябчика	<b>50</b> г сливочного масла
<b>1</b> л молока	<b>0,5</b> ч. л. соли

Рябчиков ошипать, замочить в холодной воде на 2–3 ч, обтереть насухо, затем положить в холодное молоко, вскипятить в нем, тотчас вынув после закипания, переложить в невысокую кастрюлю с разогретым маслом и обжаривать 20–25 мин, время от времени поливая полученным соком и подсаливая.

Этим способом жарят замороженных и долго лежавших рябчиков, особенно подвергавшихся оттаиванию.

### ***РЯБЧИКИ, ПРЯЖЕННЫЕ В СМЕТАНЕ*** . . .

<b>2</b> рябчика	<b>2</b> ст. л. растительного масла
<b>1,5</b> стакана сметаны	<b>0,25</b> ч. л. соли

Рябчиков ошипать, очистить, замочить на 1–2 ч в холодной воде, затем насухо обтереть полотенцем и мукой, натереть солью изнутри, обжарить быстро в масле на сковороде

до образования корочки, затем положить в неглубокую кастрюлю грудками вниз, залить сметаной, плотно закрыть крышкой и жарить на умеренном огне.

### ***ПЕРЕПЕЛКИ ТУШЕНЫЕ*** • • •

<b>4-6</b> перепелок	<b>1</b> луковица
<b>50-75</b> г шпика	<b>2</b> ст. л. сухого виноградного вина
<b>1</b> ст. л. сливочного масла	<b>0,5</b> стакана горячей воды
<b>2-3</b> ст. л. зелени петрушки	<b>0,25</b> ч. л. соли

Неглубокую кастрюлю смазать маслом, уложить на дно тонкие ломтики шпика, засыпать их мелко нарезанными луком и петрушкой, положить поверх предварительно слегка обжаренных перепелок, облить их вином, сбоку осторожно, не задевая тушек, подлить воду, плотно закрыть крышкой и тушить на умеренном огне.

### **КРАСНАЯ ЛЕСНАЯ ДИЧЬ**

Значительно реже, чем пернатая дичь, употреблялась в русской кухне крупная красная лесная дичь, т.е. медвежатина, оленина и лосятина, и еще реже – зайчатина. Вся эта дичь стала входить в употребление сравнительно поздно, в XVIII веке, да и то была в основном исключительной принадлежностью дворянского праздничного стола. Правда, в течение XVIII века и особенно в XIX веке сложились русские национальные приемы приготовления крупной лесной дичи, и ее начали чаще подавать к столу.

Так, медвежий окорок, как правило, после маринования запекали в ржаном тесте. Из оленины, изюбрины и лосятины, а также из более доступной зайчатки делали жаркое. Дичь выдерживали после забоя до трех недель (потрошеную, но часто в шкуре, особенно зайчатину), а затем вымачивали в квасу или в настоянном на травах уксусе от нескольких часов до недели в зависимости от величины кусков мяса и вида животного.

Для приготовления обычно использовали заднюю часть дичи. Лучшей зайчатиной считалось мясо русака, беляк стоял на втором месте. Оленину из-за специфического запаха подвергали более тщательной предварительной обработке, длительному маринованию. И наоборот, мясо изюбра, имеющее особый приятный запах и вкус, никогда не приправляли пряностями и жарили на собственном жиру, без использования сала.

Процесс жарения в основном был аналогичен жарению крупной пернатой дичи с применением шпигования салом, которое проделывалось следующим образом: сало нарезали на узенькие брусочки, обваливали их в смеси толченого перца, гвоздики, майорана и можжевельных ягод, взятых поровну; делали в мясе глубокие надрезы – проколы и всовывали в них брусочки сала. Жарили дичь обычно в печи на противне в течение 2–3 ч. Иногда применяли комбинированную обработку: обжаривали на вертеле, а затем на противне. Так готовили чаще всего лишь филейную часть. В качестве специфических русских пряностей к красной лесной дичи шли ягоды можжевельника и молодые сосновые шишечки, собранные ранней весной, тотчас после образования завязи, высушенные и смолотые в порошок. Кроме того, использовали обычную для русской кухни пряную зелень петрушки, сельдерея, лука, а из пряностей – прежде всего гвоздику и розмарин, лавровый лист.

Гарнирами к лесной дичи, так же как и к пернатой, служили моченые и соленые фрукты и лесные ягоды, жаренные в масле кислые (антоновские) яблоки, лимоны, а позднее – тушеный в выделившемся из дичи соке картофель. Вместо красного вина, принятого в западноевропейских кухнях, к дичи в России принято было подавать брусничный или клюквенный крепкий квас.

Конечно, приготовление дичи отнимает много времени. Однако процесс этот вносит в наш быт ту атмосферу необычности, праздничности, в которой всегда нуждается человек.

**ОЛЕНИНА – ЖАРКОЕ** . . .

<b>1,5–2</b> кг оленины (одним куском, задняя часть)	<b>0,5</b> ч. л. молотой гвоздики
<b>100</b> г шпика	<b>2–3</b> ч. л. молотых можжевельных ягод
<b>1</b> ч. л. душистого (ямайского) перца	<b>2</b> ч. л. соли

Мясо вымыть, очистить от пленок, слегка отбить, натереть смесью молотых пряностей и соли, положить на 1–2 дня в маринад для крупной дичи (см. ниже), затем на один день в квас, держа все время в холодном месте и переворачивая ежедневно. Нашпиговать (см. выше), обложить сверху тонкими, но широкими пластами шпика, обвязав их ниткой, и жарить на противне в духовке около 2 ч, поливая стекающим соком каждые 10 мин. Вначале огонь должен быть очень большим, чтобы мясо быстро покрылось корочкой, затем жар надо все время постепенно уменьшать.

**ИЗЮБРИНА – ЖАРКОЕ** . . .

<b>1–2</b> кг изюбрины (одним куском)	<b>2–3</b> ст. л. сливочного масла
<b>1,5–2</b> л кваса	

Мясо вымыть, очистить от верхних пленок и заветренных мест, залить на 2–3 дня квасом, переворачивая дважды в сутки, затем вынуть, обтереть насухо, обжарить в масле на сильном огне, в сковороде, затем поместить в духовку на умеренный огонь, поливать стекающим соком, жарить 1,5–2 ч.

**ЗАЙЧАТИНА – ЖАРКОЕ** . . .

<b>1</b> заяц	<b>3</b> ст. л. воды
<b>50</b> г шпика	<b>2–3</b> ч. л. соли
<b>50</b> г сливочного масла	<b>2</b> ч. л. молотых можжевельных ягод
<b>100</b> г сметаны	



Зайца вымыть, очистить от пленок, не задевая мяса, раз- рубить поперек, вымочить в течение 1–1,5 суток в квасу или в маринаде для крупной дичи (см. ниже), затем натереть смесью соли с толчеными можжевельновыми ягодами, на- шпиговать (см. с. 98), обмазать маслом, положить на проти- вень, политый водой, и поставить в предварительно хорошо нагретую духовку с сильным огнем на 10–15 мин, чтобы заяц покрылся румяной корочкой. Затем уменьшить огонь и через каждые 10 мин в течение 1–1,5 ч поливать стекаю- щим соком, а в конце – сметаной.

## МАРИНАДЫ ДЛЯ ДИЧИ

### ***МАРИНАД ДЛЯ ВЫМАЧИВАНИЯ КРУПНОЙ ДИЧИ . . .***

<b>1</b> стакан 3%-ного уксуса	<b>12</b> зерен душистого (ямайского) перца
<b>2</b> стакана воды	<b>6</b> лавровых листьев
<b>2</b> ст. л. соли	<b>6</b> бутонов гвоздики
<b>1</b> корень петрушки	<b>3</b> капсулки кардамона
<b>1</b> морковь	<b>0,5</b> головки чеснока
<b>1</b> сельдерей (корень)	
<b>1</b> луковича	

Коренья и лук мелко нарезать, смешать с пряностями (кроме чеснока), залить уксусом и водой и вскипятить. В горячий маринад засыпать мелко нарезанный чеснок. Горячим маринадом заливать старое мясо, остуженным – молодое.

### ***МАРИНАД ДЛЯ ВЫМАЧИВАНИЯ СРЕДНЕЙ ДИЧИ . . .***

<b>2</b> стакана кипятка	<b>1</b> горсть веточек майорана (без зелени)
<b>0,5</b> ч. л. лимонной кислоты	<b>6</b> зерен душистого (ямайского) перца
<b>2</b> ч. л. соли	<b>1</b> луковича
<b>1</b> ст. л. сухой мяты	<b>0,5</b> головки чеснока
<b>1</b> ст. л. можжевельновых ягод	
<b>5–6</b> бутонов гвоздики	

Пряности поместить в марлевый мешочек, лук мелко нарезать и вскипятить, затем, пока маринад не остыл, положить мелко нарезанный чеснок, лимонную кислоту, закрыть, дать настояться, затем остудить на холоде. В холодный маринад класть дичь.

### *ЯГОДНАЯ ПРИПРАВА К ДИЧИ* . . .

<b>0,5</b> стакана сушеной брусники	<b>0,5-1</b> ч. л. лимонной кислоты
<b>0,5</b> стакана сушеной черники	<b>4-5</b> кусков сахара-рафинада или
<b>1,5</b> стакана кипятка	<b>5</b> ст. л. сахарного песка

Сушеную ягоду залить крутым кипятком, закрыть, подождать, пока разбухнет и остынет, затем добавить лимонную кислоту и сахар, размять, размешать. Добавить, если потребуется, еще кипяченой воды и дать этой смеси постоять 2-3 дня при комнатной температуре, чтобы она слегка закисла.

## РЫБНЫЕ БЛЮДА

---

В русской кухне можно выделить шесть разновидностей вторых рыбных блюд:

**отварная рыба** (в старину ее называли разварной), отвариваемая (а точнее припускаемая) в воде целиком или крупными кусками;

**паровая рыба** (по-старинному подпарная), отвариваемая на пару, как правило, целиком;

**пельменная рыба**, приготавливаемая в филированном (бескостном) виде и защищенная при этом какой-нибудь оболочкой – мучной, яичной, тканевой;

**жареная рыба**, приготавливаемая, как правило, целиком (рыба небольших размеров) с использованием мучной панировки и сметаны;

**запеченная рыба**;

**томленая рыба**, приготавливаемая путем длительного томления в духовке в сметанной среде.

РЫБА ОТВАРНАЯ И ПАРОВАЯ***РЫБА ОТВАРНАЯ*** . . . .**1** кг рыбы**0,5** луковицы**0,5** корня петрушки**6** горошин черного перца**2-3** стакана огуречного рассола**3-4** тычинки шафрана

Для приготовления блюд из отварной рыбы лучше всего использовать крупную малокожистую рыбу – осетрину, щуку, треску, сома и т.п., – которую нарезают крупными кусками, очищая только от чешуи и плавников и при этом обязательно сохраняя кожу и хребтовую кость.

Для отваривания берут небольшие низкие эмалированные кастрюли или сотейники, укладывают в них куски рыбы тесно в один ряд и заливают так, чтобы жидкость не вполне покрывала рыбу. Отваривать лучше всего в огуречном рассоле или в воде с добавлением рассола и пряностей. Продолжительность варки зависит от сорта рыбы и величины кусков. Красную рыбу варят 20–25 мин, речную и озерную рыбу из рек Сибири 25–30 мин, рыбу из рек европейской части страны 12–15 мин, морскую рыбу 8–12 мин. Без крышки и на сильном огне варят мелкие куски рыбы либо морскую рыбу, остальные виды рыбы варят под крышкой и на умеренном огне, при первых признаках отставания хребтовой кости от мяса варку прекращают.

В рассольно-водной смеси с пряностями можно отваривать последовательно несколько порций рыбы. На гарнир к отварной рыбе можно подать отварной картофель с укропом и луком, хрен, маслины, отварные грибы в сметане.

РЫБА ПАРОВАЯ

Для приготовления паровой рыбы имеется специальная посуда – рыбный котел с решеткой, отделяющей примерно четверть его объема. Уровень воды в таком котле должен быть ниже решетки, а на решетку кладут рыбу – крупными кусками, а иногда и целиком. Котел плотно закрывают крышкой и держат

рыбу на сильном огне примерно 25–30 мин с момента закипания. В воду кладут лук и лавровый лист. Готовую рыбу посыпают черным или белым перцем и укропом. Гарниры для паровой рыбы те же, что для отварной (см. выше).

## ТЕЛЬНОЕ

По виду используемого филе – целое или измельченное – различают тельное целиковое и тельное тяпанное. Для обоих видов тельного идет речная и морская рыба, причем для тельного целикового следует брать не особенно крупную рыбу – лучше длиной до 30–35 см, для тельного тяпанного можно использовать любую рыбу, а также готовое рыбное филе. Приготовление состоит из двух операций – подготовки тельного и отваривания его в кипятке с пряностями.

### *ТЕЛЬНОЕ ЦЕЛИКОВОЕ* . . .

<b>750</b> г рыбы	<b>7–8</b> горошин черного перца
<b>2</b> ст. л. пшеничной муки	<b>0,25</b> ч. л. семян аниса
<b>0,5</b> луковицы	или фенхеля
<b>0,5</b> корня петрушки	<b>2</b> ч. л. соли с верхом
<b>2–3</b> лавровых листа	<b>1,25</b> л воды

1. Рыбу очистить от чешуи и плавников, распластовать вдоль хребта на две половинки, не снимая кожу, освободить каждую половинку от костей и туго свернуть в виде рулета, перевязать ниткой, чтобы не разворачивалась. Свернутые половинки рыбы хорошо обвалить в муке и уложить плотно в марлевую или бязевую салфетку или в специальный мешочек, туго перевязав его суровой ниткой или шпагатом.
2. Подготовить подсоленный кипяток с луком и пряностями и опустить в него тельное в салфетке на 15 мин.
3. Дать тельному остыть в салфетке в течение 5 мин, затем вынуть и подавать в теплом виде с теми же гарнирами, что и отварную рыбу (см. с. 102). Можно подать тельное и в холодном виде с хреном, для чего поставить его предварительно на холод и дать застыть.

**ТЕЛЬНОЕ ТЯПАННОЕ . . .**

<b>500</b> г рыбного филе	<b>2</b> ст. л. пшеничной или ржаной муки
<b>1</b> яйцо	<b>1</b> ст. л. зелени петрушки
<b>2</b> луковицы	<b>0,5</b> ч. л. соли для тельного
<b>1</b> ст. л. укропа	<b>2</b> ч. л. соли для отвара
<b>0,5</b> ч. л. черного молотого перца	<b>1</b> л воды

Филе нарубить кусочками размером не более 0,5х1 см, размять деревянной ложкой, перемешать с мелко нарезанным луком и пряностями, затем добавить взбитое яйцо, 1 ст. ложку муки, все перемешать в однородную массу, сформовать ее в виде толстой колбасы, обвалить в оставшейся муке и туго обернуть салфеткой (марлевой, бязевой, льняной), перевязав суровой ниткой или шпагатом. Отварить так же, как тельное целиковое (см. с. 103).

**ТЕЛЬНОЕ ЖАРЕНОЕ . . .**

Тельное можно не только отваривать, но и жарить. Для этого из массы тельного (см. рецепт выше) надо сформовать небольшие тефтели, обвалить их в муке (лучше всего в рисовой) и обжарить в кастрюльке или в глубокой сковородке на растительном масле. Подавать с лимоном и жареным картофелем.

**РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ И ЖАРЕНАЯ****ЩУКА В СМЕТАНЕ . . .**

Рыба со специфическим запахом (например, щука, некоторые виды морской рыбы) требует особых методов обработки и приготовления.

<b>1-1,5</b> кг щуки	<b>1-2</b> ч. л. черного молотого перца
<b>1-2</b> ст. л. подсолнечного масла	<b>1</b> лимон (сок и цедра)
<b>300-450</b> г сметаны	<b>1</b> щепотка мускатного ореха

Щуку очистить, натереть перцем снаружи и внутри, облить маслом и целиком положить в глубокую сковороду на керамическую подставку (можно блюдец) и открытой поставить в духовку на 7–10 мин, чтобы рыба зарумянилась. Затем переложить в более тесную посуду, залить сметаной, наполовину покрыв ею щуку, закрыть крышкой и поставить в духовку на слабый огонь на 45–60 мин. Готовую рыбу выложить на блюдо, облить лимонным соком, а образовавшуюся подливку прогреть на плите до загустения, посолить, сдобрить тертым мускатным орехом и цедрой и подать отдельно к рыбе в соуснике или облить ею рыбу.

### ***ОКУНИ ИЛИ КАРАСИ, ЖАРЕННЫЕ В СМЕТАНЕ*** • • •

<b>1</b> кг рыбы	<b>50</b> г сливочного или оливкового
<b>2–3</b> луковицы	масла
<b>1,5</b> стакана сметаны	<b>2</b> ст. л. муки

Рыбу очистить, посолить, запанировать в муке, положить на разогретую сковороду с маслом и луком, обжарить с обеих сторон слегка, до появления колера, переложить в эмалированную сковороду, обмазать сметаной, поставить в духовку и, когда зарумянится, облить новой порцией сметаны и вновь поставить в духовку, где ее следует жарить, неплотно прикрыв крышкой, примерно 25–30 мин. Подать на стол в сковороде.

## **ГРИБНЫЕ БЛЮДА**

---

В русской кухне используются сушеные, соленые, жареные, тушеные и отварные грибы. Особенно распространено употребление соленых и жареных грибов. При этом каждый вид грибов солят отдельно: рыжики, волнушки, грузди, белые, маслята и т.д. Для жарения, наоборот, стараются соединить разные виды грибов, обычно добавляя к небольшому количеству благородных грибов (белых, подосиновиков) сыроежки, маслята, моховики, лисички, опята и другие, обладающие разным вкусом и свойствами (сухостью, мягкостью и т.д.). Поэтому чем разнообразнее набор жареных грибов, тем они вкуснее.

Соленые грибы употребляют чаще всего в качестве закусок, добавок в щи, окрошки, солянки и как гарниры ко всем рыбным и к большинству мясных блюд. Жареные грибы, как правило, составляют отдельное блюдо или идут на начинки в пироги и гарниры ко всем мясным блюдам. Что касается сушеных грибов, то они применяются в основном в супах, реже в кашах и отчасти в начинках, когда отсутствуют свежие грибы. Тушеные грибы готовят обычно в сочетании с мясом, рыбой, овощами и иногда как самостоятельное блюдо. Отварные грибы в русской кухне употребляют реже всего, в отличие от французской и белорусской.

Отдельных чисто грибных блюд в русской кухне сравнительно мало. В основном это различные закуски из соленых грибов, где последние составляют от 70 до 90% массы, жареные в разных видах грибы (тяпаные, целики), тушеные грибы с капустой и картофелем и грибы в тесте.

### **ГРИБНАЯ ЗАКУСКА . . .**

<b>500 г</b> соленых грибов	<b>0,5</b> головки чеснока
<b>2</b> луковицы	<b>0,5</b> ч. л. черного перца
<b>0,5</b> стакана мелко нарезанного зеленого лука	<b>1-2</b> ст. л. подсолнечного масла

Соленые грибы крупно порезать (мелкие оставить целыми), лук нарезать мелко, чеснок измельчить или растолочь, все перемешать, добавить перец, масло, размешать.

### **ГРИБЫ ТУШЕНЫЕ . . .**

<b>500 г</b> очищенных белых грибов и подосиновиков	<b>1</b> луковица
<b>2</b> ст. л. муки	<b>1</b> ст. л. укропа
<b>50 г</b> сливочного масла	<b>1</b> ст. л. петрушки
<b>1</b> стакан сметаны	<b>6</b> горошин черного перца

Грибы очистить, вымыть, крупно порезать (мелкие шляпки оставить целыми), еще раз промыть, обвалить в муке, сложить в ситейник, закрыть, поставить на сильный огонь.