

СОДЕРЖАНИЕ

От автора 7

ПЕРЕД НАЧАЛОМ

Инвентарь 9

Подготовка гриля 10

Подготовка мяса 12

Не мойте мясо! 12

Готовность мяса 12

ГЛАВА 1. МЯСО

Кострец 20

Ти-бон 24

Томагавк в маринаде 27

Пиканья 34

Отруб стриплоин 37

Бургер со стейком 38

Бок барашка в маринаде 41

Говяжьи ребра в маринаде 44

Говяжий язык в соусе
барбекю 47

Голяшка «по-милански» 46

Свинные ребра
в барбекю-маринаде 51

Жаркое бигус 52

Пряная свинина
с шариковой кашей 55



ГЛАВА 2. ПТИЦА

Подкопченные корнишоны в маринаде.....	59
Фаршированная утка.....	60
Курица, фаршированная перловкой.....	63
Куриные лапки к пиву.....	64
Гречневая лапша с сердечками.....	67
Куриная печень с карамелизованным луком.....	68

ГЛАВА 3. РЫБА

Рулет из лосося с беконом.....	75
Рыба по-японски.....	76
Караси в сметане.....	81

ГЛАВА 4. СУПЫ

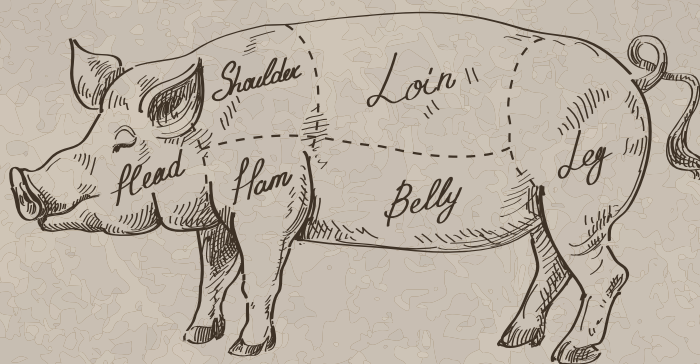
Холодный деревенский суп.....	84
Суп с клецками.....	87
Уха по-правдински.....	88
Суп из говяжьих хвостов.....	93

ГЛАВА 5. САЛАТЫ И ЗАКУСКИ

Салат из свеклы с сыром и апельсинами.....	96
Салат из печеных помидоров.....	99
Салат с корнишонами.....	100
Закуска из огурцов.....	103
Печеный картофель с зеленым маслом.....	106
Гороховая каша с беконом.....	109
Луковые кольца в беконе.....	110
Типа тако.....	113

ГЛАВА 6. СОУСЫ И МАРИНАДЫ

Корейский остро-сладкий соус.....	116
Соус «Штрихен-брихен».....	117
Сливочно-чесночный соус.....	120
Импровизированный соус из ягод.....	121
Особые благодарности.....	125





#ВЫИБОН
Александр Бон



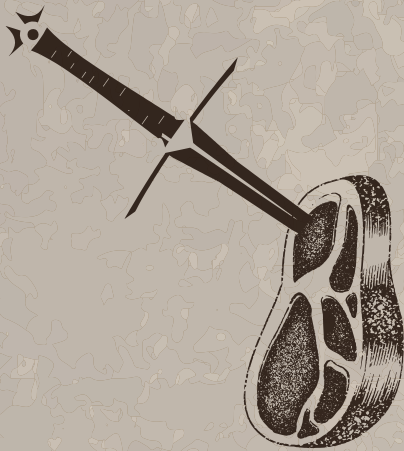
ОТ АВТОРА

После того как вышла первая книга и я в одном интернет-магазине увидел плашку «бестселлер» — это произошло буквально через месяц после выхода — стали появляться вопросы: а когда же вторая книга? Если честно, тогда я об этом даже не думал. Я первую-то выпускал, чтобы донести до людей, что готовить стейк — это просто, не так уж дорого и, самое главное, быстро.

Но люди стали писать еще: «Где свинина? Где свинина и другое мясо?». Я этого сначала не понимал, ведь я отказался от свинины, то есть перестал делать шашлык. Но в одно прекрасное время осознал, что скучаю по свинье. Поэтому рецепты из этого мяса будут. Да и из других тоже: и птица, и рыба.

Нас с вами ждет еще больше мяса.





ПЕРЕД НАЧАЛОМ

Инструктаж в этот раз будет коротким: я напомню о кухонных принадлежностях, которые понадобятся в работе, еще паре моментов — и начнем.

ИНВЕНТАРЬ

Из инструментов я использую практически весь мой поварской набор. Из новинок рекомендую иметь **щуп**, чтобы мерить температуру внутри мяса. Это касается утки, свинины — чего угодно. Ну, разве что ребер не касается. Нам в этом будет помогать пергаментная бумага и, так сказать, время.

Дальше — **ножи**. Тесак поможет рубить корнишоны, утку и ребра для подачи. Мясным топором лучше рубить целого быка, но им также можно нарезать стейки, если хочется грубовато. Обычные поварские ножи, мои все японские. Вот, например, со светлой ручкой — это нож шефа, им можно делать что угодно, хоть мясо нарезать, хоть овощи.

Еще есть **силиконовая кисточка** — ею удобно смазывать мясо маслом или соусом, маринадом или собственным соком при запекании. Ну, и **щипцы**, длинные и короткие, чтобы не обжигать себе руки — для гриля очень актуально. Щипцы лучше выбирать профессиональные: экземпляры, купленные в обычном магазине, на заправке и где попало, для гриля не подойдут.

Кроме этого, для рецептов будут нужны **фольга** и **пергаментная бумага**, конечно же, **бумажные полотенца** для подготовки мяса, одноразовые **алюминиевые формы** для запекания (пригодятся для гриля) и всякие **противни** и **сковородки**, потому что мы готовим не только на «живом» огне, но и дома, в духовке и на плите.

ПОДГОТОВКА ГРИЛЯ

Как подготавливать гриль к работе, вы можете подробно прочитать в моей первой книге «Мясо, вы и Бон», здесь я просто кратко напомним.

Разжечь гриль можно по классике, с помощью жидкого розжига, но я рекомендую использовать стартер — это простой и быстрый способ. Стартер — это специальный железный стакан, в который закладываются угли или угольные брикеты.

Наполните стартер (чем меньше мяса собираетесь готовить, тем меньше его наполняйте, иначе чрезмерный жар все сожжет) — я рекомендую брикеты, они экономные и хорошо отдают тепло. На нижнюю решетку гриля положите бумагу и сухие ветки, подожгите. Прямо над ними на верхнюю решетку поставьте стартер. Минут через 15 брикеты должны подернуться пеплом — это значит, что их можно вываливать на нижнюю решетку гриля.

Сдвиньте брикеты (или угли) ближе к одному краю решетки, а второй край оставьте пустым. Так вы сделаете области прямого и непрямого жара. В первой — запечатываете и обжариваете стейки, во второй — доводите до нужной температуры.





ПОДГОТОВКА МЯСА

Лучше всего для подготовки стейка использовать не просто растительное масло, а именно оливковое. Как показала практика, обычное растительное масло искажает вкус мяса и дает копоть, поэтому берите оливковое, не обязательно самое дорогое. Если не пожалеете один из стейков, попробуйте провести эксперимент: смажьте один кусок оливковым маслом, а другой — обычным и приготовьте. Гарантирую, вы почувствуете разницу вкуса.

НЕ МОЙТЕ МЯСО!

Здесь я хочу донести очень короткую мысль, которая, собственно, вынесена в заголовок.

После того как вышла книга «Мясо, вы и Бон», люди начали слать мне приготовленные по рецепту стейки, и было такое впечатление, что некоторые из них книгу не читали, а видели только картинки. Либо купали просто книгу с моим автографом. И очень часто они мыли мясо, а в книге написано: мясо ни в коем случае не мыть, будь то говядина, будь то свинина, будь то баранина, будь то птица.

Ничего этого мыть не надо. Объясню почему. Когда мы моем, например, курицу, чего мы в ней боимся? Сальмонеллы. Но начните мыть — и сальмонелла разлетится по всей кухне. А во время готовки она просто убивается, потому что вся эта грязь не выдержит температуру выше 100 градусов. Мы будем много видов мяса жарить на гриле с крышкой, и соответственно, там температура будет еще выше.

ГОТОВНОСТЬ МЯСА

В этой книге мы будем готовить не только (и не столько) стейки, но и много другого мяса. В отличие от мраморной говядины, которая может иметь разные степени прожарки, у свинины и птицы свои принципы готовности. Птицу, например, нужно прожаривать строго до конца, как и свинину, чтобы не беспокоиться о своем здоровье.

Как определить готовность? Проще всего, опять же, термометром-щупом, о котором я говорил выше. Втыкайте его в самую толстую часть куска, дойдя до середины, и посмотрите, сколько показывает. Если мясо с костью, то измеряйте подальше от кости — она прогревается быстрее мякоти.





Есть много разных щупов. Расскажу про умный беспроводной щуп, совместимый с Bluetooth и Wi-Fi — когда мы готовили первую книгу, я о таком еще не знал.

Принцип его работы простой: у каждого щупа есть свое приложение. Щуп термостойкий, то есть его можно воткнуть в мясо в начале приготовления и вместе с ним убрать мясо в духовку, положить в гриль и закрыть крышкой. Подключаемся через приложение по Bluetooth к щупу и контролируем весь процесс приготовления.

Для каждого вида мяса (птица, свинина, говядина, баранина) есть своя шкала и степени готовности, также там прописаны температуры.

Это отличный помощник для любителей разных прожарок. В Москве такой щуп стоит неприличных денег, но его можно заказать из Китая — обойдется намного дешевле, а работает прекрасно.

Какой бы щуп ни оказался у вас под рукой, ориентируйтесь при готовке на эти температуры.

ГОВЯДИНА		СВИНИНА		ПТИЦА
Blue	≤ 40 °C	Ребра	82–93 °C	74 °C
Rare	42–46 °C			
Medium Rare	50 °C			
Medium	52–57 °C	Большие отрубы	63–77 °C	
Medium Well	60–65 °C			
Well Done	> 65 °C (не рекомендую)			









ГЛАВА 1. МЯСО

КОСТРЕЦ /// ГРИЛЬ

Кострец — это альтернативный стейк, кусок из верхней тазобедренной части бычка. Это один из самых сочных стейков, готовить его очень легко, а самое приятное — он недорогой, как и вся «альтернатива».

В этой книге у нас будет много маринадов, но кострец я предлагаю вообще ничем не мариновать. Мы просто по классике смажем его оливковым маслом, посыплем солью и травами и дадим согреться, а потом будем жарить.

В этот раз я решил раздвинуть границы не только в выборе мяса, но и в выборе прожарки: будем делать стейк «медиум велл». Но предупреждаю: это «убийство» стейка :)

■ ИНГРЕДИЕНТЫ

- кострец (у меня весом 1,2 кг)
- оливковое масло
- соль и приправы для стейков (покупные или замешанные самостоятельно)

■ **ПОДГОТОВКА.** Стейк обсушить со всех сторон бумажными полотенцами и смазать оливковым маслом. Сильно жадничать не надо — кашу маслом не испортишь!

Посолить стейк и посыпать его приправами со всех сторон. Соля любые стейки, держите руку выше, чтобы прямо водопад был — так соль распределится равномернее и не будет пресных проплешин. Оставить кострец на столе, пока он не примет комнатную температуру.

Заметка. Сегодня продается много разных готовых смесей: для стейка, для ребер, для мяса и так далее — но я делаю их сам. Смешиваю соль разных видов: сванскую, морскую, копченую, розовую, черную — всякую. Туда же добавляю перец, еще можно насыпать сухих трав, например тимьяна. Вы тоже можете придумывать свои смеси, сделать эдакого «идеального жениха».

■ **ПРОЦЕСС.** Когда кострец достиг комнатной температуры, перенести его на гриль. Теперь его, как любой стейк, надо запечатать. Запечатка, напомню, это покрытие мяса корочкой при высокой температуре с обеих сторон, чтобы не вытекал сок. Я рекомендую жарить кострец по 2 минуты с каждой стороны.

Продолжение...



