



**Вильям Васильевич Похлёбкин (1923–2000)** – крупнейший знаток русской и советской кулинарии, советский и российский историк-скандинавист, геральдист, географ, журналист, действительный член Всесоюзного географического общества, кандидат исторических наук, специалист по истории международных отношений.



В НОВУЮ СЕРИЮ ВОЙДУТ:



**МОЯ КУХНЯ. МОЕ МЕНЮ**

.....

**ПРЯНОСТИ. СПЕЦИИ. ПРИПРАВЫ**

.....

**ТАЙНЫ ХОРОШЕЙ КУХНИ.  
ЗАНИМАТЕЛЬНАЯ КУЛИНАРИЯ**

.....

**ИСТОРИЯ ВОДКИ**

.....

**НАЦИОНАЛЬНЫЕ КУХНИ  
НАРОДОВ СССР**

.....  
Вильям Похлебкин  
.....

# ТАЙНЫ ХОРОШЕЙ КУХНИ

.....

## ЗАНИМАТЕЛЬНАЯ КУЛИНАРИЯ



хлеб\*соль®

Москва 2023

УДК 641.55  
ББК 36.997  
П64

**Похлебкин, Вильям.**

П64 Тайны хорошей кухни. Занимательная кулинария / Вильям Похлебкин. – Москва : Эксмо, 2023. – 368 с. – (Вильям Похлебкин. Юбилейное издание).

ISBN 978-5-04-178984-8

Две книги Вильяма Васильевича Похлебкина, соединенные в данном издании – «Тайны хорошей кухни» и «Занимательная кулинария», – посвящены общим, но очень важным вопросам поварского ремесла. В первой даются азы кулинарных процессов и приемов: варка и варено, запекание, жарение и тушение. В ней рассматриваются секреты теста, сладостей и кондитерского искусства, фокусы с молоком и приготовлением редких кисломолочных изделий. Во второй книге автор расшифровывает понятие подготовки кухни и продуктов. А также рассматривает основы приготовления хлеба, закусок и салатов, солений, мяса и рыбы, овощей и фруктов, блюд из яиц, киселей, напитков.

**УДК 641.55**  
**ББК 36.997**

ISBN 978-5-04-178984-8

© В.Похлебкин, прижизненные издания, 1999  
© Наследники, 2022  
© ООО «Издательство «Эксмо», 2023

# ТАЙНЫ ХОРОШЕЙ КУХНИ

## Введение

О чем эта книга и зачем она?

Глава 1. СЕРЬЕЗНАЯ, ОБЪЯСНЯЮЩАЯ: КОМУ ОТКРЫТА ДВЕРЬ  
К ПОВАРСКОМУ РЕМЕСЛУ И ПОЧЕМУ ЭТО РЕМЕСЛО –  
СЛОЖНОЕ, ТРУДНОЕ ИСКУССТВО

Глава 2. АЗЫ, НО ДАЛЕКО ЕЩЕ НЕ АЗУ

Глава 3. ТЕСТО И ЕГО ИСПОЛЬЗОВАНИЕ  
В РАЗНЫХ БЛЮДАХ

Глава 4. ШАГ НОМЕР ДВА. ЭТО ПРИМИТИВНОЕ  
И НЕРАЗГАДАННОЕ ЗАПЕКАНИЕ

Глава 5. ВАРКА И ВАРЕВО

Глава 6. ЖАРЕНОЕ И ТУШЕНОЕ: КОГДА, КАК И ПОЧЕМУ?

Глава 7. КОМБИНИРОВАНИЕ ОСНОВНЫХ КУЛИНАРНЫХ  
ПРОЦЕССОВ И КОМБИНИРОВАННЫЕ КУЛИНАРНЫЕ ПРИЕМЫ

Глава 8. ЧУТЬ-ЧУТЬ О СЛАДОСТЯХ  
И КОНДИТЕРСКОМ ИСКУССТВЕ

Глава 9. ФОКУСЫ С МОЛОКОМ  
(НЕКОТОРЫЕ ПОЛЕЗНЫЕ СВЕДЕНИЯ  
О ПРИГОТОВЛЕНИИ РЕДКИХ КИСЛОМОЛОЧНЫХ ИЗДЕЛИЙ  
В ДОМАШНИХ УСЛОВИЯХ)

# О ЧЕМ ЭТА КНИГА И ЗАЧЕМ ОНА?

- ЧТО ТАКОЕ ЕДА?  
– СТРАННЫЙ ВОПРОС! ЭТО ЖЕ ВСЕМ ИЗВЕСТНО!  
– А ВСЕ-ТАКИ?  
– НУ, ТО, ЧТО МЫ ЕДИМ. ПИЩА, СЛОВОМ.  
– А ЕСЛИ ПОШИРЕ? ХОТЯ БЫ С ТОЧКИ ЗРЕНИЯ ЕЕ МЕСТА  
В НАШЕЙ ИЛИ ОБЩЕЧЕЛОВЕЧЕСКОЙ ЖИЗНИ?  
???
- ВОТ ВИДИТЕ. ЭТО СЛОЖНЫЙ ВОПРОС. ВО ВСЯКОМ СЛУЧАЕ,  
НЕ ТАКОЙ УЖ ПРОСТОЙ. И ИМ, ПРАВО, НЕ СТОИТ  
ПРЕНЕБРЕГАТЬ, НЕ СТОИТ ОТМАХИВАТЬСЯ ОТ НЕГО.



**Е**да. Это короткое слово мы произносим сравнительно редко. И еще реже пишем его или видим написанным. Уж больно оно приземленное. А кое-кому кажется даже грубоватым. Но думаем мы о еде все же часто, точнее, всю жизнь, хотя и не каждую минуту, а лишь тогда, когда проголодаемся. Однако свойство человеческой природы таково, что мы больше подчиняемся своему мозгу, чем желудку. Умеем даже не слушаться его приказаний. Вот почему мы порой стесняемся говорить о еде и думать о ней больше, чем она того заслуживает. «Не делайте из еды культа!» – этот лозунг, иронически звучащий в устах Остапа Бендера, большинством людей воспринимается вполне серьезно.

Долгое время у нас существовало довольно распространенное убеждение, что говорить (писать, думать, вспоминать) о еде – чистое мещанство. При этом забывалось, что мещан-

ство заключается в том, как, по какому поводу и что говорить, а не в самом понятии «еда». Ведь нельзя забывать, что есть – значит жить, значит работать, значит строить, творить, мыслить.

Еда, если смотреть на нее серьезно, исторически, – одно из главнейших условий существования человека, может быть, самое главное. Еда входит в число условий материальной жизни общества вместе с жильем, одеждой, географической средой. Важно и то, что еда – результат значительной части труда, которую затрачивает общество.

И поэтому обществу должно быть вовсе не безразлично, каков будет результат, каково его качество, куда, иными словами, пойдет труд общества. Тем более что еда – это такой вид труда, который непосредственно идет на воспроизведение нового труда.

Если труд, скажем, вложенный в производство мебели, так и остается в этой мебели, то труд, вложенный в производство продуктов и в приготовление из этих продуктов еды, немедленно возрождается, воспроизводится в новом, подчас еще более мощном, лучшем труде работника.

Так что еда не только наше узколичное дело, но и общественное. Именно исходя из этого положения, в обществе такое большое внимание уделяется здоровому и рациональному питанию. Но с другой стороны, именно поэтому и каждый сознательный член общества должен разбираться в вопросах, связанных с едой.

Конечно, нельзя и переоценивать значение еды, как это делали некоторые мыслители, даже философы-материалисты, боровшиеся с реакционной идеалистической философией. Голландский философ Молешотт, например, считал, что «человек есть то, что он ест». Это, конечно, крайность, преувеличение. Но в известной степени это положение справедливо, надо только верно его понимать и истолковывать: в том смысле, что питаться следует разумно, правильно, а не в том, что тот, кто питается скудно, глуп, а тот, кто питается роскошно, умен. А ведь именно так неверно вульгаризировали, искажали взгляды Молешотта его противники-идеалисты, хотя практика и опровергала их толкование.

«Животное насыщается, человек ест, умный человек умеет питаться», – говорил другой известный ученый-физиолог Брилья-Саварен. И это верно. «Уметь есть», «уметь питаться», как ни странно, умеют немногие. А между тем это необходимо каждому. «Уметь есть» вовсе не значит владеть столовыми приборами или не есть руками. «Уметь есть» – это значит питаться правильно, необязательно изысканно и обильно (это тоже неправильно), но умеренно, сытно и в определенное время.

Раз еда – это, образно говоря, топливо, на котором работает наш организм, то разбираться в этом «топливе», знать о нем не обывательски, а грамотно, современно, научно – важно для каждого из нас, а особенно для молодого человека.

Но почему же именно для молодого?

Да просто потому, что к концу жизни будет поздно об этом заботиться. Хотя обычно чаще всего так и получается: когда человеку уже нельзя есть и то, и другое, и третье, когда выясняется, что чуть ли не половина пищевых продуктов ему вредна, он вдруг начинает усиленно интересоваться вопросами питания. Но это уже имеет тогда для него чисто академический, а отнюдь не практический интерес. Ему приходится больше рассуждать о еде, чем ею пользоваться.

Рассуждать – это одно. Понимать в еде по-настоящему – это другое. Уметь же приготовить ее, да еще по всем правилам, – это третье. Обычно это «третье» так и оказывается, к сожалению, «тайной за семью печатями» для многих, кто не прочь был бы отведать вкусных блюд. Более того, неумение готовить, или превращать сырые продукты во вкусную и полезную пищу, создает массу разных бытовых, житейских проблем, которые именно потому, что они на первых порах кажутся нам мелкими, незначительными, не стоящими внимания, постепенно или иногда внезапно превращаются в крупные, подчас неразрешимые проблемы, ломающие наш быт, «взрывающие» семейные отношения, мешающие нормальной работе, отдыху, учебе. Более половины разводов приходится на семьи, где жена не могла наладить домашнее приготовление пищи. Почти 65 процентов опрошенных молодых мужей, перечисляя достоинства идеальной жены, назвали в числе первых умение хорошо готовить пищу. Эти факты говорят сами за себя.

Но нужно ли готовить каждому, когда есть общественное питание?

Нужно. Да еще как!

Конечно, сеть общепита у нас до 1985 года росла с каждым днем, и хотя в 1980 году в стране было создано около 20 миллионов посадочных мест в ресторанах, кафе, столовых, чайных, буфетах, все же вне дома в течение суток могли отобедать лишь 120 миллионов человек, но остальные 140–150 миллионов еще питались дома.

Несмотря на то что после 1991 года ситуация в стране коренным образом изменилась – и в социальном, и в демографическом отношении (население России сократилось до 145 миллионов), но в смысле положения на «пищевом фронте» она не только не улучшилась, но стала еще более напряженной, ибо качество еды в общепите ухудшилось и резко подорожало, а к тому же прежняя система столовых практически рухнула. Правда, в крупных городах – Москве, Петербурге – возникли многочисленные точки «быстрой еды» стандартного западного типа, но они совершенно не могут обеспечить постоянного нормального питания. Это типично временные, рассчитанные на эпизодическое утоление голода заведения. Питаться там постоянно – и дорого, и вредно, и противно. Однообразная пища не дает удовольствия, приедается.

Так что ломать наш домашний очаг просто незачем, нерационально, бессмысленно, да и преждевременно. Он нам еще послужит. Кроме того, всегда в жизни есть и будет еще много таких ситуаций, в которых никакой общепит не выручит и когда умение быстро, правильно и вкусно приготовить себе и своим близким еду окажется благом, ценным приобретением, «кладом» на жизненном пути.

«В здоровом теле – здоровый дух!» – говорили еще древние греки и римляне. Это значит в переводе на современный язык, что наше настроение, наша производительность труда находятся в прямой зависимости от правильного питания и отдыха. Речь идет не о количестве пищи, а об умении ее правильно использовать. Слишком рано потучневший молодой человек или не в меру раздобревшая девушка не только кандидаты на раннюю нетрудоспособность, но и обуза самим себе. А это

результат чаще всего неправильного с самого детства питания. Поэтому домашнее питание не только важное, но и не такое уж простое занятие. Оно неизбежно требует определенных знаний, навыков, значительной культуры, чтобы находиться на высоте тех требований, которые выдвигает современная жизнь.

Но для того чтобы эти задачи решались на должном высоком уровне, необходимы знания, научно обоснованные, проверенные историческим опытом, рациональные и точные. Иначе создается не столь уж редкое парадоксальное положение, что молодой специалист, вооруженный современными техническими знаниями, разбирающийся в самых сложных вопросах своей узкой профессии, оказывается в быту закослелым невеждой, прислушивающимся ко всякому вздору, изрекаемому старушками или знакомыми по вопросам питания и воспитания. И, что еще хуже, порой слепо следует разным новомодным слухам и советам о сухоедении, вегетарианстве, сыроедении и т. д. Не имея твердых знаний в этой области и не умея критически разобраться, такой молодой человек следует любой новой «теории» и меняет их по моде, как одежду. Результаты часто бывают плачевны, но обнаруживаются не сразу, а по прошествии многих лет, когда что-либо исправить в испорченном здоровье бывает уже поздно.

Вот почему задача данной книги – дать основы знаний о питании и приготовлении пищи на современном уровне, а главное – привить вкус к таким знаниям, увидеть в них важное, новое, заставить смотреть на кухню, а также на профессию повара или кондитера иными глазами.

В этой книге почти нет рецептов – это ни в коей мере не поваренная книга, не учебник по кулинарии. Ее цель – научить готовить, не зазубривая рецепты, а исходя из конкретных возможностей в каждый момент. И еще одна цель – научить творить у плиты, находить в этом радость, удовольствие. Каждый, внимательно и серьезно прочитав эту книгу, сможет научиться квалифицированно, по-настоящему приготовить себе, своей семье, своим друзьям вкусную еду при любых условиях, в любой обстановке, при любом составе продуктов.

Цель этой книги – прежде всего научить понимать, как готовить, как делать еду, научить не теряться перед любым пищевым сырьем, перед любым кухонным очагом и инструментом, перед любыми условиями приготовления на огне и без него, с водой и без воды, с маслом и без масла, с посудой и совсем без какой бы то ни было посуды...

Таким образом, это вовсе не учебник кулинарии, рассчитанный на стандартные условия. Это и не поваренная книга, ибо здесь не будет строго определенных рецептов, своими грамами ограничивающих возможности и инициативу. Это скорее путеводитель по основным технологическим приемам и секретам кухни, добрый советчик, помогающий понять смысл основных методов приготовления.

Эта книга как бы ключ к кулинарному «волхвованию», ключ, открывающий лишь первую, но зато самую главную, центральную, самую заветную «дверь» в кулинарное искусство. Правда, ключ этот поддается не всякому, и, для того чтобы повернуть его, надо сделать известные усилия.

Но об этом – в следующей главе.

# Г Л А В А 1

## СЕРЬЕЗНАЯ, ОБЪЯСНЯЮЩАЯ: КОМУ ОТКРЫТА ДВЕРЬ К ПОВАРСКОМУ РЕМЕСЛУ И ПОЧЕМУ ЭТО РЕМЕСЛО – СЛОЖНОЕ, ТРУДНОЕ ИСКУССТВО

ПОЧЕМУ ЖЕ ТАК МНОГО МОЛОДЫХ ЛЮДЕЙ НЕ ИСПЫТЫВАЮТ НИ МАЛЕЙШЕГО ЖЕЛАНИЯ ГОТОВИТЬ ПИЩУ: НИ НА РАБОТЕ (БЫТЬ ПОВАРОМ), НИ ДОМА, ДЛЯ СЕБЯ? ПРИЧИНЫ ВЫДВИГАЮТСЯ РАЗНЫЕ, НО ВСЕ ОНИ, ПО СУЩЕСТВУ, СВОДЯТСЯ К ОДНОМУ – К НЕЖЕЛАНИЮ ЗАНИМАТЬСЯ ТЕМ, О ЧЕМ, СОБСТВЕННО, НЕ ИМЕЕШЬ НИКАКОГО ПРЕДСТАВЛЕНИЯ.



**Д**ля одного кухня очень уж непрестижное занятие, для другого – слишком прозаическое, для третьего – нудное и тяжелое, для четвертого – бесполезная трата времени, для пятого – пустяковое, которому и учиться нечего. Но никто из этих пяти не знает толком, в чем же состоит искусство и таинство приготовления пищи, какие законы управляют кулинарией и каким должен быть настоящий повар.

При наборе в географическую экспедицию молодым людям задавали вопрос: умеете ли вы самостоятельно готовить? Мно-

гие отвечали утвердительно. А когда их попросили уточнить, что же они умеют, то оказалось: вскипятить воду, отварить вермишель, пожарить сосиски, разогреть консервы, сварить суп из концентратов. И самое поразительное – никто из них не шутил. Они искренне полагали, что в этом и состоит умение готовить. В подтверждение они ссылались на то, что и дома, в обычных, не походных условиях, они готовят исключительно из... готовых полуфабрикатов. А из чего же еще? Для этого, конечно, не нужно никаких знаний, а тем более талантов. Но и результаты такого приготовления бесталанны и безвкусны.

Между тем для занятия подлинно высокой кулинарией, как и для всякого настоящего дела, а тем более для настоящего искусства, нужны призвание, талант и как минимум одаренность.

Правда, наш повседневный опыт как будто разубеждает нас в этом. Кое-кто даже усмехнется, прочтя, что для повара надо быть непременно талантливым. Сплошь и рядом мы видим, как повара обычных столовых, кафе довольно ловко «лепят» те или иные дежурные блюда, вовсе не испытывая никаких «мук творчества». Дело в том, что профессия повара ныне стала настолько массовой, что в эту сферу идут порой не задумываясь. А что там уметь? Засыпал крупу, налил воды – и вари кашу, следи только, чтобы не подгорала. Вот и все. А суп еще легче: там только засып все, что указано в раскладке, и даже следить не надо – не подгорит. При таком подходе и получаются в столовых те невкусные, дежурные блюда, имеющие один и тот же запах всюду – от Бреста до Владивостока.

Разумеется, кулинарно одаренных людей на все столовые просто не хватает, точно так же, как не может быть сотен тысяч художников и музыкантов. Талант все же редкость. Но есть и другая причина, по которой кулинарных талантов оказывается даже значительно меньше, чем музыкальных. Обычно музыкальная одаренность проявляется очень рано и, главное, сразу же становится заметной для окружающих. И поэтому она почти никогда не может остаться незамеченной. Только сугубо неблагоприятные условия способны привести к тому, что музыкально одаренный человек не пойдет по любимому пути. Уж сам-то он, во всяком случае, будет чувствовать, что музыка – его призвание.

Иное дело кулинарная одаренность. Ей, как правило, трудно выявиться, особенно у мужчины. А у женщины она еще чаще проходит незамеченной окружающими, ибо расценивается как нечто само собой разумеющееся. Многие потенциально талантливые кулинары, как правило, служат кем угодно: продавцами, инженерами, кассирами, бухгалтерами, актерами, фотографами, учеными, а кулинарией занимаются в свободное от работы время, не подозревая, что это не случайная склонность, а серьезное призвание, и иногда намеренно скрывая эту тайную страсть из чувства ложной скромности или ложного стыда.

Вполне понятно, что о таких потенциальных кулинарных талантах еще меньше знают окружающие, а если и узнают, то спустя несколько десятилетий, когда поздно такому человеку учиться на повара, ибо к этому времени он уже стал либо агрономом, либо машинистом, либо писателем и его талант воспринимается в лучшем случае как причуда, а порой и как неуместное чудачество.

Отчего так происходит? Одна из главных причин – непристижность профессии повара в течение последних, скажем, 80–100 лет. Если в XVII–XVIII веках – начале XIX века эта профессия в большинстве европейских стран была связана с высоким общественным положением, если в то время имена лучших поваров знала вся страна и они заносились, например во Франции, в анналы истории, то за последнее столетие она стала массовой, рядовой. Вот почему яркие таланты в этой области не стремятся проявить себя, а окружающие нередко даже сознательно подавляют такое стремление.

Другая причина – отсутствие раннего обучения кулинарной специальности – также мешает молодому таланту понять, к чему его тянет.

Приведу такой реальный, невыдуманный пример. Один мальчик с очень раннего возраста, примерно с четырех-пяти лет, часто вместо игры со сверстниками на улице с большим удовольствием оставался дома на кухне. Здесь тоже была своего рода игра: подать маме ложку, половник, принести соль, собрать шелуху от лука – все эти маленькие поручения были

настоящими и в то же время похожими на игру. Когда ребенок торчал слишком долго на кухне, на него кричали, что он путается под ногами, и тогда он просто садился на стул в уголок и оттуда терпеливо наблюдал за взрослыми. Это тоже было интересно. Действия все время менялись: то шла чистка картофеля, то нарезка петрушки, то промывание риса, разделка мяса или рыбы. Все было разное по цвету, форме, по обработке и гораздо более занимательное, чем однообразное катание колеса или одни и те же игры в лапту да в прятки. Но интереснее всего было, как из этих сырых продуктов получался вкусный обед.

Однажды мальчик поехал с папой в дом отдыха и там случайно попал на большую кухню, где огромные плиты, масса блестящих кастрюль и сотейников разных размеров, гигантские котлы производили впечатление фабрики. Это впечатлительное усиливалось от присутствия нескольких поваров в белой форме и высоченных поварских колпаках. Они орудовали у гор картофеля, моркови, лука, у целых туш мяса, взбивали целые ведра яиц и приготавливали десятки сотен котлет, бочки киселя, горы крема. Но удивительнее всего было присутствие здесь детей, одетых, как и повара, во все белое, имевших свои колпаки. Они проворно сновали от настенных шкафов с посудой и кухонным инвентарем к плитам, где трудились повара, отдавая поварятам различные приказания. Этим детям, оказывается, было позволено участвовать в игре взрослых, и эта игра называлась работой.

Когда мальчик стал ходить в школу, у него уже не было времени сидеть на кухне. Появились с годами и другие интересы: школьные кружки, музеи, театры, а главное, книги, чтение которых поглощало львиную долю времени и открывало глаза на большой мир, на дальние страны, народы, на прошедшие времена.

Интерес к кухне пропал, а точнее, казалось, просто улетучился вместе с другими интересами раннего детства: игрушками, фантиками, катанием на санках. Он просто забылся за массой других, более важных занятий.

Правда, уже будучи подростком, когда выдавалась свободная минута, мальчик шел на кухню, чтобы невзначай взглянуть,

скоро ли будет обед, и порой по старой привычке задерживался посмотреть уже более осмысленным взглядом, что и как готовится. Но такие посещения, если они начинали повторяться слишком часто, вызывали у взрослых недоумение, раздражение и даже осуждение. При появлении юноши на кухне, случайном или по делу (зашел за солью, ложкой и т. д.), немедленно раздавались насмешки: «Ну ты, кухонный комиссар, марш отсюда!» Оставалась улица, двор, где сверстники-подростки уже начинали тайком курить. Это было «мужское занятие».

Но курить с ребятами мальчику не хотелось, он и позднее так и не научился курить. Кстати, настоящий гастроном, кулинар, кондитер, для которого готовить пищу – действительно призвание, никогда не будет курить. Это исключено. Нельзя разбираться в тонкостях вкуса и запаха продуктов, изделий и блюд, не имея отличного обоняния и развитого, утонченного вкуса. Курение напрочь отбивает и то и другое. Поэтому курящий повар – это либо недоразумение, либо насмешка над здравым смыслом. А у нас не столь уж редко, принимая человека на работу в общественное питание, интересуются чем угодно, только не тем, курит ли он, пьет ли он, и не отказывают ему от места на том основании, что он курильщик или пьяница. Хотя это был бы самый справедливый отказ. Повар или кондитер должен обладать чутким вкусом и ни временно, ни тем более хронически не иметь бридости. Что означает этот интернациональный кулинарный термин? Бридность, или асперация, происходит от старославянского слова «бридъкъ» – грубый, сырой, неотесанный или латинского *asper* – шероховатый, грубоватый, колкий. Слово это древнее и существовало в течение тысячи лет – с IX до начала XX века. Теперь оно совершенно исчезло не только из бытового языка, но даже и из словарей. Его, например, нет в современном нормативном орфографическом словаре русского языка, но зато оно широко использовалось в XI–XVII веках, когда значило горечь, порчу, отсутствие всякого вкуса пищи, а также использовалось и в переносном смысле в ситуациях, не связанных с пищей или поварским делом. Так, в старину говорили о «бридости души», т. е. о черствости, бездушии и даже люто-сти человека.

В настоящее время как узкопрофессиональное слово поварского языка, термин «бридность» имеет два значения.

**1.** Полное отсутствие у того или иного лица кулинарного вкуса, равнозначно отсутствию слуха у музыканта. Такие лица не должны допускаться к работе кулинарами.

Чтобы избежать проникновения в среду поваров и кондитеров лиц, имеющих бридность и фактически не способных к данной профессии, хотя бы они и имели личное желание ею заниматься, прежде кандидаты в поварские ученики перед обучением всегда проходили особую проверку на бридность, и только после этого решался вопрос о допуске их к остальным экзаменам по профессии.

**2.** Временная потеря или искажение вкуса у повара или кондитера, аналогичная временной потере голоса у певца. Это так называемая функциональная бридность.

Такая бридность бывает в результате переутомления, возбуждения, заболевания органов внутренней секреции или ожога полости рта после пробования слишком горячей пищи или напитков.

К сожалению, бридность, которая всегда считалась одним из тяжелейших профессиональных заболеваний кулинаров, в наши дни зачастую остается вне пределов внимания не только администраторов, врачей, но иногда и самих поваров.

Чтобы предотвратить бридность и сохранить свежесть вкусового ощущения в течение всего поварского рабочего дня, издавна принимались различные меры. Во-первых, была разработана система опробования блюд в определенной последовательности. Во-вторых, повар в течение рабочего дня непрерывно время от времени должен был ополаскивать полость рта различными освежающими (в основном фруктовыми или овощными) составами или ключевой водой. В-третьих, уже в XVIII веке был установлен порядок, при котором повар имел право поесть только после того, как приготовлены и завтрак и обед, то есть непосредственно перед отпуском обеда к столу, не ранее 12 часов дня. Напоминанием об этом порядке до сих пор осталось время открытия ресторанов, приуроченное к 11-12 часам.

В силу всех этих причин поварская профессия считалась тяжелой, трудной, изнурительной, что резко расходится с нашим теперешним представлением, рисуящим работу повара как некое катание сыра в масле.

В кондитерском деле функциональная бридость возникает довольно часто, но длится обычно недолго – два-три часа. Это результат высокой температуры в кондитерских цехах (особенно там, где изготавливается печенье) и насыщенности воздуха одуряющим сладким запахом. Кондитерская бридость обычно проходит, если пить крепкий горячий несладкий чай или глотать взбитые сырые яичные белки со льдом.

Теперь мы знаем, что такое бридость, и можем продолжать наш рассказ о мальчике. Он стал уже юношей и был призван в армию. Здесь он в первый же день познакомился с солдатской едой. Он оценил ее, съев порцию без остатка. Пища оказалась ему простой, но аппетитной. Она отличалась от домашней еды, но в то же время не была похожа на столовскую. Она не была разнообразной. Но не приедалась. Только спустя много лет, даже десятилетий, он узнал, что его оценка оказалась верной. Солдатская кухня имеет свои правила и традиции, резко отличающие ее от гражданского столовского питания и сближающие с домашней кухней как отбором меню, так и технологией. При этом некоторые блюда солдатской кухни получают тот классический вкус, который не всегда и не всем удается получить дома. Таковы, например, каши. В армии их варит особый повар – кашевар, набивший, что называется, на этом руку. Кроме того, каши там варятся в толстенных чугунных котлах, вмазанных в печи, и поэтому выходят отличными, если за ними смотрит опытный глаз.

В первый же наряд на кухню в этом удалось убедиться. Правда, труд на армейской кухне и в ту военную пору был лишен всякого романтизма. Ночью, когда все спали, наряд выполнял тяжелую, изнурительную, непривлекательную работу: большинство вручную чистило нескончаемые груды картофеля – сотни килограммов, тонны. Другие мыли и скребли котлы: смена накануне недоследила за варкой каши. Образовался закал: полупригорелый, полукляклый нарост на стенках котла, который надо было счищать бесследно. Но скрести нельзя: царапины на

стенках котла, нарушение полуды привели бы к тому, что каша подгорела бы снова, причем независимо от того, следили бы за ней на этот раз или нет. Вот почему повар отобрал на чистку котла самых смысленных и самых добросовестных ребят, прибавив для верности, что за каждую царапину на котле они получат два наряда вне очереди.

Котел отдраили как новенький. Каша вышла замечательная, хотя все страшно устали. Ведь котел вмещал в себя двух человек, которые залезали в него и, согнувшись в три погибели, чистили сантиметр за сантиметром, как реставраторы картину.

Необычной оказалась и варка супа. Здесь была одна интересная деталь. На каждого бойца полагалось по одному лавровому листику, а на батальон выходило два ведра сухих листьев. Если их загрузить даже в большой котел, то они окажутся помехой: ведь лист не уваривается, а становится чуть больше в противоположность другим продуктам. Два ведра жестких листьев или вылезли бы «шапкой» над поверхностью супа, или заставили бы не долить в котел воды, не доложить моркови и картофеля. Поэтому обычно повара нарушали в этом пункте раскладку. Они либо клали в суп всего пакетик лаврового листа, то есть в 15–20 раз меньше нормы, либо не клали вовсе, считая, что недодача лаврушки – дело пустяковое, либо, наконец, брали лаврушку со склада, но расходовали ее на другие надобности.

Здесь же повар оказался человеком иного характера. Когда до готовности супа оставалось всего 10 минут и суп достаточно уварился, он засыпал лавровый лист в свободный двухведерный котлик с кипятком и через 5–7 минут, сцедив оттуда образовавшийся ароматный отвар, налил его в суп. Но больше всего повар удивил новичков тем, что, когда обед поспел, он не стал сразу есть, а только, попробовав по ложке-другой каждого блюда, убедился, что все приготовлено вкусно. Себе же отварила немного сухофруктов без сахара и выпил этот отвар вместе с чаем. Только после того, как весь батальон пообедал, повар съел полный обед.

Лишь много лет спустя в одной из классических французских книг по кулинарии удалось прочесть, что таким должно быть поведение профессионального кулинара хорошей школы.

Видимо, батальонный повар принадлежал к поварам именно такой категории. Об этом говорит и то, что он готовил разнообразные блюда, а в соседней части постоянно фигурировали два-три дежурных блюда. Раскладка же, вид продуктов и их количество, нормы были в обеих частях одинаковы и поступали с одного и того же склада.

Значит, разнообразие готовых блюд, различие в меню зависят не столько от продуктов, сколько от фантазии повара, а вернее, от его знаний, умения, творческой жилки и кулинарной эрудиции.

Например, обе части получали одни и те же овощи – картофель, морковь, капусту, немного сушеной петрушки и лук, не говоря уже о пряностях – перце, лаврушке. Но повар из соседней части «гнал» из них только два блюда: сегодня, сконцентрировав капусту за два-три дня, он делал щи, а завтра, наоборот, выбрав со склада недополученную за прошлые дни картошку, приготавливал суп картофельный с морковью. Наш же повар из тех же продуктов делал различные супы, а порой и вторые блюда, которые называл «овощной разброд» – это название он, видимо, сам придумал, ибо нигде в поваренных книгах оно не значилось. Зимой такое овощное тушеное второе блюдо было особенно желательным и желанным. Летом, когда часть была в степи, он посылал наряд собирать черемшу и полбу; в лесу – ягоды, грибы, корни сараны, орехи; вблизи населенных пунктов – крапиву и лебеду. Сколько бы ни собрали этих случайных добавок к обеду, любую малость он клал в общий котел. И знакомое блюдо приобретало новый аромат и запах, воспринималось как совершенно незнакомое и елось с большим аппетитом и потому с большей пользой.

Первый в жизни суп из лебеды нашему солдату-кулинару привелось есть именно в армии, и это было поистине прекрасное, надолго запомнившееся блюдо. Оно сильно поколебало у многих созданное литературой представление о лебеде как о классической пище голодных и обездоленных.

Были и другие примеры творческого подхода скромного батальонного повара к обычному солдатскому обеду. Однажды, уже на исходе войны весной 1944 года, поступила маисовая (ку-

курузная) мука, которую прислали союзники. Никто не знал, что с ней делать. Кое-где стали добавлять ее к пшеничной муке при выпечке хлеба, отчего он становился хрупким, быстро черствел и вызывал нарекания солдат. Но иным путем использовать этот, в сущности, весьма ценный пищевой продукт не умели. Солдаты ворчали на поваров, повара ругали интендантов, те, в свою очередь, кляли союзников, сплавивших нам маис, с которым сам черт не разберется. Только наш повар не тужил. Он взял сразу полумесячную норму вместо ежедневных граммовых добавок, выслал усиленный наряд в степь, попросив собирать почти все подряд – лебеду, люцерну, пастушью сумку, щавель, черемшу, и приготовил восхитительные по вкусу и красивейшие по виду кукурузные пирожки-лепешки с зеленью, яркие, желтенькие снаружи и жгуче-зеленые внутри. Они были мягки, ароматны, свежи, как сама весна, и лучше всяких других средств напомнили солдатам о доме, о скором окончании войны, о мирной жизни.

А еще через две недели повар сделал мамалыгу, почти весь батальон познакомился с этим национальным молдавским блюдом впервые. Солдаты жалели, что маиса прислали слишком мало, и были бы не прочь обменять на него пшеничную муку.

Даже простой желудевый кофе наш повар старался делать вкуснее привычного, находя способы заваривать его круче и ароматнее.

Конечно, эти эпизоды проходили как бы незамеченными среди грозных событий войны, но все-таки остались в памяти и особенно четко всплыли впоследствии, когда оказалось возможным сравнить армейский стол с послевоенным общепитовским и домашним, когда прошло много лет и стало ясно, что боевое настроение солдат не в последнюю очередь создавалось поваром, его умением, его талантом и что пища не только в прямом смысле, как физиологическое топливо, но и в чисто эмоциональном плане влияла на подъем духа, помогала ковать победу, вносила весомый вклад в боевую подготовку воинов.

Эмоциональное воздействие еды особенно хорошо известно морякам, в экипаже которых оказывается хороший кок. Отличная кухня скрашивает многие теньевые стороны тяжелой

и бесприютной морской жизни. К сожалению, это таинство воздействия ароматически-вкусовых компонентов пищи (а не только и не столько пищи самой по себе) на эмоциональную сферу нашей психики пока еще мало исследовано учеными.

Между тем это отнюдь не мираж, а реальность. Вкусная еда оставляет положительные воспоминания, добрые эмоции. Невкусная еда, даже если ее избыток, либо не оставляет ничего в памяти о себе, либо содействует аккумуляции отрицательных ассоциаций. Отсюда видно, что и ароматически-вкусовое качество пищи, а не только санитарно-пищевое, которое обычно учитывается, имеет исключительно важное значение в жизни человека. И это как раз то, ради чего стоит стать поваром, ради чего стоит преодолеть все сложности и неприятные моменты в обучении поварскому делу, но для чего, несомненно, нужен талант.

Если спросить теперь того мальчика, ставшего уже давным-давно взрослым и выбравшего себе специальность, далекую от кулинарии, кем бы он хотел быть и думал ли вообще стать поваром, то, по всей вероятности, он не смог бы определенно ответить на этот вопрос. Ведь все дело в том, что и настоящий сильный интерес, и мимолетное внешнее увлечение проявляются в самом раннем детстве одинаково искренне, одинаково инстинктивно, неосознанно и безотчетно. Отличить в этот момент глубокое проявление таланта от быстропроходящего любопытства и дать в соответствии с этим нужный толчок в нужном направлении могут лишь взрослые, опытные люди, в то время как сам ребенок вряд ли может сознавать свои желания, свои стремления как какие-то особые, лишь ему одному присущие. Нашему мальчику казалось, что «играть в кухню» и наблюдать за тем, как готовят взрослые, должно быть интересно всем.

Но взрослые вместо проявления элементарной чуткости и внимания, уважения к незаурядному интересу ребенка сделали все, чтобы ликвидировать этот интерес. Они, во-первых, указывали ребенку на то, что его интерес «девчачий», они выгоняли его с кухни, делали все возможное, чтобы положить конец этой (по их мнению!) ненужной склонности.

Что чувствовал ребенок в то время, как он все это переживал, мы можем лишь догадываться. Но, видимо, очень тяжело,

если талант действительно был. Может быть, если бы взрослые поддержали его стремление, оно получило бы блестящее развитие.

Известно, что человеческая судьба решается именно в ранние годы. Не следует забывать, что первые пять лет жизни наиболее ответственный этап в формировании личности. Именно в это время во многом закладываются и определяются индивидуальные черты, особенности характера и морально-волевые установки человека. Подчеркивая эту мысль, известный русский поэт Валерий Брюсов, который сам с трех лет писал пьесы, говорил, быть может, несколько гротескно, гиперболично: «Кто в пять лет книжек не читал, того потом уже ничему не выучишь». А Лев Николаевич Толстой вполне серьезно писал: «От пятилетнего ребенка до меня – один шаг. А от новорожденного до пятилетнего – страшное расстояние». Так что помните об этом, молодые папы и мамы.

Но и для взрослого, хотя и не для всякого, понять ребенка не всегда бывает легко. То, что для ребенка привлекательно и кажется забавной игрой, для взрослого часто представляется нудной рутинной, серой обыденщиной. Это подчас относится ко всему тому, что связано с кулинарной практикой.

Приготовление пищи, как и сама еда, для большинства из нас просто элемент жизни, который должен действовать, так сказать, автоматически, не влияя на все остальные занятия: пришло время еды, сходил в столовую, поел и опять за работу. Не в столовую, так дома – поел и работаешь или отдыхаешь. Элемент, нужный для жизни, но о нем не задумываешься, как и о солнце, дожде или ином явлении природы.

И в этой связи возникает не только недооценка самого по себе занятия кулинарией, не только пренебрежение «кухарней-поварней», но вместе с тем утрачивается и требовательность к поваренному мастерству других. И это понятно. Не зная возможностей и технических условий другого ремесла, другой специальности, легко встать на более снисходительную позицию.

Конечно, когда ешь, то при этом нельзя не обратить внимания на вид и качество еды. Но когда сам еду не готовишь, сам

не заботишься о приобретении продуктов, а получаешь все готовым – в столовой, кафе, буфете, то требования как бы сами собой снижаются. Стоит ли придирается к качеству, если и так получаешь все сделанным чужими руками?! А потом, не каждый догадывается, что это качество может быть иным – неспециалист доверяет специалистам.

И еще одна немаловажная деталь. Наука о питании делала немало сложных зигзагов. Рекомендации по мере развития науки изменялись. Так, некоторые специалисты, рассматривая продукты как нечто неизменное в сыром, чистом виде, прежде всего оценивали их потенциальную силу в калориях, считая, что еда – топливо для организма, не более, а потому и должна исчисляться в единицах тепла.

Отсюда получилось, что самой хорошей, самой полезной, самой калорийной едой одно время стали признавать жиры: они дают больше всего калорий. Наоборот, овощи, а тем более травы были признаны плохой едой, ибо они крайне некалорийны.

Другим критерием в оценке продуктов и пищи, еще более уточняющим их значение, был химический состав продуктов, то есть процентное соотношение в них воды, минеральных солей, углеводов, белков, жиров, эфирных масел и т. д.

Согласно этой оценке вода была наиболее малоценным продуктом, в первую очередь ценились жиры, отчасти белки. Поэтому такие, например, продукты, как арбуз, состоящий на 95–97 процентов из воды, считался сущей ерундой, а колбаса или сосиски привлекательным и ценным пищевым материалом. Такие взгляды привели к тому, что какое-то время многие недооценивали овощи и фрукты, смотрели на них как на пищу третьего сорта, с которой, дескать, и ног не будешь таскать, и стали отдавать предпочтение мясным и вообще «твердым», а не водянистым продуктам.

Результатом было значительное развитие гастритов и авитаминозов, что побудило врачей в 30-х годах обратить внимание на огромное значение витаминов. На долгое время витамины сделались тем заветным понятием, которое сплошь и рядом стали произносить с еще большим благоговением, чем пре-

жде слово «жиры», и думать, что применение витаминов – это панацея от всех бед. На практике это выразилось в увлечении некоторыми видами фруктов, вроде черной смородины, апельсинов, лимонов, с которыми у многих связаны представления об их повышенном витаминном содержании. Люди, не имевшие понятия о подлинном действии витаминов, не знавшие о том, какие они бывают, бросались на тот или иной продукт, закупая его десятками килограммов, если слышали краем уха, что там есть витамины. В просторечье «витаминами» стали называть в основном витамин С, и потому приписывание любому виду фруктов витаминности осталось как памятник невежества до сего времени. Тем не менее многие фрукты, например черешни, сливы, груши, почти совсем лишены витаминов, и наоборот, во многих крупах, простом хлебе, молоке и прочих продуктах ежедневного потребления содержатся разнообразные витамины, которые нередко полностью исчезают в процессе неправильного кулинарного приготовления, о чем большинство хозяек даже не догадывается.

Вера в то, что витамины помогут, постепенно, с ростом благосостояния, привела к тому, что люди продолжали потреблять много мяса, жиров в виде готовых «твердых» гастрономических продуктов – сливочного масла, колбас, сосисок, копченостей – и одновременно есть много фруктов, ягод, «полезных» молочных продуктов (лозунг о том, что молоко – наилучшая пища, дарованная самой природой, можно было увидеть в каждом магазине), полагая, что таким путем они «компенсируют» или «сбалансируют» «полезное» и «вредное», но всегда получают «здоровую» и «приятную» пищу.

Эти примитивные механистические представления оказались настолько распространенными, что в последние годы врачи все чаще стали сталкиваться с проблемой ожирения, тучности своих пациентов и как со следствием этого – увеличением числа сердечно-сосудистых заболеваний. Тогда опять забили тревогу и вновь, в который раз стали искать ту панацею в продуктовом арсенале, которую бы можно было рекомендовать.

Новым заветным словом стали с середины 70-х годов протеины. Все продукты было рекомендовано оценивать по их

протеиносодержанию, то есть по количеству входящих в них белков. Исходя при этом из того факта, доказанного наукой, что белки есть начало жизни, что жизнь без белка не может ни зародиться, ни существовать, что белки – основной строительный материал нашей ткани, что они не вызывают ожирения и т. д. и т. п. Каждая из этих истин, взятая отдельно, верна сама по себе, в общей форме. Но механически применять белки и тем более ждать положительного результата только от применения белков столь же наивно, как видеть спасение в витаминах.

Прежде всего белки многообразны. Во-вторых, их действие избирательно: для одних они спасение, других могут столь же легко погубить. В-третьих – и это, пожалуй, самое главное, – их надо уметь правильно ввести в организм, чтобы они дали эффект. Кулинарная обработка белков – труднейшее дело. Простейший пример, показывающий, в чем эта сложность, – обыкновенное яйцо. Его белок можно выпить жидким. Он сравнительно легко усвоится. Но в сыром жидком виде он безвкусен, с точки зрения некоторых людей, даже противен. Если яйцо сварить, белок будет вкуснее, но усвоение его станет более затруднительным, да и то если мы подловим такой момент, когда яйцо сварится едва-едва, мягче, чем всмятку. Если же сделать яичницу, она будет вкусной, но белок свернется. Наконец, сваренный вкрутую или переваренный яичный белок будет крайне тяжело и медленно усваиваться организмом, потребует усилий желудка, может вызвать отрыжку, а его пищевая ценность для нас окажется после всех этих усилий ничтожной. Итак, сам по себе белок вроде бы неплох, а вот когда из него делают блюдо, когда он попадает в руки кулинара, то от всех достоинств его порой остается пшик. Отсюда видно, что кулинарная обработка должна быть такой, чтобы продукт действительно принес пользу организму.

Другой пример не столь известен и понятен, но не менее разителен. Все слышаны об огромной питательности сои. Она имеет такой состав белков, который является естественным соединением животных и растительных белков, что чрезвычайно важно для человека. При этом белки сои усваиваются в несколько раз быстрее и лучше, чем все другие белки в мире.

Это ли не чудо? Более того, подсчитано, что горсть-две соевых бобов могут дать количество протеина, которое заменит человеку «топливо» из других продуктов, достаточное на половину рабочего дня. Это ли не мечта? Это ли не приближение к тому утопическому идеалу, когда вовсе не надо обременять свой желудок, свой организм обычной едой, но быть сытым, здоровым, работоспособным и... вечно моложавым, крепким, подтянутым. А раз так, то панацея все-таки есть: ешь соевые бобы, и многие проблемы питания и здоровья будут решены. Но легко сказать – ешь. Сырыми их есть нельзя: они горьки, тверды, неприятны на вкус. Их надо сварить. Казалось бы, чего проще. Ан нет! Пробовали варить – они превращаются в камень. А вот у ряда народов Дальнего Востока, родины сои, эти же бобы на вкус и по консистенции нежнее сливочного масла.

В чем же здесь дело? А в том, что им известен секрет кулинарной обработки сои, который создавался в течение сотен лет. Обработка эта сложна, длительна и требует только ручного труда, постоянного бдительного наблюдения за процессом варки. Более того, варке должна предшествовать предварительная обработка продукта. Но и это еще не все – есть масса больших и малых секретов: что, как, когда, в какое время и каким образом добавлять в период варки и после нее в эту сою. Сама по себе варка требует непрерывных 30–70 часов в зависимости от количества сои, а последующие процессы заквашивания должны порой длиться несколько месяцев и даже лет. Зато технологический процесс так тонко отработан, что весь белок без остатка остается неизменным и не просто легко усваивается, но и может приобретать приятный вкус, напоминающий дичь, творог, сыр, колбасу, рыбу. Выходит, овчинка стоит выделки! Но труд надо затратить немалый, да и время огромное. Поставить такое дело на широкую ногу можно только при наличии большого числа подготовленных, квалифицированных и самоотверженных кулинаров.

А их не так-то легко «сделать».

Вот и остается пока соя «вещью в себе», а не «вещью для нас». Ее растят, жмут из нее масло, то есть жиры. Технически это легко: сразу берут от нее без особых трудов 16–18 процен-

тов ее веса, а остальное – жом, так сказать, «золотую шелуху», содержащую свыше 80 процентов высокосортных протеинов, о которых можно только мечтать – отдают на корм скоту. Через два-три года эти протеины «возвращаются» в виде мяса. Такой процесс минует сложную кулинарную обработку и несет немалые экономические потери, но зато не требует возни с приготовлением блюд из сои.

Итак, кулинарная обработка – дело не простое, а сложное, капризное, требующее в ряде случаев огромной квалификации, имеющее свои законы. И цель ее не только в том, чтобы положить в блюдо побольше «полезного», будь то калории жиров, витаминов или протеинов, а и в том, чтобы блюдо, обед и весь суточный рацион состояли из разнообразных пищевых продуктов, чтобы месячное и годовое меню не приедалось, чтобы пища была всегда вкусной и вызывала аппетит сама по себе независимо от состава. Отсюда понятно, что кулинар – центральная фигура в приготовлении пищи, в ее значении для нас. Врач может предписать все как будто правильно в сыром виде; но кулинар может приготовить так, что пища не возымеет нужного действия. И наоборот, повар может и из обычных продуктов сделать еду, вызывающую аппетит и приносящую пользу. Вот почему древняя пословица гласит: нет плохих продуктов – есть плохие повара.

Кулинар в отличие от врача, биохимика, интересующихся составом веществ, смотрит на пищевой продукт с двух иных точек зрения: с точки зрения того, как и во что этот продукт может превратиться в процессе кулинарной обработки, и с точки зрения того, какой вкус и аромат получит готовое блюдо. Для многих эти понятия порой расходятся: полезное может быть невкусным, а вредное ароматным и заманчивым. Для хорошего повара – никогда, у него эти критерии всегда совпадают: блюдо всегда одновременно и закономерно является и полезным и вкусным. Но чтобы этого добиться, надо знать очень много и одновременно владеть искусством приготовления. Это значит, что настоящий кулинар (а не просто повар!) должен быть человеком, образованным в области биологии, химии, биохимии, ботаники, истории, этнографии, товароведения, материа-

поведения, анатомии и физиологии, и одновременно обладать талантом повара-виртуоза, быть гроссмейстером кухонного дела, или, как говорили прежде, кухмистером.

Ныне люди такой квалификации у нас практически отсутствуют. Повар обычно обладает в лучшем случае полным средним образованием, а повара старшего поколения нередко и неполным средним или даже начальным. Такой повар, разумеется, не может давать советы врачам или поправлять их в вопросах питания, не может ни определять характера меню, ни вносить вклад в разработку теории питания. Но пока повар остается простым исполнителем котлет или пирожков, кулинарное мастерство не может развиваться как самостоятельная отрасль знаний, мастерства и искусства, не может подняться на уровень гармоничной системы, призванной давать полезную, вкусную пищу, цель которой сохранять здоровье, силы, духовные способности человека, дарить людям радость.

Могут спросить: как же так, ведь в старые времена и неграмотные старухи готовили хорошо, а уж они-то наверняка никакой химии и биохимии не знали, ничему не обучались?

Прежде чем ответить на этот вопрос, следует уточнить, о каком времени и о каком социальном слое, классе идет речь. И о каком проценте «хороших хозяек, прекрасных поварих» без образования можно говорить серьезно.

Известно, что у правящих классов повара с глубокой древности и до новейшего времени подбирались очень тщательно и, как правило, были выдающимися, талантливыми людьми в своей области. В этой социальной среде искусству повара во все времена и во всех странах придавали решающее значение.

Что же касается простого народа, преимущественно крестьянства, скажем, 100–150 лет тому назад, то питался он плохо, однообразно, скудно, несмотря на то что располагал натуральными пищевыми продуктами. Именно эта близость к природе, использование первичного сельскохозяйственного сырья отчасти и «вывозили» крестьянскую кухню. Кроме того, весьма важным фактором были древние народные очаги: тандыр на Востоке и русская печь в России. Эти типы печей делали основную работу. Вкусно «готовили», собственно говоря, они, а люди

лишь загружали ту или иную пищу. Но изобретение этих очагов, их зависимость от национального набора продуктов и национальных кулинарных традиций создавались веками, постепенно и в основном в период домонополистического капитала, даже в докапиталистический период, и были всегда связаны с формированием, образованием той или иной нации. Именно национальные кухни обобщали наиболее мудрый, наиболее положительный кулинарный опыт многих веков.

В той мере, в какой этот опыт, эти традиции национальной кухни переходили к следующему поколению, и сохранялось в народе или у отдельных лиц умение владеть хорошей кухней. В таких случаях и неграмотные старухи, если они следовали национальным кулинарным традициям, становились «хорошими поварами», а коли не знали их, не получали этих знаний непосредственно от своих дедов и прадедов, становились беспомощными, плохими кухарками. Именно таких людей называли «стряпухами», а их продукцию – «стряпней», а не едой, кушаньем, яствами. Обилие оттенков, дающих оценку качеству еды, чрезвычайно богато в некоторых языках, в том числе и в русском, где традиционно сформировалась богатая кулинарная терминология.

Так, за аристократическим столом подавались яства, за дворянским – кушанья, за столом горожанина среднего достатка была простая еда, у пролетарских слоев – харч, харчи, делившиеся, в свою очередь, у разных категорий на приварок и совсем скудную сухомятку. Последней довольствовался тот, кто не имел своего угла.

Таким образом, даже в терминологии пищи, как в зеркале, отражались социальное расслоение общества, его различные материальные и кулинарные возможности. Поэтому говорить о том, что прежде «и безграмотные старухи хорошо готовили», – значит не знать сути дела, сваливать в одну кучу разные понятия, не представлять себе, что тот, кто не обладает талантом или знаниями (приобретенными обучением или доставшимися в силу национальной исторической традиции), будет столь же беспомощен и невежествен в области кулинарии, как и человек, впервые в жизни взявший в руки косу или ставший за заводской станок без всяких навыков.

Поскольку кулинарное дело является специфической формой производства, то и внимание ему необходимо уделять такое же серьезное, как и другим сферам производства, но только более высокое, более разумное, более пристальное и более индивидуальное, ибо эта сфера связана непосредственно со здоровьем человека.

Отсюда понятно, что особенно в наши дни необходим новый, научный подход к проблемам приготовления пищи. Вот почему кулинарные знания должны быть столь же распространены среди молодого поколения, как и обычная грамотность. Вот почему это должны быть знания основательные, фундаментальные, построенные не на привычках и бабушкиных рассказах, а на научной основе и на использовании, изучении лучших кулинарных традиций прошлого. Еще 100 лет тому назад великий русский повар-ученый И. Радецкий писал: «Гастрономом (кулинаром) должен быть каждый образованный человек, потому что было бы странно не знать, что составляет главное условие нашей жизни, и слепо доверять каждому приготовление пищи, не знающему искусства приготовления, иногда грубому и неопытному человеку».

Пусть те, кто чувствует в сердце призвание, посвятят себя этому важному делу, пусть новая когорта талантливых и образованных кулинаров принесет подлинный расцвет отечественной кулинарии.

Но с чего начать, как стать мастером? Как усовершенствовать себя, когда не знаешь и элементов?

Для этого есть один путь – начать с азов, с азбуки кулинарии. Дать эти азы, заложить этот кулинарный фундамент – главная цель нашей книги.

## АЗЫ, НО ДАЛЕКО ЕЩЕ НЕ АЗУ

АЗЫ, ТО ЕСТЬ АЗБУКА, – ЭТО ОСНОВА ОСНОВ,  
САМОЕ ПЕРВОЕ И ПРОСТОЕ. ЧТО ЖЕ ПРОЩЕ ВСЕГО  
В ОБЛАСТИ КУЛИНАРИИ? С ЧЕГО НАЧАТЬ?  
ОПРЕДЕЛИТЬ ЭТО КРАЙНЕ ВАЖНО. И ВОТ ПОЧЕМУ.  
ДЛЯ ВСЯКОГО ОБУЧЕНИЯ, А ДЛЯ КУЛИНАРИИ В ОСОБЕННОСТИ,  
ВАЖНА СТРОГАЯ ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТЬ В ПРЕПОДНЕСЕНИИ  
ЗНАНИЙ, ВАЖНО ПОСТЕПЕННО ИДТИ СО СТУПЕНЬКИ  
НА СТУПЕНЬКУ.



**В** обучении, например, грамоте началом служит изучение букв алфавита, из которых затем можно будет складывать слоги и слова. Здесь все очевидно. И не только для учителя, но и для ученика. Каждый понимает, что, не узнав букв, не зазубрив их все, он не научится читать. Всем совершенно ясно, что перепрыгивать через ступеньку, а тем более опускать самое начало невозможно, что такая попытка «ускорить» обучение только задержит его.

В кулинарии подобной ясности и очевидности нет. Кажется, не все ли равно, с чего начать: жарить картошку, варить суп или делать компот? И именно это отсутствие ясности, как правило, приводит к тому, что буквально на любой кухне учат по-своему. Ведь все обладают какими-то своими, пусть самыми простенькими, кулинарными понятиями. Но у каждого они разные, получали их из разных источников. И у большинства эти знания лишены систематичности. Причем чаще всего отсутствует начало, азбука.

**Но что такое кулинарная азбука, в чем состоит обучение ей?**

В былые времена вопрос этот решался просто и чисто практически, как и обучение любому ремеслу путем ученичества.

На кухню в богатом доме повар брал несколько поварят. Именно несколько, а не одного, чтобы им было интереснее, веселее, чтобы они могли, работая, как бы «играть в кухню». Как правило, это были дети в возрасте от 6–7 до 10 лет. Начинать обучение поваренком старше этого возраста считалось, по крайней мере во Франции, стране классической кухни, нецелесообразным. Задача поварят была в общем-то несложной. Они должны были внимательно следить за всем происходящим на кухне и исполнять мгновенно те или иные приказания повара – принести ложку, половник, вилку, лучину, подать салфетку, ситечко, соусник, кастрюлю, сполоснуть чашки, нагреть тарелки, протереть еще и еще раз вымытые взрослыми приборы и т. д. и т. п. При этом дети постепенно, исподволь усваивали терминологию, учились чувствовать себя свободно на кухне.

Поварят постарше, после 10 лет, прослужившим уже два-три года, давались более сложные поручения: ощипать птицу, просеять муку, перебрать крупу, рассортировать фрукты, грибы, вымыть овощи-корнеплоды, то есть доверялось работать уже с пищевым сырьем, а не с бездушными железками и черепками. При этом сохранялись игровые элементы, столь важные при любом обучении ребенка. Ученик знал, что с каждым годом ему будут доверять все более сложные операции. Он чувствовал, что учиться надо долго, упорно, настойчиво. И он знал, что эта долгая учеба, этот искус будет вознагражден. Ибо каждый поваренок видел, как высоко ценится искусство повара-мастера, каким уважением пользуется он в обществе.

Конечно, такое медленное, длительное обучение имело массу минусов: оно годами могло сдерживать инициативу более одаренных, оно было связано с известными унижениями (одни подзатыльники, которыми награждали поварят, чего стоили), оно не давало возможности подготовить значительные контингенты поваров, оставляло тайны профессии в руках единиц, но оно имело одно важное преимущество: последовательность в приобретении кулинарных знаний и как результат – прочное,

высококвалифицированное, а подчас и виртуозное владение этими знаниями. Умение не растеряться в любой кулинарной ситуации, приготовить отличное, вкусное блюдо из любых продуктов.

Современное обучение ряду кулинарных профессий страдает прежде всего некоторым отсутствием естественной последовательности, вытекающей исключительно из особенностей поварского или кондитерского ремесла.

Хорошо известно, что на одну и ту же вещь, на одно и то же явление можно иметь различные взгляды. Насколько сильно эти взгляды могут отличаться, показывает хотя бы старая шуточная, но довольно наглядная притча.

У англичанина, скандинава, француза и немца как-то спросили: «Из чего состоит человек?»

Каждый ответил по-своему. Англичанин, как трезвый реалист, понимающий вопрос так, как он поставлен, сказал, что человек состоит из головы, туловища и четырех конечностей – рук и ног.

Скандинав рассудил иначе, сказав, что человек состоит из мяса, костей, кожи и волос.

Француз, который полагал подобные ответы примитивными и грубыми, считал более правильным определение, что человек состоит из разума и эмоций.

А немец считал, что они все не правы, ибо если уж человек из чего-то состоит, так это из 60 процентов воды, 20 процентов белков, 14 процентов жиров, 5 процентов минеральных солей и 1 процента углеводов.

Нечто подобное происходит и со взглядом на кулинарное обучение, причем ныне доминирует, так сказать, «немецкое» понимание этого вопроса. Обучение хотят как будто бы сделать как можно более научным, но при этом порой утрачивают простой, естественный, кулинарный подход, кулинарную логику, и в результате исчезает человек, состоящий из головы, рук, ног, и остаются одни сухие и голые проценты; исчезает вкусная еда, и остаются «правильные» калории и граммы.

Это затаившееся вступление, это «нападение» на традиционное кулинарное обучение понадобились нам для того, чтобы,

во-первых, ясно показать, в чем суть вопроса; а во-вторых, предлагая свою кулинарную азбуку, ясно и четко подчеркнуть, что она не похожа на то, к чему, быть может, привык читатель, и что она исходит из кулинарной логики и диалектики. И пусть, лишь испробовав ее на деле, читатель берется сделать вывод о ее пригодности.

### **Итак, что самое простое в кулинарии?**

#### **Что легче всего или, вернее, проще всего приготовить?**

Свыше 90 процентов людей считают, что самое простое – сварить яйцо. Римляне говорили *ab ovo* («начать с яйца»), что означает – начнем с самого начала, от истоков вопроса. Поговорка эта возникла потому, что трапеза римлян всегда начиналась с яиц, которые они, кстати сказать, вовсе не варили, а выпивали сырыми. Это была как бы заправка, закуска, за которой следовала настоящая еда.

Есть и другая трактовка поговорки: яйца – символ начала жизни, начала вещей. Поэтому «начать с яйца» – это как бы начать рассказ или решение проблемы от самых истоков. Наконец, некоторые считают, что выражение «начать с яйца» происходит от мифа о Леде, к которой Зевс, плененный ее красотой, явился в виде лебедя, когда она купалась в источнике. От этого союза Леда снесла два яйца. Этот миф породил выражение «с яиц Леды», которым пользовались большей частью поэты, чтобы иносказательно выразить понятие очень древнего события.

Так, А. Пушкин писал: «Постараюсь загладить вину мою длинным письмом и подробными рассказами. Начинаю с яиц Леды».

Конечно, это опоэтизированное выражение более позднее, чем кулинарное *ab ovo*, но тем не менее кулинарная азбука начинается вовсе не с яйца, а с... хлеба.

Да, сделать хлеб – самое простое, самое первое по кулинарной логике действие. А с учебной, педагогической точки зрения тем более первейшее. Ибо ни одно другое кулинарное достижение не убеждает так человека в его способностях и умении готовить, не придает ему такую кулинарную уверенность и сноровку, как умение собственными руками испечь хлеб. Так было

испокон веков. Но в еще большей степени это оказывается верным сегодня.

Ибо мы привыкли ныне считать хлеб чем-то таким, что уже неподвластно домашней кухне, что требует какого-то сложного, заводского оборудования и опыта, что мы получаем готовым, подобно обуви или одежде, консервам или минеральным напиткам.

А между тем хлеб – это основа жизни и стола. Без хлеба нельзя прожить, без него любой обед не обед, любому блюду чего-то недостает. Но самому выпечь хлеб кажется делом трудным. Это представление сложилось у нас из той литературы XIX века, где описывалось, как ранним-ранним утром, почти ночью, в 3-4 часа, пока вытопленная с вечера печь еще не успевала остыть, хозяйка вставала, начинала месить тесто и сажать в печь хлебы. Процесс этот был неудобен по времени, трудоемок, но и в ту пору достаточно скор: уже в 5-6 часов утра, то есть через полтора-два часа, поспевал свежий, пышущий жаром и хлебным духом каравай.

А ведь в справной, работающей семье хлеб пекли чуть ли не каждый день – два-три раза в неделю, чтобы всегда иметь его свежим. Ныне же, при современной домашней технике – газовой плите – выпечка хлеба занимает не более 15-30 минут.

Конечно, речь идет не о буханках на килограмм и более веса или о батонах. **Чтобы быстро, за 8-10 минут испечь хлебное тесто**, надо придать ему форму лепешки величиной самое большее с ладонь и толщиной не более 1 см, причем в середине этой лепешки надо сделать вмятину, чтобы тесто не вздувалось и не подгорало. Вкус хлеба от этого не изменится, пропеченность улучшится, а время выпечки сократится до минимума.

Что же надо сделать? Что надо иметь?

1. Возьмите: 35-50 граммов дрожжей (от трети до половины пачки), 0,5 стакана воды, 1-2 столовые ложки муки. Перемешайте все вместе в чашке, отставьте.
2. Нарезьте мелко-мелко или пропустите через мясорубку луковицу.
3. Зажгите печь в кухне (духовку).
4. Перелейте дрожжевую смесь в большую миску, добавьте к ней полстакана воды или молока (что есть под рукой)

и примерно треть стакана подсолнечного масла. Все быстро, но старательно перемешайте, всыпьте нарезанный измельченный лук, посолите (щепотка-две), затем постепенно подсыпайте муку и все время размешивайте до образования теста, не пристающего к рукам.

Момент этот важно не пропустить. Главное – чтобы тесто не получилось слишком крутое; значит, муку надо всыпать постепенно, до тех пор, пока тесто, продолжая оставаться еще очень мягким и нежным, в то же время совершенно отставало бы от рук. Хорошо промесив такое тесто, наделайте из него колобков величиной примерно с яблоко или чуть меньше и сплюсните каждый из этих шаров в лепешку толщиной примерно в один-полтора сантиметра. Выложите эти лепешки на противень или лучше на лист и на расстоянии примерно полутора-двух сантиметров друг от друга прочертите по этим лепешкам глубокие линии ножом, сделав их как бы полосатыми.

Дайте хлебу постоять перед посадкой в печь 2–3 минуты или сразу сажайте в печь, ибо в кухне к этому времени уже будет жарко. Огонь печи (духовки) должен быть умеренным, и лист с лепешками должен быть поставлен на верхнюю полку духовки. Заметьте время. Минут через 10 посмотрите, проткните заостренной спичкой. Если лепешки зарумянились, а на спичке все же остаются следы теста, дайте постоять в духовке еще минуты 2–3. Но не больше. Вынимайте, разложите на деревянной доске (фанере), прикройте полотенцем, куском полотна. Ваш хлеб готов. На все ушло вместе с разделкой не более 20 минут. Затяжка во времени может быть лишь оттого, что духовка печет слабо или не была предварительно хорошо прогрета.

Попробуйте приготовленный хлеб минут через 25, не раньше: лишь тогда он приобретет свой настоящий вкус. Ну как? Вкусно! Да еще как! И совсем нетрудно. Прямо-таки ерундовски просто.

А почему?

Давайте разберемся.

Во-первых, в данном случае мы приготовили изделие по точно указанному рецепту и, более того, по точно указанной

технологии. Все операции, их последовательность были предварительно продуманы и опробованы, чего часто не бывает в поваренных книгах, где рецепт содержит лишь указание на то, что взять, какое количество и какие продукты, сколько чего сварить, изжарить.

Но как сделать, в какой последовательности, в каком порядке совершить каждую операцию и, главное, чего избежать, об этом поваренная книга не говорит. Вот почему не всем и не всегда удается готовить по поваренной книге. Ее может правильно прочесть человек подготовленный и умеющий определить, что там опущено и как дополнить эти пробелы при изготовлении блюда.

Отсюда видно, что технология приготовления не менее важна, чем рецепт блюда. В данном случае у вас было то и другое, и если вы делали все точно, то и результат получился хороший.

Но не менее важно для вашего успеха было и другое обстоятельство: вы имели дело при приготовлении блюда (изделия) исключительно с готовыми продуктами, с фабрикатами. А что это значит?

Это значит, что все использованные вами для приготовления нового изделия компоненты (мука, масло, дрожжи, молоко) были совершенно готовыми, сделанными фабрично-заводским (промышленным) способом и имели уже определенный стандарт, качество, как правило, высокого уровня.

Вам оставалось только соединить и перемешать эти компоненты. Пропорции и вес (объем) смеси также были даны, поэтому ошибки быть не могло. Да и выпечка не требует особого искусства. Время ее было приблизительно обозначено. В остальном работала печь, а не вы. Поэтому при приготовлении домашнего хлеба в данном случае часть успеха приходится на долю промышленности, подготовившей компоненты, а часть на долю плиты (духовки).

Теперь, раз уж мы заговорили о плите, самое время определить разницу между листом и противнем.

Оба эти предмета кухонного или, вернее, печного оборудования вошли в быт нашей страны сравнительно недавно (не бо-

лее 200 лет назад) с появлением европейской плиты, имеющей духовой шкаф.

Ни в одной из систем печей, которыми пользовались у нас – русская печь, украинская груба, кавказский и среднеазиатский тонир, или тандыр, – таких приспособлений не требовалось. Хлеб, лепешки, пироги, пряники – все это либо помещалось непосредственно на кирпичный *под*<sup>1</sup> печи, либо прикреплялось к ее глиняным стенкам (у тандыра). Иногда лишь черный хлеб в русской печи клали на капустный лист, да и то для вкуса, а не для успеха выпечки.

И лист и противень заимствованы из французской кухни через немецкую.

Лист, то есть прямоугольная металлическая пластина, без всяких рантов и загнутых краев, появился первым. Это было во второй половине XVIII века. Назывался он по-немецки «блех», и на русский язык это слово вначале не переводилось, а называли его «бляха», «бляшка», «жестяная бляха», ибо когда иностранные повара, не знавшие русского языка, говорили «блех», то их русские крепостные ученики повторяли «бляха». Впоследствии, уже в начале XIX века, появилось слово «лист», сокращенно обозначавшее жестяной лист, или лист жести.

В это же время стали различать **лист простой** (железный, жестяной) для выпечки булочек, небольших сдоб, ватрушек, пирожков – всех изделий из ДРОЖЖЕВОГО и СЛОЕНОГО теста – и **лист пирожный**, или кондитерский (медный, луженый), для выпечки печенья – песочного, сахарного, масляного и для других мелких кондитерских изделий.

Разница в материале (металле) листа, а также в его толщине имела значение, так как разный металл обладает разной теплопроводностью, разной степенью нагрева. Лист выбирался в зависимости от используемого продукта.

Это, разумеется, нелишне учитывать и сейчас.

Противень пришел в нашу кухню почти одновременно с листом, в период устного обучения поварскому ремеслу. По-немецки эта прямоугольная сковорода из железа называлась

<sup>1</sup> Под – древнее слово, известное с 1050 г., т. е. дно, низ – кирпичное или каменное основание (выстилка) под сводом русской печи, на которое непосредственно, без всякой подкладки кладут пироги для выпечки.

«браттпанне», то есть сковорода для жаренья, для запекания. Она имела довольно высокие борта: от одного дюйма (2,5 см) до полутора, а иногда и до двух. Эти борта могли быть либо перпендикулярными к плоскости сковороды, либо наклонными, образуя с ней тупой угол.

Первоначально «браттпанне», как трудное для произношения слово, трансформировалось в устном языке в «бротпань», а потом приобрело совсем русскую окраску, превратившись в «противень».

В русской кухне противень широко используется при запекании в духовке больших кусков мяса, целой тушки домашней птицы, при изготовлении запеканок из лапши и каши и, наконец, при печении пирогов, особенно сладких, для которых лист неудобен, так как на нем пирог выходит суше, жестче, из него порой вытекает варенье, сахар, а пироги из слоеного теста, как правило, опадают после выемки из печи, теряют свою пышность. Для всех этих сложных по составу (с начинкой) и крупных по размеру изделий, выпечка которых продолжается по 20–30 минут, а то и около часа, противень незаменим. Но он противопоказан мелким кондитерским изделиям, сухому сладкому печенью, которое должно быть хрустящим, сыпучим, ломким и «сидеть» в печи не более 5 минут, чтобы не подгореть.

Итак, мы знаем, хлеб лучше печь на листе, а небольшие лепешки, о которых мы ведем речь, можно вообще печь даже на картоне, фольге или просто на обычной бумаге для пишущих машинок, положенной на решетку. Хорошие у вас получились лепешки? Конечно, хорошие! Но не спешите задирать нос. Вам еще предстоит многому учиться. Приготовление хлеба – это азы, первая, начальная стадия, вроде детской игры в куличики или в кубики. Принцип здесь тот же: вы складываете из готового готовую вещь, «строите сами», но все же пока только из готового. Пока еще вы не предпринимаете ни одного самостоятельного действия над продуктами, которое бы резко улучшило их, а может быть, и ухудшило. С точки зрения кулинарного обучения приготовить жареную картошку или яичницу все же сложнее, чем хлеб. Ибо в обоих этих случаях вы должны сами

подготовить продукт и сами решить, как, каким образом зажарить. И именно здесь нужны знания, а без них вас подстерегают ошибки. Но обо всем, как мы договорились, по порядку.

Вернемся еще раз к нашему хлебу и повторим все сначала, но уже не конкретный рецепт, а общие принципы приготовления всех изделий такого рода, чтобы уметь их готовить независимо от того, помним мы данный рецепт или нет, есть ли у нас указанные продукты или нет.

## **ПЯТЬ ПРАВИЛ, ПЯТЬ СЕКРЕТОВ ХЛЕБОПЕЧЕНИЯ**

•••

### ● **ДРОЖЖИ**

Дрожжи должны быть всегда свежими. Если они несвежи, их можно попытаться обновить: растереть в ложке теплой воды и добавить чайную ложечку сахара. Если через 10 минут они начнут пузыриться, значит, ожили. Темные, неожившие кусочки отобрать и выбросить. Но лучше для всех хлебных изделий использовать свежие дрожжи. Возобновленных дрожжей надо брать почти вдвое больше, чем свежих. На один килограмм веса муки и других компонентов теста нужно брать не менее 35 и не более 50 граммов дрожжей, то есть треть или половину пачки, смотря по их качеству. Дрожжи можно заменять пивом (полстакана) или сметаной (стакан). Однако заменители не вносятся в тесто непосредственно, как дрожжи. Вместо этого из них предварительно приготавливается опара-закваска: пиво или сметану надо смешать с небольшим количеством муки в пастообразное состояние, добавить чайную ложечку сахарного песка, накрыть и оставить в теплом месте, чтобы смесь забродила. Если же брожения и сопутствующего ему вспучивания не произойдет (что может объясняться гибелью или отсутствием живых грибков в пиве), то такая «закваска» не сможет заменить дрожжи.

### ● **жидкость**

Жидкость для замеса любого теста должна обязательно состоять как минимум из полстакана воды – для разведения

дрожжей. Остальная жидкость может состоять из воды, молока, сметаны, сыворотки, пахты, кефира, смешанных в любых пропорциях между собой и взятых в любых количествах.

#### ● жиры

В хлебном изделии могут быть использованы абсолютно любые жиры животного и растительного происхождения. Лучше всего подсолнечное масло, а также сливочное, бараний жир, свиное и говяжье топленое сало. Если жиры твердые, то их перед введением в тесто надо растопить, превратить в жидкость. Жиры, как и жидкости, можно смешивать между собой в любых пропорциях и использовать эти сочетания в хлебном изделии. Есть у вас ложка подсолнечного масла, небольшой кусочек, граммов в 20, масла сливочного и немножко куриного жира, выстилающего брюшную полость, – все это можно смешать, все это годится, чтобы выпечь килограмм хлеба. Надо только все растопить и перемешать вместе, прежде чем вводить в тесто.

Эту способность хлебных изделий помогать утилизировать все остатки не только жиров, но и других близких им продуктов (в тесто можно вводить также небольшие добавки сыра, творога, предварительно превращенные в порошок, тертые) народ отразил в известной поговорке: в хлеб да в пирог все завернешь.

**Первая операция.** Вначале всегда создается смесь из дрожжей, жидкостей и всех добавочных компонентов (все компоненты разведены, в том числе жиры и яйца, если последние предусмотрены каким-то рецептом).

В эту жидкую смесь могут быть введены, после того как она создана, и некоторые небольшие добавки растворимых или нерастворимых сухих компонентов, например соль, пряности (перец, лук, тмин, кориандр, анис). Необходимо только следить, чтобы они равномерно распределялись в тесте.

**Вторая и решающая операция:** приготовление теста.

К соединенной жидкой смеси подсыпается мука – столько, сколько потребуется для теста, которое бы не липло к рукам. Поэтому мука подсыпается постепенно, и все время тесто

вымешивается. Лучше всего, если это делается непрерывно: одной рукой подсеиваете муку, другой (ложкой) вымешиваете тесто круговыми движениями по часовой стрелке. Чтобы это было легче делать, тесто надо всегда замешивать в глубокой устойчивой посуде. Вот почему прежде для этой цели использовалась квашня – цилиндрическое, слегка расширяющееся книзу деревянное тяжелое ведро. Теперь наиболее удобной посудой может быть глубокая цилиндрическая эмалированная миска (но не кастрюля).

Количество муки никогда не определяется заранее при приготовлении мучных (хлебных) изделий, ибо все зависит от того, какое получилось количество жидкой смеси; каков ее конкретный состав и сколько муки сможет эта смесь вобрать в себя. Если же заранее определить количество муки, то точно подогнать под него жидкость практически никогда не удастся, ибо эта величина переменная, подверженная колебаниям. Здесь влияют и различные жирность, плотность молока, жесткость воды, величина яиц, консистенция масла и жира, а также свежесть дрожжей и их воздействие на жидкую часть. Поэтому не питайте особого доверия к тому рецепту, где для хлебного теста «точно» определяется количество муки. Он, как правило, не дает возможности получить качественное изделие, несмотря на все наши усилия.

Важно выполнять другое – строго соблюдать пропорции, не выходить за рамки определенных соотношений.

1. Все сухие добавки, нерастворимые: лук, сыр, творог, пряности, вместе не должны превышать по объему полстакана на каждые два стакана жидкости в составе теста. Иначе тесту трудно будет хорошо подняться.
2. Жиры, масла не должны превышать полстакана на каждый стакан жидкости (воды, молока), иначе тесто будет сухим, истонченным.
3. Яйца в хлебное тесто не следует добавлять вообще, ибо они придают тесту хрупкость, жесткость. Поэтому яйца – принадлежность в основном кондитерского теста, имеющего иные законы.
4. Молоко делает тесто пышнее, мягче, придает ему эластичность, упругость. Но им не следует злоупотреблять,

его всегда должно быть меньше, чем воды, или пополам с водой, иначе тесто трудно будет пропекаться. Молочный хлеб надо всегда делать небольших размеров: чем меньше молочная булочка, тем легче ее пропечь.

5. Хлебное изделие отличается от кондитерского не тем, что одно сладкое, а другое нет. Такое определение потребительское. Кулинарное определение исходит из того, какую роль играет в данном изделии мука. Если мука – главный компонент, если ее больше (по весу, объему), чем всех иных компонентов, то изделие хлебное. Если мука составляет менее половины всех других компонентов (масла, яиц, сахара, разных добавок), то изделие кондитерское.

Теперь, когда вам стал ясен смысл и основные правила приготовления хлебных изделий, попробуйте сами, без всякого рецепта, на глазок выпечь хлеб. Только после того, как эта проба удастся, переходите к следующей главе.

#### ● ПРИМЕЧАНИЕ

Единственное затруднение, которое может у вас возникнуть, – это отсутствие дрожжей и неэффективность их заменителей. Но существуют два выхода. Во-первых, образовать тесто из сочетания блинной муки с обыкновенным кефиром. К этой смеси ни в коем случае нельзя добавлять воду, но масло (жиры) и луковую заправку можно, и даже желательно. Такое тесто надо очень быстро разделявать на небольшие плоские лепешки руками, но не мять его сильно и не сдавливать, а тотчас же сажать в печь, чтобы его подъемная сила не успела испариться.

**Второй выход еще проще:** изготовить хлеб вообще без всяких разрыхлителей и подъемных средств, и даже без использования духовки, просто на сковороде. Такой «хлеб», разумеется, будет сильно отличаться от обычного, но тем не менее вполне может служить хлебом, то есть выполнять свою основную функцию. Более того, его вкусовые свойства превосходны, и он практически не может получиться непропеченным.

**Что для этого нужно иметь?**

Муку, воду, подсолнечное или любое иное растительное масло, соль.

**Что надо сделать?**

В глубокую миску насыпьте два-три стакана муки и медленно добавляйте к ней теплую воду не ниже 36–38 градусов, непрерывно и быстро размешивая эту смесь вилкой, ложкой, а лучше всего деревянной палочкой, держа последнюю вертикально в центре миски и вращая по часовой стрелке. Получившееся вязкое тесто должно как бы наворачиваться на палочку. При этом очень важно не мять тесто, не прижимать его к стенкам или дну посуды, а оставлять все время свободно «прилепленным» к палочке или вилке.

Как только тесто достигнет консистенции, близкой густоватому, но рыхлому дрожжевому, осторожно, то есть не мять, освободить его от палки и закрыть плотным, вдвое сложенным полотенцем, оставив в теплом месте минут на 20. Тем временем нагреть широкую, из толстого металла сковороду и насыпать на разделочную доску слой муки. Выложив на доску тесто после расстойки, раскатать его в блин размером 50x25 сантиметров, обильно смазать подсолнечным маслом, посыпать солью и скатать в трубку.

Трубку разрезать поперек на две равные части и каждую из них скрутить винтообразно в жгут, подобно тому, как отжимают воду из белья. Жгуты положить на доску, примять и осторожно, без сильного нажима раскатать до толщины не менее одного сантиметра. После этого выложить жгуты на горячую, смазанную маслом сковороду, усилить огонь, прикрыть крышкой и печь по три минуты на каждой стороне.

Общее время приготовления этого «хлеба» займет, таким образом, всего около часа. Его надо есть только горячим, свежим, сразу после приготовления.

## ТЕСТО И ЕГО ИСПОЛЬЗОВАНИЕ В РАЗНЫХ БЛЮДАХ

КОЛЬ СКОРО МЫ УЗНАЛИ, КАК ИСПЕЧЬ ХЛЕБ СВОИМИ РУКАМИ, А ТЕМ САМЫМ И КАК ЗАМЕСИТЬ ТЕСТО, ТО ЛОГИЧНО В КАЧЕСТВЕ СЛЕДУЮЩЕГО ШАГА КУЛИНАРНОЙ АЗБУКИ ОЗНАКОМИТЬСЯ С ПРИГОТОВЛЕНИЕМ ВСЕХ БЛЮД ИЗ ТЕСТА ИЛИ, ИНЫМИ СЛОВАМИ, С ПРИМЕНЕНИЕМ ТЕСТА КАК ИСХОДНОГО МАТЕРИАЛА ДЛЯ РАЗНООБРАЗНЫХ ПО НАЗВАНИЯМ, НО, В СУЩНОСТИ, ОДИНАКОВЫХ ПО МАТЕРИАЛУ, МЕТОДУ ИЗГОТОВЛЕНИЯ И ПО ЗНАЧЕНИЮ В НАШЕМ ПИТАНИИ БЛЮД, КОТОРЫЕ ТРАДИЦИОННО НОСЯТ НАЗВАНИЕ МУЧНЫХ.



**Э**то название не совсем точно, и вот почему. С мукой как исходным материалом имеют дело пищевики, ряд профессий которых ныне считаются не только разными, но даже и весьма далекими, отличающимися друг от друга.

Во-первых, это хлебопеки, которые, собственно, и занимаются изготовлением или выпечкой хлеба и которые вовсе не причисляют себя к «поварам», «кулинарам» и, по правде говоря, считают свою профессию далекой от кулинарии. Иной современный хлебопек, работник хлебозавода, не сможет в домашних условиях приготовить лепешку, пельмени, блины или какое-либо иное мучное блюдо, ибо его этому «не учили», «мы это не проходили». Да, заводское современное производство хлеба – это такой технологический процесс, при котором человек видит только машины, а муки и тем более теста, процесса его ком-

бинирования, замеса видеть просто не может, так как все это происходит в герметично закрытых аппаратах. Поэтому ныне хлебопек ощущает себя скорее просто промышленным рабочим, техником, инженером, чем пекарем, булочником в прежнем смысле этого слова.

Аналогично и положение работников макаронной промышленности, изготавливающих также в закрытых аппаратах и машинах макароны, вермишель, лапшу, рожки и другие фабрикаты для целого ряда блюд. Собственно кулинарное применение этих фабрикатов отделено от их изготовления. Две стадии единого процесса разорваны и изолированы друг от друга. Синтез их, их единство восстанавливается только при домашнем приготовлении: замесил лапшу и тут же отварил ее или использовал каким-нибудь другим способом. И уж совсем далеко от «мучных изделий» чувствуют себя работники кондитерской промышленности, где мука – так, сбоку припека, а подлинный «фундамент» производства – сахар, яйца и масло.

Стало быть, все они, как промышленные работники, во все не считают себя сродни поварам-кулинарам, условия работы которых хотя и приближаются на крупных предприятиях к фабричным по уровню своей механизации, но в то же время непременно и неизбежно сохраняют черты индивидуального производства и, главное, не отделяют повара от материала, над которым он работает, не нарушают его, так сказать, «руко-месла», «рукотворчества» в их исконном значении созидания изделия (блюда) от начала и до конца.

Вот этим-то характером своего труда профессия повара, кулинара отличается и, надо полагать, в будущем будет отличаться от всех других профессий, используемых ныне в условиях фабричного или заводского производства.

И здесь, конечно, нет ничего плохого. Скорее наоборот. Профессия повара даже при наивысшем техническом оснащении не перестанет быть и ремеслом, и творчеством, и искусством и будет привлекательна для нас как раз этими своими «человеческими» чертами. Вот почему домашние занятия поваренным делом, даже когда в них отпадет настоящая необходимость, будут время от времени тянуть к себе человека, как теперь тянут к себе, например, шитье, вязание, вы-

шивание, столярные работы, хотя в них и не бывает чисто материальной или иной потребительской надобности и заинтересованности.

Так что, учась домашнему «рукоделу», мы отнюдь не рискуем заняться ненужным делом. Если уж оно окажется ненужным для нашего желудка, то останется всегда нужным для души.

Итак, повар работает не столько над тем, чтобы создать из муки тесто, сколько над тем, чтобы из теста создать разные блюда. У хлебопека после изготовления теста работа кончается, а у повара только начинается. Вот почему для повара блюда эти не мучные (это название не кулинарное, а потребительское, по сырию), а тестяные. Ибо повар работает над тестом, его он доводит до вкуса.

Изделий из теста в рационе человека довольно много, особенно в русской кухне. Здесь и лапша, и пельмени, и вареники, и блины, оладьи, пышки, пироги, ватрушки, не говоря уже о тестяных блюдах других народов нашей страны: галушках, галках, колдунах, лагманах, монпарах, шиме, дюшбара, хинкалах, бораках, скриляй и множестве других традиционных кушаний, которые всегда были, есть и, надо полагать, никогда не исчезнут с нашего стола.

Перечисленные блюда, конечно, далеко не однородны, а в глазах рядового поварского работника даже разные. Но если рассматривать их по существу, исходя из особенностей производства, то для подлинного кулинара все они технологически одинаковы, разница лишь в названиях, в составе и во вкусе. Особенно это относится к блюдам, в которые входит пресное тесто. Оно может быть одно, само по себе, и тогда это будет лапша, хинкал, галушки; оно может служить оболочкой для начинки и тогда будет называться пельменями, варениками, дюшбара, бораки, колдунами, в зависимости от того, какой народ его делает и какую начинку кладет; и, наконец, оно может быть сочетанием кусочков теста с кусочками мяса или овощей и в таком случае называться лагман, монпар, шиме, скриляй или лапша с мясом. Но так или иначе, чтобы сделать любое из этих блюд, вам все равно придется начать с приготовления их тестяной основы – пресного теста.

**Что такое пресное тесто?** В самом наипростейшем виде это мука и вода или мука и любая иная пищевая жидкость: молоко, сыворотка, сметана, подсолнечное масло, пахта, яйцо или же любые сочетания этих жидкостей с мукой.

Выходит, что пресное тесто проще дрожжевого: в нем нет дрожжей, ему не надо подходить. Да, проще. Но почему же мы начали не с него, а перешли к нему как ко второму шагу в кулинарной азбуке? Да потому, что мы договорились подходить к блюдам не с точки зрения тех продуктов, из которых они состоят, а исключительно из сложности чисто кулинарных операций, необходимых для приготовления блюда. В случае с хлебом нам надо было лишь соединить ряд готовых продуктов. Их число (два или десять) при этом не имело никакого значения, ибо дальше мы должны были просто посадить в печь нашу смесь.

При изготовлении же блюд из пресного теста кулинарных операций больше, и они уже носят не просто механический характер, а требуют известного творческого подхода. Вот почему изделия из пресного теста столь отличаются по вкусу у разных хозяек. «Из той же мучки, да не те ручки» – как говорит пословица.

В состав пресного теста очень часто входят яйца.

Иногда они почти полностью заменяют жидкость. Их роль – сделать тесто плотным, крепким, непроницаемым. Это необходимо, чтобы тесто не разваливалось в воде, если оно варится одно, держало бы начинку, если оно используется в качестве оболочки. Но помимо повышенной плотности пресное тесто отличается от дрожжевого тем, что замешивается как можно круче. Помните, подготавливая тесто для хлеба, мы заботились о том, чтобы оно было рыхлым, нежным, мягким, опасались подсыпать слишком много муки. Имея дело с пресным тестом, мы должны опасаться сделать его слишком водянистым, и потому здесь порой используется минимальное количество воды.

Это полное изменение основной задачи диктует и иные правила приготовления.

Возьмите примерно стакан пшеничной муки или чуть меньше, высыпьте ее на деревянную разделочную доску горкой, сделайте в этой горке углубление, то есть превратите ее

в подобие кратера (во французской кулинарной терминологии этот прием так и обозначается: сделать кратер), и внутрь этого кратера вбейте яйцо. Затем добавьте одну, максимум две столовые ложки холодной воды, быстро обеими руками замешивайте тесто так, чтобы жидкость не выливалась из кратера. Для этого муку надо равномерно собирать с подножия горки и насыпать ее в кратер, следя одновременно, чтобы не разломать горку в одном каком-нибудь месте. Причем муку надо не просто сыпать, а прижимать ее с силой к жидкости так, чтобы она впитывалась и образовывалось тесто. На первых порах этот простой маневр не удастся – горка сломается, яйцо начнет «бегать», растекаясь по доске. Попытка остановить «беглеца» рукой приведет к тому, что все руки у вас окажутся вымазанными жидковатым липким тестом, а большая часть муки останется «лишней», на нее «не хватит» жидкости.

Вот здесь, бывает, и опытная хозяйка не сдержится да и плеснет водички. Но этого как раз не следует делать. Максимум воды, который вы имеете право добавить к взятой вами муке, это еще пара столовых ложек. Не давайте себя обескуражить первой неудачей. Как можно быстрее и решительнее смешивайте муку с «крохотным» количеством жидкости – ее вместе с яйцом вполне достаточно, чтобы вобрать в себя стакан муки, чтобы вышло действительно крутое тесто. Если же оно окажется суховатым, то заверните полученный круглый колобок во влажное полотенце и оставьте на 10–15 минут. Но до этого надо постараться хорошенько промять колобок. Тут вы и почувствуете, что это действительно вторая буква кулинарной азбуки.

Если колобок получился нормальным, то все равно его необходимо завернуть в полотенце и оставить в таком виде на 10–15 минут. Зачем? Это называется «расстойка теста». В это время происходит его созревание, или, точнее говоря, диффузия составляющих его частей – муки и жидкости. Чем полнее, равномернее пройдет эта диффузия, тем легче вам будет работать с тестом при его раскатывании, ибо тем эластичнее оно будет. Но добиваться его мягкости, прибавляя жидкость, нельзя. Пресное тесто должно быть плотным. Это крайне важно для последующих операций.

Но вот колобок отлежался, расстоялся. Теперь его предстоит раскатать в тонкий лист. Для этого нужны доска и скалка.

**Доска**, важный «инструмент» домашнего кухонного хозяйства, используется для раскатки теста, нарезки лапши, разделки лепешек и для самой разнообразной обработки всех иных тестяных или овощных изделий (для разделки мяса и рыбы целесообразно иметь отдельные доски). Доска недаром называется доской: она должна быть деревянной. Большинство тестяных поварских и кондитерских изделий разделяется только на деревянной доске. Правда, часть вязких и масляных сладостей требует мраморной доски, а кое-какие виды вытяжного теста приготавливаются (растягиваются) на полотняной, льняной скатерти, но эти изделия редко приходится делать в домашней кухне, да еще новичкам, так что деревянная доска, можно сказать, незаменима во всех случаях.

Лучшее дерево для такой доски – липа, осина, береза, бук. Лучшие размеры – 50x75 сантиметров. Можно использовать старую чертежную доску. Дерево не очень гигиеничный материал, но попытки заменить его пластмассой не удалось. Дерево мягко, упруго, податливо. Оно помогает раскатке. Тем более что доска лишь составная и пассивная часть «инструмента», она «работает» вместе с деревянной же скалкой.

**Скалки** бывают разные. Монолитные – с одной или двумя ручками, или так называемые русские скалки, сработанные из одного куска дерева, из одной «палки», и скалки западноевропейские, вращающиеся вокруг стержня. Такие скалки требуют меньше физической энергии, ими легче работать, зато русские скалки надежнее и ими можно вести практически любой вид раскатки, в то время как вращающиеся скалки больше подходят для дрожжевого, пышного теста, для мягкого – песочного и меньше для крутого – пресного.

Лучше всего, конечно, иметь оба вида скалок в хозяйстве и лично попробовать, какая удобнее.

Кроме этих двух основных видов скалок имеются еще несколько специальных. Например, длинная тонкая скалка для раскатки теста, содержащего масла и жиры. На такую скалку

тестяной лист (сочень) постепенно наворачивается и сам принимает участие в раскатывании остального теста, вернее, «себя самого». Для того, кто умеет работать такой восточной скалкой-палочкой, само раскатывание превращается в легкую и красивую игру. Но кому не удастся приобрести сноровку, подобная скалка – мучение. Тесто на ней путается, сбивается в складки, режется и давится, так что раскатывание приходится повторять вновь и вновь.

Другая специальная скалка – крохотная, с ладонь величиной и толщиной с палец, – это джува для раскатки маленьких кусочков теста, в основном для пельменей и для среднеазиатских пирожков – самсы. Работать с ней легко. Ее можно рекомендовать новичкам, у которых с непривычки устают руки.

Наконец, есть еще фигурные, или вырезные, скалки для кондитерских изделий, но в домашней кухне без них можно обойтись.

Деревянные инструменты надо держать в порядке: ошпаривать кипятком до и после работы, счищать острым ножом не только прилипшее, но и впитавшееся в дерево тесто, а также какую-то часть деревянного поверхностного слоя скалки и доски.

Но вернемся к нашему колобку. Раскатать его тоже искусство. Вначале дело пойдет туго, в середине, когда колобок удастся распластать, станет легче, а в самом конце опять встретятся трудности.

Прежде всего тесто начнет липнуть к доске или скалке.

Чтобы это предотвратить, подсыпайте на доску тонкий слой муки, точнее, чуть-чуть, легонько припорошите доску. А сверху на тесто старайтесь не сыпать муку, лучше перевертывайте тестяной лист. Вообще с мукой надо быть осторожным. Слишком много ее затруднит раскатывание, сделает тесто сухим, ломким. А это уже порок, это тоже повлияет на вкус. Ведь лимит муки вы (помните?) уже использовали при самой первоначальной лепке колобка. Его и надо в основном придерживаться.

### **А до каких пор следует раскатывать?**

Этот вопрос всегда беспокоит новичков.

Раскатав тесто до трех миллиметров и уже намучившись с ним, они обычно считают, что сделали все возможное. Но ока-

зывается, что надо раскатывать дальше. До одного миллиметра. До толщины бумаги. Без навыка это кажется почти невысказанным. А после небольшой практики выясняется, что можно раскатывать и тоньше – пока тесто не начнет просвечивать и при этом отнюдь не будет рваться.

Чем тоньше раскатано тесто, тем вкуснее изделие из него. Надо также иметь в виду, что при отваривании тесто сильно разбухает, и двухмиллиметровый лист, кажущийся достаточно тонким в сухом виде, в отваренном превращается почти в четырехмиллиметровый, плохо проваренный, кляклый тестяной лоскут. Да и отваривать придется дольше, а это грозит перевариванием теста и его прободением, что особенно опасно, если вы делаете пельмени или вареники. Нежелание приложить побольше усилий при раскатке может впоследствии свести всю вашу работу на нет.

Наконец вам удалось раскатать тестяной блин до идеальной тонкости. Ну и вырос же он – даже на доске не умещается!

Если вы заметили раньше, что тестяной сочень великоват и вам от этого неудобно его раскатывать тоньше, то разделите с самого начала колобок или сочень на две половины и раскатывайте каждую в отдельности. Опытные повара, однако, не всегда прибегают к этому приему: ведь тогда приходится повторять раскатку дважды, и при этом не только теряется время, но и сохнет, затвердевает, теряет эластичность другая половина теста, ожидающая своей очереди. Вот почему следует обернуть ее во влажную салфетку и положить в кастрюлю, накрыв последнюю крышкой!

В восточной кухне, в Татарии, Башкирии, на Урале и в Сибири, не говоря уже о Средней Азии, часто используют еще один прием. Отрезают от колобка небольшие кусочки теста величиной с орех и раскатывают их каждый в отдельности маленькими скалочками. Так поступают, когда делают пельмени. При известной сноровке такая раскатка идет очень скоро, быстро.

Итак, мы раскатали наш большой и тонкий-претонкий тестяной лист. Если он не умещается на доске целиком, а свисает по ее краям, то придется все же разделить его пополам.

Теперь этот лист-«блин» – основа для многих тестяных блюд. От нас зависит, что из него сделать, в какое конкретное кушанье его превратить.

Если мы нарежем его полосами шириной в 2–3 сантиметра, а потом разделим их на куски длиной 6–7 сантиметров, то в отваренном виде такая широкая лапша будет называться хинкалом. Для русской лапши надо тонкий тестяной блин свернуть аккуратно в трубку, а чтобы тесто при этом не слиплось, дать листу после раскатки полежать на доске в развернутом виде минуты три, затем присыпать его слегка мукой и после этого безбоязненно свертывать: даже при очень тонкой раскатке слипания не произойдет, если мы раскатывали блин из действительно крутого теста. Если же тесто содержит больше воды, чем нужно, то раскатывать его будет, конечно, намного легче, но при свертывании в трубку оно склеится, и вся наша работа пойдет насмарку.

Осторожно сплющив эту трубку, острым ножом нарежьте поперек и чуть наискось тонкие, толщиной всего в 2–3 миллиметра, полосочки или колечки. Окончив нарезку, расстелите на свободном столе чистую скатерть или бязь и разверните каждое из этих колечек, стараясь не порвать тонкую, длинную нить лапши. Разбросайте эти «спагетти», «ниточки», «веревочки» по скатерти в любом беспорядке, но по возможности просторно (они не перепутаются) и дайте им подсохнуть.

После этого можно либо немедленно готовить из них блюда – лапшу, лагман, либо засыпать их в суп, либо оставить на день-два, чтобы использовать тогда, когда возникнет необходимость.

Если же вы намерены сделать из раскатанного вами тестяного листа не лапшу, а вареники или пельмени, то стоит лишь нарезать его крупными квадратами 5х5 или 6х6 сантиметров или же тонким опрокинутым стаканом вырезать круги. Обе эти формы используются с одинаковым успехом, но последнее время отдают предпочтение квадратной форме. Хотя изделия получаются внешне менее красивыми, но зато не бывает отходов – обрезков, которые придется вторично раскатывать. Так что окончательный выбор формы изделия из теста зависит исключительно от вас, от вашего времени, желания. На вкус форма не окажет никакого влияния.