

Вступление

Поскольку ваш выбор пал именно на эту книгу, можно выдвигать предположение, что вы человек неординарный, стремящийся к познанию новых вкусов и ощущений. А раз так, то рецепты приготовления изысканных экзотических блюд, которые вы здесь найдете, добавят в вашу жизнь не только экзотики, но и стремление к кулинарному самоусовершенствованию.

Рецепты эти достаточно сложные и во многом необычные, но тем и интересные для настоящих гурманов.

Если вы захотите удивить домашних, сразив их наповал изысками кулинарной экзотики, или готовитесь к элитной вечеринке, где тоже найдется повод кое-кого удивить, то вы попали в точку. Рецепты, вошедшие в эту книгу, как раз подойдут для таких случаев. Конечно, иногда придется подсуетиться, чтобы найти некоторые ингредиенты, но зато восторги ваших гостей, которые безуспешно будут пытаться отгадать, из чего же вы сотворили это фееричное блюдо, будут лучшей наградой!

Читайте!

Удивляйтесь!

Экспериментируйте!

Наслаждайтесь сами!

И восхищайте своих гостей!

Глава 1

Экзотические супы

Черепаший суп

-  1 черепаха
-  1 морковь
-  1 ст. ложка картофельного крахмала
-  1 кусочек сливочного масла
-  1 щепотка сахара
-  1 лимон
-  соль — по вкусу

Вычистить панцирь и отварить черепаху в течение 30 мин. Извлечь мясо и порезать его на мелкие кусочки. Отдельно сварить нарезанную кубиками морковь с солью, сахаром и маслом. В готовый морковный суп добавить мясо черепахи и процедить бульон, в котором она варилась. В полученную смесь добавить картофельный крахмал и вскипятить, постоянно помешивая. Соль и лимонный сок добавить по вкусу.

Бульон из филе лягушек

-  15 г сушеного филе лягушек
-  35 г зеленого горошка
-  10 г рисовой водки
-  10 г имбиря
-  5 г концентрата (глутамат натрия)

-  5 г оливкового масла
-  5 г соевого соуса
-  1 г квасцов
-  соль — по вкусу

Сушеное филе лягушек замочить в теплой воде. Когда оно станет мягким, промыть его в проточной воде и вновь положить в емкость с холодной водой. Через 10—12 часов филе откинуть, очистить от пленок и темных пятен, снова залить холодной водой и поставить в холодное место для хранения. Вес филе лягушек после такого замачивания увеличится в пять раз.

Отварить филе лягушек, тщательно отжать от воды и вместе с зеленым горошком ошпарить кипятком, после чего откинуть на дуршлаг, положить в посуду и залить готовым бульоном, который предварительно прокипятить, добавив в него рисовую водку, имбирь, концентрат, квасцы, соевый соус, соль; затем снять пену и влить в него оливковое масло.



Суп-пюре из курицы с мандаринами

-  1 небольшая курица
-  1,5 л воды
-  6 мандаринов
-  4 ст. ложки сливочного масла
-  2 ст. ложки муки
-  2 яйца



6 | Кулинарная экзотика, доступная всем

 250 мл молока или сливок

 соль — по вкусу

Курицу отварить до полной готовности. Куриный бульон слить и отставить. Мясо курицы отделить от костей, отобрать куриный филей и отложить его для гарнира. Оставшееся куриное мясо пропустить два-три раза через мясорубку и затем, добавив несколько столовых ложек куриного бульона, протереть через сито.

Яйца разбить, отделить желтки от белков и смешать желтки с молоком (сливками) с помощью миксера. В отдельной кастрюле растопить 2 ст. ложки сливочного масла и обжарить на нем муку. Затем развести обжаренную муку четырьмя стаканами куриного бульона и довести до кипения. Влить взбитые белки. Кипятить соус в течение 2—3 мин. Затем снять с огня, процедить, добавить в него приготовленное куриное пюре и тщательно перемешать. Если смесь получилась очень густой, то ее можно разбавить оставшимся куриным бульоном.

Получившийся суп-пюре поставить на огонь, довести до кипения, а затем, сняв с огня, заправить оставшимся сливочным маслом, яичными желтками с молоком и добавить по вкусу соль. Отложенный куриный филей мелко нарезать, мандарины вымыть и, очистив от кожуры, разделить на дольки. Перед подачей к столу в суп-пюре положить нарезанный куриный филей и дольки мандаринов.

Суп рисовый с мидиями

 150—200 г вареных мидий

 1 стакан риса

- 👩 2 моркови
- 👩 0,5 корня петрушки
- 👩 1 головка репчатого лука
- 👩 2 ст. ложки маргарина
- 👩 0,5 ч. ложки мелко нарезанной зелени петрушки или укропа
- 👩 5—6 горошин черного перца
- 👩 соль — по вкусу

Отварные мидии нарезать тонкими ломтиками. В кипящий бульон из мидий положить промытый в теплой воде рис. Коренья петрушки и лук нарезать кубиками, пассеровать на масле и добавить в бульон за 15—20 мин до окончания варки. Одновременно с кореньями положить мидии, соль, черный перец. При подаче к столу посыпать суп мелко нарезанной зеленью.

Суп летний с мидиями, щавелем и шпинатом

- 👩 200—250 г вареных мидий (или кальмаров)
- 👩 5—6 шт. мелкой молодой свеклы
- 👩 4 картофелины
- 👩 1 морковь
- 👩 0,5 корня петрушки
- 👩 50—60 г зеленого лука
- 👩 1 головка репчатого лука
- 👩 200 г шпината
- 👩 400 г щавеля
- 👩 2 ст. ложки сливочного масла
- 👩 1 ч. ложка сахара
- 👩 4 ч. ложки сметаны



8 | Кулинарная экзотика, доступная всем

-  2 яйца
-  0,5 ч. ложки мелко нарезанного укропа
-  соль, уксус, черный молотый перец — по вкусу

Коренья, нарезанные ломтиками, предварительно отваренные мидии (можно заменить их кальмарами), нарезанные ломтиками, и репчатый лук пассеровать на сливочном масле. За 2—5 мин до окончания пассеровки добавить зеленый лук, нарезанный кусочками длиной по 2—2,5 см. Свеклу отварить целыми клубнями, очистить и нарезать ломтиками. Картофель нарезать ломтиками или дольками. Вымытые крупные листья шпината и щавеля разрезать на 2—3 части.

В кипящий бульон положить свеклу, картофель, пассерованные продукты, соль, специи и варить 20—25 мин. За 5—6 мин до окончания варки добавить сначала шпинат, а потом щавель, заправить сахаром и уксусом по вкусу. При подаче положить в каждую тарелку по половинке сваренного вкрутую яйца, добавить укроп и сметану.

Суп из мидий на рыбном бульоне

-  150 г свежих мидий
-  850 мл крепкого рыбного бульона
-  150 г яблочного вина «Сидр»
-  6 горошин черного перца, соль
-  по 0,5 пучка зелени петрушки и укропа для бульона
-  1 лавровый лист
-  40 г масла
-  1 нашинкованная большая головка репчатого лука
-  1 измельченный зубчик чеснока

-  25 г муки
-  1 ст. ложка рубленой петрушки

Раковины мидий хорошо промыть, удалить водоросли, отбросить треснувшие раковины. Маленьким ножом выскоблить темную бороздку с каждой раковины, затем положить мидии в кастрюлю с яблочным вином, перцем и травами, закрыть крышку и варить на сильном огне 5—7 мин, время от времени встряхивая кастрюлю, пока створки раковин не откроются (мидии, которые не открылись, нужно немедленно выбросить). Вынуть мидии из раковин и положить их на некоторое время в посуду, закрытую крышкой. Процедить бульон, оставшийся от варки мидий в отдельную миску. Растопить масло в сковороде, положить лук, чеснок и жарить до мягкости, затем всыпать муку, обжаривать еще 1 мин и влить в рыбный бульон. Затем добавить туда же бульон из мидий, но осторожно, чтобы не попал осадок. При постоянном помешивании довести суп до кипения, затем положить отварные мидии и соль. Перед подачей на стол посыпать суп рубленой зеленью петрушки.

Бульон с крабами и огурцами

-  60 г консервированных крабов
-  500 мл рыбного бульона
-  50 г свежих огурцов
-  10 г рисовой водки
-  5 г концентрата (глутамат натрия)
-  5 г соевого соуса
-  10 г имбиря
-  1 г квасцов

10 | Кулинарная экзотика, доступная всем

У крабов удалить костные пластинки. Свежие огурцы нарезать ломтиками, срезав кончики. Все ингредиенты положить в посуду, залить рыбным бульоном и довести до кипения, после чего снять пену и перелить бульон в суповую миску или пиалу, куда предварительно положить ломтики свежих огурцов.

Китайский бульон с картофелем и свиной

-  1 л куриного бульона
-  300 г картофеля, нарезанного кубиками
-  15 мл винного уксуса
-  50 г крахмала
-  125 г свиного филе, нарезанного кусочками
-  15 мл соевого соуса
-  15 мл кунжутного масла
-  50 г моркови, нарезанной тонкими брусочками
-  5 г корня имбиря, мелко нарезанного
-  3 пера зеленого лука
-  50 г нарезанного красного сладкого перца
-  225 г консервированных ростков бамбука

Вылить в кастрюлю куриный бульон, картофель и половину нормы винного уксуса, довести до кипения. Убавить огонь и оставить бульон медленно кипеть. Смешать крахмал с водой и добавить в бульон. Довести до кипения, пока бульон не загустеет, затем убавить огонь, чтобы он медленно кипел. Положить куски свинины в миску и перемешать с оставшимся винным уксусом, соевым соусом и кунжутным маслом. Добавить в бульон свинину, морковь и имбирь, готовить 10 мин. Затем добавить

лук, красный перец и бамбук. Готовить 5 мин. Разлить суп по тарелкам и сразу подать к столу.

Суп с грибами, курицей и кунжутом

-  0,5 л бульона
-  50 г свежих грибов (лисичек, шампиньонов)
-  250 г куриного мяса
-  1 яйцо, сваренное вкрутую
-  50 г зеленого лука
-  5 г подсоленного кунжута
-  15 мл растительного масла
-  черный молотый перец
-  соль, соевый соус — по вкусу

Грибы тщательно промыть, положить в теплую воду, отделить шляпки от ножек (кроме лисичек), разрезать вдоль, затем дать воде полностью стечь. Курицу разделать, отварить до мягкости, разрезать на маленькие кусочки. Бульон заправить соевым соусом, солью. В разогретую сковороду влить масло, слегка поджарить грибы, заправить соевым соусом, половиной нормы лука, и пожарить еще 2 мин. В жареные грибы положить отваренную курицу, мелко нарубленное яйцо, посыпать кунжутом, равномерно перемешать, выложить в тарелки, залить кипящим бульоном и заправить толченым луком, кунжутом и черным молотым перцем.

Хозяйке на заметку

Если бульон предназначен для использования в соусах или заливных блюдах, его не нужно солить.

Бразильский суп из авокадо с «Хересом»

-  0,75 л куриного бульона
-  600 г авокадо
-  125 г сливок
-  30 мл сухого вина «Херес»
-  100 г муки
-  белый молотый перец, соль — по вкусу



Авокадо разрезать пополам, удалить косточки. Мякоть извлечь до корки, вместе со сливками измельчить в миксере или протереть через сито. Бульон довести до кипения, снять с плиты и подмешать в него пюре из авокадо. Приправить суп солью, «Хересом», перцем и поставить в теплое место. Муку с солью развести небольшим количеством воды и замесить крутое тесто, которое затем раскатать в лепешку толщиной около 3 мм между двумя листами пергамента. Нагреть сковороду с толстым дном и подрумянить на ней лепешку с обеих сторон, свернуть рулетом, нарезать тонкой соломкой и заправить ею суп.

Корейский капустный суп со свиной

-  3 л воды
-  1 кг капусты
-  30 г зеленого лука
-  100 г нежирной свинины
-  1 ст. ложка кунжутного масла
-  2 зубчика чеснока
-  100 мл соевого соуса
-  соль, красный и черный молотый перец — по вкусу

Капусту разделить, нарезать тонкими кусочками шириной 1 см. Свинину нарезать небольшими плоскими кусочками. Лук нашинковать. Свинину слегка обжарить на кунжутном масле в разогретой кастрюле. Затем положить капусту и жарить, переворачивая, вместе со свиной до полуготовности. Налить воду, влить 75 мл соевого соуса, вскипятить. Когда капуста размякнет, добавить оставшийся соевый соус, попробовать: если блюдо слишком соленое, добавить немного воды, если соли мало — посолить. Затем прокипятить на сильном огне. В конце заправить толченым чесноком, красным и черным молотым перцем.

Китайский куриный суп с кукурузой

-  1,2 л куриного бульона
-  150 мл двойных сливок
-  450 г филе куриных грудок, нарезанного полосками
-  100 г вермишели
-  25 г крахмала
-  45 мл молока
-  175 г кукурузы
-  соль, черный молотый перец,
мелко нарезанный зеленый лук — по вкусу

Положить в кастрюлю курицу, куриный бульон и сливки, довести до кипения на слабом огне. Убавить огонь и кипятить около 20 мин. Приправить солью и перцем по вкусу. Тем временем отдельно отварить вермишель. Смешать крахмал и молоко до однородной пасты. Добавить пасту в суп и кипятить, пока он не загустеет. Добавить кукурузу и вермишель, прогреть. Разлить по тарелкам, украсить зеленым луком и подать к столу.

Суп по-китайски

-  1,2 л прозрачного куриного бульона
-  150 г свиного филе
-  30 мл соевого соуса
-  30 мл сухого «Хереса»
-  200 г шампиньонов
-  50 г моркови, нарезанной цветочками
-  40 г лапши
-  2—3 капли соуса «Табаско»
-  100 г отварной спаржевой фасоли
-  соль, молотый черный перец — по вкусу

Нарезать свинину кусками толщиной 6 мм, затем замариновать ее в соевом соусе и «Хересе» в течение 10 мин. Залить бульон в сотейник, добавить свинину вместе с соком, грибы, морковь и довести до кипения. Убавить огонь и кипятить 3 мин, по необходимости снимая пену. Добавить лапшу, снова довести до кипения и кипятить на слабом огне 2 мин. Добавить соус «Табаско», посолить и поперчить. Разложить фасоль по тарелкам. Залить супом и немедленно подать к столу.

Суп из корейки с редькой

-  3 л воды
-  1 кг говяжьей корейки
-  150 г редьки
-  15 г кунжутного масла
-  1 зубчик чеснока
-  50 г репчатого лука



- 👩 *черный молотый перец, нарезанный зеленый лук, соевый соус — по вкусу*

Для яичницы:

- 👩 *2 яйца*
- 👩 *соль, красный молотый перец, жир — по вкусу*

Корейку нарезать кусочками длиной 5 см, редьку нарезать кубиками. Мясо и редьку выложить в глубокую сковороду, залить водой и варить почти до готовности, удаляя накипь. Когда мясо проварится, вынуть его и заправить соевым соусом, кунжутным маслом, измельченным репчатым луком и чесноком. Заправленное мясо вновь выложить в бульон, довести до кипения, поперчить. Готовый суп украсить нарезанной на кусочки яичницей и зеленым луком.

Приготовление яичницы: яйца хорошо взбить, посолить и заправить красным молотым перцем. Массу вылить на сковороду, поджарить на жире и нарезать тонкими полосками.

Куриный суп с «Хересом» и кукурузой

- 👩 *1 л куриного бульона*
- 👩 *200 г мякоти куриной грудки без косточки и кожи*
- 👩 *30 мл подсолнечного масла*
- 👩 *2—3 пера зеленого лука, нарезанного по диагонали*
- 👩 *50 г красного сладкого перца, тонко нарезанного*
- 👩 *1 измельченный зубчик чеснока*
- 👩 *125 г молодых мини-початков кукурузы, нарезанных маленькими кусочками*
- 👩 *200 г консервированной кукурузы*
- 👩 *30 мл вина «Херес»*

16 | Кулинарная экзотика, доступная всем

-  50 г сладкого соуса «Чили»
-  50 г крахмала
-  150 г помидоров, очищенных от семян и нарезанных дольками
-  соль, черный молотый перец, рубленая зелень кориандра — по вкусу

Нарезать куриную грудку на четыре части вдоль, затем каждую часть нарезать маленькими кусочками поперек. Разогреть в глубокой сковороде масло, положить курицу и равномерно обжарить ее в течение 3—4 мин. Добавить зеленый лук, перец и чеснок, обжаривать еще 2—3 мин. Добавить кукурузу и бульон, довести до кипения. Добавить мини-кукурузу, «Херес», соус и соль, готовить 5 мин, время от времени помешивая. Смешать крахмал с водой, добавить в суп и довести до кипения, пока суп немного не загустеет. Добавить помидоры, приправить специями и кипятить еще 2—3 мин. Подать к столу горячим, посыпав зеленью кориандра.

Суп с авокадо и креветками

-  0,5 л овощного бульона
-  0,2 л воды
-  800 г авокадо
-  30 мл лимонного сока
-  1 зубчик чеснока
-  100 г красного репчатого лука
-  150 г вареных креветок
-  1 стручок острого перца
-  соль, черный молотый перец, зелень кориандра — по вкусу



Авокадо разрезать пополам, удалить косточки и очистить от кожуры. Мякоть измельчить и полить лимонным соком. Чеснок и лук мелко порубить. Стручок перца разрезать пополам и удалить семена. При помощи миксера сделать из авокадо и овощей пюре. Влить бульон и воду. Посолить, поперчить и поставить в холодильник охлаждаться. Украсить холодный суп рубленой зеленью кориандра и подать с вареными креветками.

Суп с креветками и яичными узелками

-  1 л ароматного овощного бульона
-  5 мл соевого соуса
-  10 мл сухого белого вина
-  зеленый лук, соль — по вкусу

Для креветочных тефтелей:

-  200 г сырых креветок, очищенных и размороженных
-  65 г филе трески, очищенного от кожи
-  1 ч. ложка яичного белка
-  5 мл сухого белого вина
-  100 г крахмала
-  2—3 капли соевого соуса
-  соль — по вкусу

Для омлета:

-  1 яйцо
-  соль — по вкусу
-  растительное масло — для обжаривания

Для приготовления креветочных тефтелей нужно удалить из креветок



Хозяйке на заметку

Сухарики к супу можно пожарить на сливочном масле. Затем посолить их и смешать с мелко нарубленным чесноком.

черную вену и измельчить их вместе с филе трески, смешать с белком, вином, крахмалом, соевым соусом и солью. Взбить в однородную массу. Сформовать четыре шарика и готовить на пару в течение 10 мин. Затем замочить зеленый лук в холодной воде на 5 мин, пока он не начнет завиваться, воду слить. Сделать омлет, смешав и взбив яйцо с солью. Нагреть немного масла в сковороде и вылить на нее яичную смесь. Когда омлет будет готов, перевернуть его и держать 30 сек. Дать остыть. Нарезать омлет полосками и завязать каждую узлом. Нагреть бульон, добавить соевый соус, вино и соль. Разделить тефтели на порции и добавить в суп вместе с яичными узелками. Украсить зеленым луком.

Суп с кукурузой и крабами

-  1 л куриного бульона
-  30 мл растительного масла
-  3 измельченных зубчика чеснока
-  10 г тертого корня имбиря
-  375 г консервированной кукурузы
-  30 мл соевого соуса
-  175 г мяса крабов
-  1 яйцо
-  соль, черный молотый перец, нашинкованная зелень кориандра, паприка — по вкусу

Нагреть масло в сковороде и обжарить в нем чеснок в течение 1 мин, постоянно помешивая. Добавить имбирь, бульон и кукурузу. Довести до кипения. Добавить соевый соус, крабовое мясо, соль и перец. Снова довести до кипения. Взбить яйцо,

затем добавить его в суп и перемешать. Снять с огня, разлить суп по тарелкам и подать горячим, украсив зеленью кориандра и посыпав паприкой.

Фасолевый суп с грушами

-  2 л воды
-  300 г сушеной белой фасоли
-  200 г стручковой фасоли
-  250 г моркови
-  400 г картофеля
-  100 г кислых яблок
-  250 г сала с прослойкой мяса
-  200 г груш
-  150 г репчатого лука
-  20 г сливочного масла
-  рубленая зелень петрушки, соль,
черный молотый перец — по вкусу



Фасоль замочить на ночь. Стручковую фасоль нарезать кусочками. Морковь вымыть, очистить и нарезать ломтиками, картофель очистить и нарезать кубиками. Сало нарезать кубиками и растопить в кастрюле. Добавить морковь, стручковую фасоль, картофель и тушить около 5 мин. Добавить белозерную фасоль и воду, в которой она была замочена, и варить около 20 мин. Яблоки и груши очистить, разрезать пополам, удалить сердцевину, нарезать ломтиками и добавить в суп. Варить 20 мин. Лук нарезать мелкими кубиками, поджарить в сливочном масле и добавить в суп. Посолить и поперчить. При подаче к столу посыпать зеленью.

Мексиканский томатный суп с бананами

-  0,5 л мясного бульона
-  1 кг помидоров
-  150 г репчатого лука
-  600 г бананов
-  30 мл растительного масла
-  10 г муки
-  100 г сливок
-  10 г кокосовой стружки
-  соль, белый молотый перец — по вкусу



Помидоры вымыть, крупно нарезать и тушить с бульоном и солью на слабом огне под крышкой, пока помидоры не превратятся в пюре. Тем временем лук очистить и нарезать кубиками. Бананы очистить и нарезать кружочками. В другой кастрюле разогреть масло и при непрерывном помешивании поджарить на нем лук до прозрачности, добавить поджаренные и размятые бананы. Бульон с помидорами процедить и протереть через сито в кастрюлю с луком и бананами и все перемешать. Муку развести сливками и заправить суп. Добавить белый перец, посыпать кокосовой стружкой и подать к столу.

Суп с яичным цветком

-  1,5 л куриного (овощного) бульона
-  100 мл воды
-  10 г свежего имбиря, очищенного от кожуры и натертого на терке

-  10 мл соевого соуса
-  5 мл кунжутного масла
-  30 г крахмала
-  2 яйца
-  соль, черный молотый перец, зеленый лук, зелень кориандра и петрушки — по вкусу

Налить бульон в кастрюлю с имбирем, соевым соусом, маслом и специями. Довести до кипения и варить на слабом огне 10 мин. Смешать крахмал с 50 мл воды, добавить бульон. Готовить, постоянно помешивая, пока слегка не загустеет. В кувшине взбить яйца с оставшейся холодной водой, пока смесь не станет пенной. Довести суп до кипения и влить яичную смесь тонкой струйкой, помешивая. Подать сразу же, посыпав нарезанным зеленым луком, кориандром или петрушкой.

Суп-пюре из картофеля с кокосовым молоком

-  350 мл воды
-  250 г очищенного и мелко нарезанного картофеля
-  250 г очищенной и мелко нарезанной моркови
-  100 мл кокосового молока
-  1 толченый зубчик чеснока
-  черный молотый перец — по вкусу

Картофель и морковь залить водой и варить около 15 мин до готовности. Затем сделать однородное пюре, подливая в него кокосовое молоко, добавить чеснок и перец. Подать горячим с хлебом. После заправки кипятить супы-пюре нельзя.

Корейский суп с говядиной, грибами и чесноком

-  1,5 л воды
-  500 г говядины
-  300—500 г грибов (лисичек, шампиньонов, белых)
-  2 зубчика чеснока
-  2 ст. ложки зелени
-  50 г репчатого лука
-  100 г сливочного масла
-  30 г муки
-  сахар, соль, молотый красный перец — по вкусу
-  отварной рис — для подачи

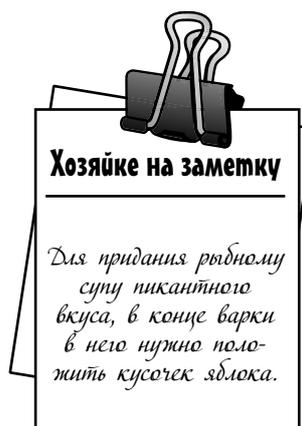
Мясо нарезать кусочками (2 × 4 см) и хорошо перемешать с измельченным чесноком, сахаром, солью, перцем и зеленью. Накрыть крышкой и оставить на 1 ч. Грибы очистить, нарезать, обжарить в половине нормы масла, добавить воду и тушить. Мясо залить водой, добавить лук, оставшуюся половину масла, грибной отвар (от тушения). Все плотно закрыть и варить до готовности на сильном огне. За 10 мин до готовности добавить грибы. Муку развести с водой, смешать с остатками масла и добавить в суп. Подавать суп с отварным рисом, который можно положить прямо в тарелку с супом.

Суп-пюре морковный с «Карри»

-  1 л куриного бульона
-  0,5 л воды
-  70 г сливочного масла

- 👩 350 г мелко нарезанного лука-порей
- 👩 2 измельченных зубчика чеснока
- 👩 2 ч. ложки смеси молотой куркумы и кориандра
в равных частях
- 👩 2 ч. ложки молотого тмина
- 👩 80 мл пасты «Карри»
- 👩 540 г моркови, нарезанной кубиками
- 👩 360 г пастернака, нарезанного кубиками
- 👩 10 г томатной пасты
- 👩 125 мл кокосового молока
- 👩 соль — по вкусу

Нагреть в кастрюле сливочное масло, обжарить лук-порей и чеснок со специями и пастой «Карри», помешивая, пока лук не станет мягким, а смесь — ароматной. Добавить морковь, пастернак, бульон, воду и варить, накрыв крышкой, пока овощи не станут очень мягкими. Добавить томатную пасту. Сделать однородное пюре. Вернуть массу в кастрюлю и вновь подогреть. При подаче к столу добавить в суп кокосовое молоко.



Суп овощной с акулой

- 👩 500 г филе акулы
- 👩 1 картофелина
- 👩 1 головка репчатого лука

24 | Кулинарная экзотика, доступная всем

-  2 стручка консервированного сладкого перца
или 2—3 свежих помидора
-  1 стакан консервированной стручковой фасоли
или консервированного зеленого горошка
-  2 ст. ложки шпика, нарезанного мелкими кубиками
-  2 дольки чеснока
-  2 лавровых листа
-  1 ч. ложка мелко нарезанной зелени петрушки
-  соль — по вкусу
-  сметана — для заправки

Филе акулы, нарезанное кубиками, тушить с обжаренным на шпике луком и мелко нарезанным стручковым перцем или помидорами. Затем добавить в горячую воду (1—1,5 л) стручковую фасоль или горошек, нарезанный кубиками картофель и варить до готовности картофеля. За 3—5 мин до окончания варки добавить лавровый лист и перетертый с солью чеснок. При подаче к столу заправить суп сметаной и посыпать зеленью.

Бульон с фрикадельками из плавников акулы

-  80 г сушеных плавников акулы
-  100 г куриного филе
-  500 мл куриного бульона
-  5 г сушеных ростков бамбука
-  3 г сушеных китайских грибов
-  1 яйцо (белок)
-  10 г рисовой водки
-  10 г имбиря



-  1 г квасцов
-  5 г соевого соуса
-  5 г куриного жира
-  5 г концентрата (глутамат натрия)
-  1 г соли

Филе сырой курицы пропустить два-три раза через мясорубку с мелкой решеткой. В измельченное мясо добавить подготовленные и отваренные плавники акулы, ростки бамбука, нарезанные соломкой, грибы, белок яйца, измельченный имбирь, квасцы, рисовую водку, соль, концентрат, и все хорошо перемешать.

Готовый куриный бульон налить в кастрюлю и довести до кипения, чайной ложкой выложить в него приготовленный фарш, и когда бульон снова закипит, снять пену, добавить соевый соус и перелить в суповую миску, пиалу или глубокую тарелку, после чего влить растопленный куриный жир.

Бульон с плавниками акулы

-  100 г сушеных плавников акулы
-  500 мл куриного бульона
-  30 г ветчины
-  5 г сушеных китайских грибов
-  5 г сушеных ростков бамбука
-  110 г рисовой водки
-  1 г имбиря
-  5 г соевого соуса
-  5 г концентрата (глутамат натрия)
-  5 г куриного жира

26 | Кулинарная экзотика, доступная всем

 1 г квасцов

 1 г соли

Отварные плавники акулы ошпарить кипятком, откинуть и тщательно отжать от воды. Отваренные ростки бамбука, грибы и ветчину нарезать соломкой, и все вместе также ошпарить кипятком, затем откинуть и смешать эти продукты с плавниками акулы.

Подготовленные продукты положить в суповую миску, налить готовый куриный бульон, довести до кипения, добавить рисовую водку, имбирь, соевый соус, квасцы, соль, концентрат, снять с поверхности пену и влить растопленный куриный жир.

Бульон с тешей калуги

 50 г сушеной тешы калуги

 250 г курицы

 60 г зеленого горошка

 10 г свиного сала

 20 мл рисовой водки

 20 г имбиря

 10 г концентрата (глутамат натрия)

 2 г квасцов

 10 г соевого соуса

 10 г кунжутного масла

 соль — по вкусу

Для справки:

Теша — брюшная часть рыбы, отделенная от нее продольным разрезом от приголовка до анального плавника, зачищенная от сгустков крови и черной пленки. У тешы балычных изделий

Содержание

Вступление	3
Глава 1. Экзотические супы	4
Глава 2. Экзотические блюда из морских рыб	36
Глава 3. Экзотические блюда из морепродуктов	54
Глава 4. Экзотические блюда из сухопутных животных и птиц	83
Глава 5. Экзотические блюда из овощей	112
Глава 6. Экзотические гарниры и горячие блюда	122
Глава 7. Экзотические блюда из фруктов	141
Глава 8. Экзотические напитки	179