

Содержание

- 8 Бульоны**
Куриный бульон • Мясной бульон на основе телятины или говядины
Рыбный бульон • Овощной бульон
- 16 Овощные супы**
Суп со шпинатом • Щи из щавеля со сладкими ватрушками
Борщ из запеченной свеклы • Суп из белой фасоли • Итальянский суп
Супчик для бедных • Запеченный суп с фасолью и щавелем • Луковый суп
Щи из свежей капусты • Рассольник • Борщ • Свекольник
Суп детский овощной
- 46 Грибные супы**
Грибной суп • Суп из чечевицы с грибами
Прозрачный суп с яйцом и пореем
- 54 Супы из мяса и птицы**
Суп с фрикадельками • Тайский куриный суп
Куриный суп-крем • Куриный супчик
- 62 Супы-пюре**
Суп-пюре из тыквы с сыром • Суп из авокадо
Морковный суп-пюре с кориандром • Суп-пюре из свежей кукурузы
Тыквенный суп с карри • Томатный суп с гренками
Суп-пюре из цветной капусты
- 80 Холодные супы**
Гаспаччо • Холодный суп-пюре из петрушки • Суп «Вишисуаз»
Холодник по-польски
- 90 Алфавитный указатель**

Супы

Суп — самая уютная, душевная домашняя еда, которую себе можно представить. Я часто готовлю супы не только потому, что это полезно и довольно удобно с практической и финансовой точки зрения, но и потому, что «идеалистическая картинка» — семья за круглым столом над тарелками с теплым ароматным супом, — собственно говоря, и есть мое представление о тихом домашнем счастье не в глобальном, а в сиюминутном земном смысле.

Я переживала разные стадии «отношений» с супами — от детской ненависти (до сих пор с содроганием вспоминаю запах супа с детсадовской кухни) до равнодушия и затем радостных открытий, что суп может быть самостоятельным блюдом, обедом, ужином, даже шедевром, если хотите, а не просто безликим «первым». У меня были периоды влюбленности в супы-пюре, похлебки с фасолью, горохом, чечевицей, в супы рыбные и мясные, освежающе холодные и обжигающе горячие, некоторые из них побывали у нас на столе однажды и больше не вернулись, другие стали знаковыми. Фасолевый с ветчиной — для тех друзей, что знают толк в вине и беседе, тыквенный в любых вариациях — на семейные обеды в воскресенье, буйабес — если хочется удивить. Натертый сыр, домашние крутоны, зажаренный бекон, сливки, орехи, оливковое масло, горчица, зелень, конечно, сметана, цедра лимона или апельсина — поверьте, перечень бесконечен, один и тот же суп будет новым открытием, если есть желание фантазировать.

В этой книге — те из рецептов, которые я готовлю часто; те, что прошли незамеченными, я вам и не предлагаю. Буду продолжать свои поиски, если найду что-то стоящее, обязательно поделюсь.

Бульоны

- 10 Куриный бульон
- 10 Мясной бульон на основе телятины или говядины
- 12 Рыбный бульон
- 14 Овощной бульон

Куриный бульон

- 2 1/2—3 л воды
- 1 цыпленок
 - 1 морковь
 - 1 луковица
 - 2 гвоздички
 - 2 стебля сельдерея
 - 1 помидор
 - 1 лук-порей
 - пучок петрушки (листки и стебли)
 - 1 долька чеснока
 - 1 лавровый лист
 - 2 семечки кардамона
 - морская соль

1. Гвоздички воткнуть в очищенную луковицу.
2. Цыпленка вымыть и отправить в кастрюлю с остальными ингредиентами.
3. Залить холодной водой, чтобы она покрыла все на 5 см.
4. Когда бульон закипит, снять пенку и варить на очень медленном огне под крышкой.
5. Через полчаса после начала варки добавить 1 ч. ложку соли.
6. Через 1—1,5 часа вынуть цыпленка и процедить бульон.

Когда покупаете цыпленка на бульон, спросите, нет ли лапок и шеек, от них вкус становится интенсивнее.

Мясной бульон на основе телятины или говядины

- 2 1/2—3 л воды
- 3 крупные кости телятины или говядины (с небольшим количеством мяса и жира)
 - 1 крупная луковица
 - 2 крупно нарезанные моркови
 - 3 стебля сельдерея
 - 2 зубчика чеснока
 - 3 горошины душистого перца
 - 10 горошин черного перца
 - 3 лавровых листа
 - морская соль

Духовку разогреть до 190 °С.

1. Запечь кости в духовке (это займет минут 40).
2. Влить в противень небольшое количество кипятка, чтобы собрать все поджаристые карамельные соки, оставшиеся на противне.
3. В тяжелую глубокую кастрюлю отправить кости, соки с противня и все остальные ингредиенты, кроме соли. Залить холодной водой, довести до кипения, постоянно снимая пену.
4. Уменьшить огонь и варить на очень медленном огне под крышкой 1,5—2 часа.
5. Процедить через марлю или мелкое сито, посолить.

Бульон можно заморозить на пару недель или хранить 2—3 дня в холодильнике. Для приготовления более легкого варианта кости не обжаривать.

бульоны

