

# ДЖЕЙМИ ОЛИВЕР

## МОЯ ИТАЛИЯ



# МОЯ ИТАЛИЯ







*другие книги Джейми Оливера*

Голый Повар  
Возвращение Голого Повара  
Счастливые Дни с Голым Поваром  
Кухня Джейми  
Обеды от Джейми

в редакции Александра Ильина  
с фотографиями Дэвида Лофтуса и Криса Терри

в редакции Александра Ильина  
с фотографиями Дэвида Лофтуса и Криса Терри



Эти замечательные люди помогли мне  
полюбить Италию: Женнаро Контальдо,  
Роуз Грей, Рут Роджерс, Дэвид Глив,  
Тэо Рэндалл, Патрисия Мишельсон  
и Элизабет Дэвид.

Им я посвящаю эту книгу.



1





Издано на русском языке ООО «КукБук» совместно с Penguin Books Ltd  
Отпечатано в Graphicom, Италия  
Впервые издано на английском языке в 2005 году компанией Penguin Books Ltd, Лондон  
Впервые издано на русском языке в 2007 году  
2-ое издание на русском языке. Исправленное и дополненное: 2007 год.  
Penguin Books Ltd, Registered Offices: 80 Strand, London WC2R 0RL, England  
[www.penguin.com](http://www.penguin.com)

Copyright © Jamie Oliver, 2005  
Photographs copyright © David Loftus, 2005  
Additional photographs by Chris Terry and Peter Begg, copyright © 2005

The moral right of the author has been asserted

Все права сохранены  
Никакая часть этого издания не может перепечатываться,  
сохраняться в электронном виде и передаваться в любой форме  
и любыми средствами (электронными, механическими, фотоконпированием,  
записью и др.) без письменного согласия владельца  
авторского права и издателя книги.

Набрано гарнитурой Baskerville MT 11 / 18 пунктов  
Подписано в печать 13 марта 2007 года  
Отпечатано в Италии

Дополнительный тираж 10000 экз.

ISBN 978-5-98837-004-5 (рус.)  
ISBN 0-718-14770-7 (анг.)  
EAN code: 9-785988-370055

Редактор Александр Ильин  
Корректоры Галина Крикунова, Любовь Никифорова  
Верстка [www.apukey.ru](http://www.apukey.ru)  
Перевод Юлия Тяжлова  
© ООО «КукБук», 2007  
[www.cookbooks.ru](http://www.cookbooks.ru)

[www.jamieoliver.com](http://www.jamieoliver.com)



## с о д е р ж а н и е

вступление	viii
<b>antipasti:</b> закуски	1
пицца и другая уличная еда	30
<b>primi:</b> первые блюда	60
супы	63
паста	82
ризотто	129
<b>insalate:</b> салаты	150
<b>secondi:</b> вторые блюда	174
рыба	177
мясо	208
<b>contorni:</b> гарниры	246
<b>dolci:</b> десерты	270
большое спасибо	308
алфавитный указатель	310



# ciao! tutto bene?

Люди, умеющие готовить хорошую и качественную еду для всех и для каждого, — думаю, они хорошие. Я понимаю и люблю таких людей. Вот итальянцы — они именно такие. Это просто не передать словами, с какой страстью и энергией они берутся за приготовление пищи. Причем это касается всех итальянцев, независимо от того, сколько у них денег.

Еще меня восхищает подчеркнутая итальянская «региональность». Итальянцы никогда не забывают, откуда именно они родом — они скажут: мы из Венеции, или Неаполя, или с Сицилии. А когда заходит речь о приготовлении еды, тут уж слово «регион» следует заменять на слово «деревня». Потому что итальянцы, правы они или нет, всегда будут отстаивать, что именно в их деревне готовят лучше всего, а то, как это делают соседи, можно даже не обсуждать.



Итальянцы могут подолгу спорить о том, где готовят лучшее жаркое, паппарделли или рыбу, или, скажем, где продается самое лучшее оливковое масло. Причем они страшно орут друг на друга. Но бояться тут нечего. Они просто разговаривают о еде (или о футболе). Они так отстаивают свою точку зрения, никакой агрессивности нет и в помине. И мне, честно говоря, нравится такая убежденность, гордость и то, с какой любовью они говорят обо всем этом. Итальянским я владею плоховато, однако без труда понимал все, что мне говорили, если это имело отношение к кухне. Видимо, это универсальные вещи — еда и сильные эмоции.

Мне еще нравится в итальянцах то, что они смогли сохранить чувство традиции и дух деревни. Смотрите, удивительное дело, в Италии живут лучшие в мире дизайнеры, и они, эти дизайнеры, делают отличные спортивные машины; и в той же самой Италии люди в деревнях до сих пор меняются продуктами! До сих пор в деревнях можно увидеть, как сыр меняют на консервированные овощи или ядреную граппу — на не менее ядреную mostarda di Cremona (это такие фрукты, маринованные с горчицей; прошибает до слез, ужас!).





Еще меня поразила традиция проведения фестивалей, посвященных какому-нибудь продукту или блюду. Они проходят каждую неделю, каждый месяц, каждый год, и повсюду — на городской площади или в деревенском доме. Даже в самых малонаселенных районах Италии. Не знаю, есть ли где-нибудь еще, кроме Италии, что-то похожее. Я не видел.

Италия образовалась, спасибо Гарибальди, всего 150 лет назад из 27 государств. Этим и объясняется такое количество различий в языке, стиле жизни и во вкусах итальянцев. Они, когда замешивают тесто, даже муку просеивают по-разному. Не говоря уж о разной манере добавлять в тесто яйца и воду. Даже в этих мелочах итальянцы — разные.

Знаете, иногда (часто) я чувствую себя настоящим итальянцем. Как итальянец, люблю свою семью, со всеми ее достоинствами и недостатками. Как для итальянца, еда стала для меня чем-то вроде естественной среды обитания. И я в этой среде вырос. Поэтому, находясь в Италии, я чувствую себя самым настоящим, коренным местным жителем, несмотря на мой крохотный словарный запас. Иногда даже обидно, что это не так.

Как-то на небольшом овощном рынке в Тоскане я познакомился с пожилым всклокоченным продавцом. Я сказал ему, что собираюсь готовить для сборщиков винограда. Он удивился: «Но ведь *sangiovese* (санджовезе — это сорт винограда, из которого делают, например, кьянти) еще не поспел!» Надо сказать, что мои друзья выращивали не санджовезе, а мерло, и к тому

моменту уже почти закончили сбор, но... сколько стран вы знаете, где продавец овощей настолько осведомлен, что и где именно растет в его местности? И когда сбор урожая? В другой раз я готовил обед на день рождения в одной семье в Пулии. И я спросил шестилетнюю девочку, какое мясо она бы предпочла. Точнее, я думал, что спросил именно это. А девочка немного напугалась, потому что вначале я сказал сапе (по-итальянски «собака») вместо сагне (по-итальянски «мясо»). Короче говоря, старт получился не очень. Она была уверена, что я собираюсь приготовить ее собаку и спрашиваю, как лучше это сделать. Слава богу, мы смогли разобраться во всей этой чехарде с мясом и собаками, и она попросила говядину. Больше того, она спросила, какую часть туши я собираюсь приготовить, и отметила, что предпочла бы отбивную на косточке, потому, что это самый лучший кусок мяса. Затем она просто убила меня, важно заявив, что готовить нужно на гриле, а в качестве приправы использовать розмарин, потому что именно так готовят в Пулии! И точка. И это рассказал мне ребенок.

В городе Бари, также в Пулии, я познакомился с другой девочкой, которая готовила пасту orecchiette, cappelletti и fusilli быстрее и аккуратнее любого заправского шефа. Я в нее буквально влюбился, в эту семилетнюю девчонку, научившую меня, кстати, вручную готовить несколько видов пасты. Она сидела с одной стороны от меня, ее бабушка 88 лет от роду, готовившая пасту всю свою жизнь, каждый день, начиная с 4 лет, — с другой. И они учили меня делать пасту.





Я писал эту книгу в дороге, передвигаясь на старом автомобиле, встречая новых людей, работая и обеда с ними. И поэтому самое интересное в ней — не рецепты (хотя и они тоже, конечно, имеют некоторый смысл), а мой опыт. Ведь что я хотел узнать, когда отправился в эту поездку? Как на самом деле готовят в Италии. Как жарят рыбу рыбаки, как пекут хлеб пекари и как готовят пасту итальянские маммы. Я хотел почувствовать дух итальянской кухни, понять, почему она занимает такое несравненно важное место в сердце каждого итальянца. И я хочу, чтобы вы тоже это поняли и почувствовали. Хочу, чтобы вы, если вдруг окажетесь в Палермо, прогуливаясь вдоль стены со старыми футбольными плакатами, внезапно поняли, что уже были здесь. Чтобы нашли ту пожилую женщину в городке Бари в Пулии, которая фантастически готовит поленту. Заехали к замечательным людям в Петроло, в Тоскане. Провели пару дней на ферме La Grotta dei Folletti в Марке (не бойтесь, вас не прогонят — семья, управляющая этой фермой, зарабатывает деньги агротуризмом). Я хочу, чтобы вы познакомились с мясником в Панзано, в Кьянти, и пожали ему руку. Скажите ему, что вы мой друг, и попросите приготовить Sushi del Chianti. Купите артишоки у чудного старика на рынке в Риме, или, по крайней мере, посмотрите, как он их чистит. Не буду вдаваться в детали, но верю — придет время, и вам настолько понравится готовить, что вы станете этим наслаждаться. Со мной именно так и случилось.

И вот что я еще скажу. Именно в Италии есть все, чтобы готовить вкусно, — климат, ресурсы, семейные традиции и ценности. Думаю, даже религия оказала на здешнюю кухню свое влияние. Но мне кажется, основная причина здешнего кулинарного совершенства — ограниченность выбора. Возможно, именно она позволяет итальянцам более эмоционально воспринимать жизнь. В Италии многие люди живут так, как в Великобритании жили лет 70 назад. Конечно, у них есть мобильные телефоны и компьютеры, но эти телефоны и компьютеры — далеко не самая важная часть их жизни. Кроме того, в Италии совсем немного тех, кого можно назвать богатыми и у кого вся эта техника вообще имеется. Вы можете заехать в любую итальянскую деревню и убедиться, что так все и есть. Для простых итальянцев потребительское изобилие не значит ничего. Семья, дети, здоровье — вот что действительно важно. Италия — третья в мире страна по продолжительности жизни после Японии и Исландии. Похоже, несмотря ни на что итальянцы живут правильно! Они употребляют большое количество оливкового масла, часто готовят на углях, едят много фруктов и овощей, свежей рыбы и качественного мяса — и остаются активными, работают много и подолгу.

Если вы решили поехать в Италию, вот мой совет: лучше всего взять напрокат машину и путешествовать из одной деревни в другую. Но будьте внимательны, если пойдете в ресторан для туристов — можете уйти без штанов. А вот если хоть немного



научитесь говорить на итальянском (хотя бы на тему кухни — это несложно) и приметесь с горящими глазами расспрашивать у местных относительно еды, гарантирую — вас не обидят. И в обиду не дадут. Купите хороший путеводитель, изучите его как следует, составьте достойный маршрут. У вас есть одно серьезное преимущество: будучи здесь иностранцем, вы ко всему восприимчивы. Италия — одна из моих любимейших стран (и надеюсь, я там когда-нибудь поселюсь). Но меня все-таки иногда смущает упрямство итальянцев, их нежелание приготовить что-то иначе, чем делает их любимая мама. Или иначе, чем обычно готовят в их регионе. Мне-то кажется, что жизнь коротка и нужно обязательно все попробовать. Так что просто езжайте туда с открытым сердцем — и вам будет хорошо. Очень хорошо!



The image shows three fish, likely sea bream, arranged diagonally across a yellow background. The fish are silvery with dark stripes. The word 'mon' is written in large, bold, red, stylized letters. Below it, 'Alimento Solido' is written in a red script font. At the bottom, 'SOCIETA' DEL PLASMON MILANO' is printed in red capital letters. The bottom of the image has a solid red background with the words 'antipasti' and 'закуски' in white.

**mon**

*Alimento Solido*

**SOCIETA' DEL PLASMON  
MILANO**

antipasti

закуски



# antipasti

Antipasti готовят в Италии всюду, но везде по-разному. На севере подается невероятное количество различных мясных закусок, таких как bresaola, prosciutto, coppa di parma, ну и, конечно, колбасы салями всех форм и размеров. На юге вам предложат маринованного осьминога, сардин или анчоусов. А в ресторанах и trattoriaх вместе с напитками часто подают оливки и тонкие ломтики мяса. Помните, я говорил о том, что итальянцы жутко региональны? Так вот antipasti это очень наглядно иллюстрируют. Подают antipasti, как правило, комнатной температуры. Конечно, шеф должен быть очень организованным человеком, чтобы одновременно приготовить такое большое количество блюд, но в Италии к этому относятся со всей ответственностью. Можете не сомневаться: небольшие тарелочки и мисочки появятся на столе незамедлительно.

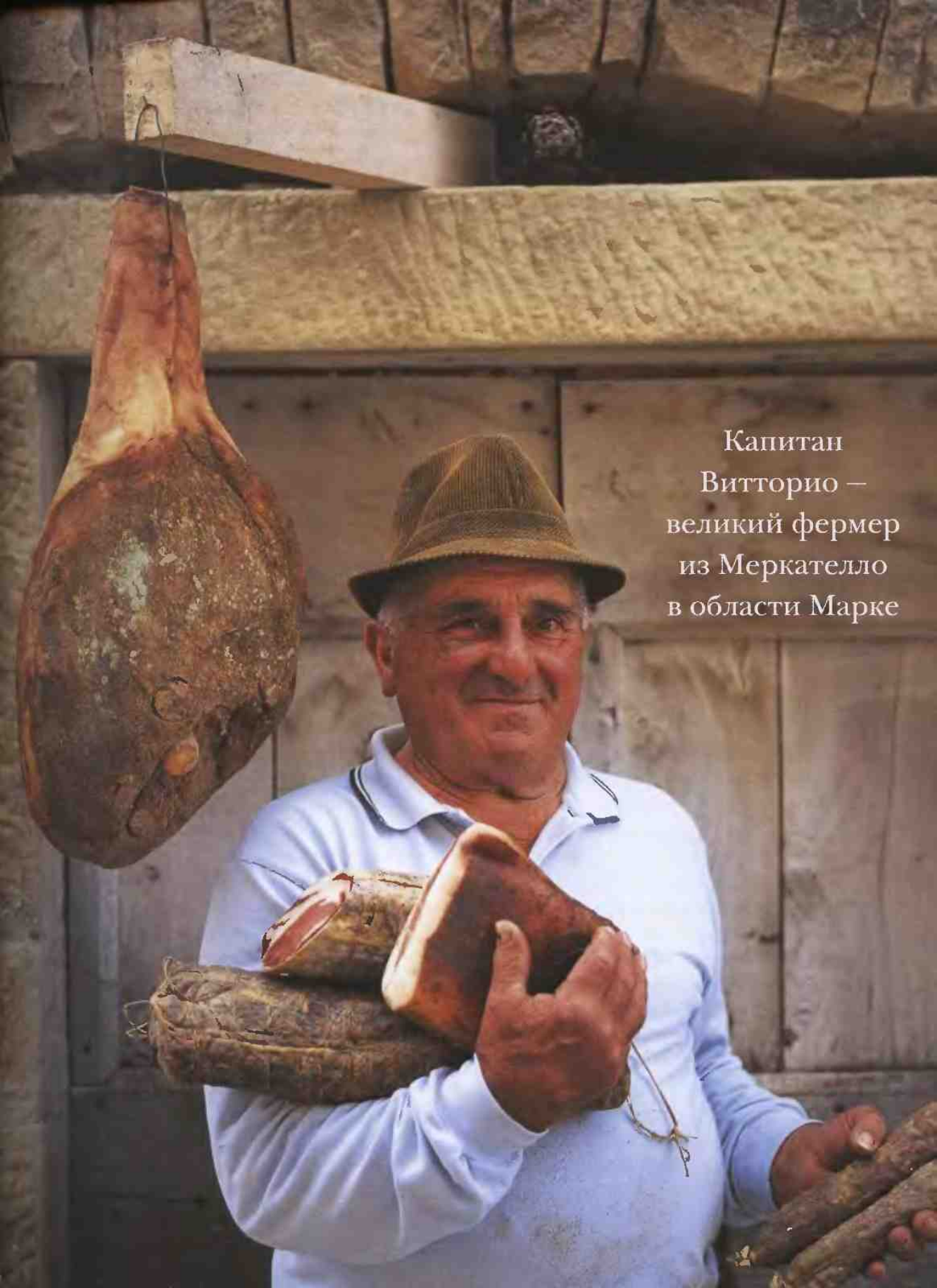
Antipasti в Италии очень сильно меняются в зависимости от времени года. Например, бобы. Летом их просто варят и заправляют оливковым маслом, перемешанным с лимонным соком, а зимой из них делают пюре, с добавлением мяты, овечьего сыра пекорино, лимонного сока и хорошего масла. Я видел, как их подают свежими в стручках, выложенными на тарелке с куском пекорино, или завернутыми в тесто и обжаренными. Их могут также перемешать с остатками ризотто и обжарить в раскаленном масле. Но, вне зависимости от чего-либо, antipasti всегда готовят вкусно.

Во многих местах, где мне повезло отведать потрясающие antipasti, их развозили на старомодных тележках, разложив по глубоким мискам и большим тарелкам. Я выбирал, что мне по вкусу, и немедленно получал свою порцию. В некоторых ресторанах antipasti сервируют отдельно. Еще можно сделать и так: заставьте закусками небольшой отдельный столик, а когда гости рассядутся, придвиньте его к основному столу. Помните:

- Хорошие повара в Италии всегда используют свежую продукцию местных производителей.

- У гостей должен быть выбор. Если вы хотите приготовить ужин из шести и более блюд, важно предложить не только маринованные овощи, но и свежие, наряду с пюре — овощи, нарезанные крупными кусочками. Если большинство блюд — холодные закуски, подайте гостям и что-нибудь горячее, например, fritto misto (это такие овощи, обжаренные в масле) или горячую фасоль, приправленную хорошим оливковым маслом. Это действительно вкусная еда, и к тому же она всем нравится.

- Каждое блюдо должно иметь свой собственный вкус. То есть я не стал бы приправлять все блюда одновременно и бальзамическим уксусом, и лимонным соком, и пряной зеленью. Приправьте чем-то одним (или максимум двумя) из вышеперечисленного, и не прогадаете. У вас получится множество разных закусок, а кроме того, вы угодите всем и каждому. Ну, я на это надеюсь.



Капитан  
Витторио —  
великий фермер  
из Меркателло  
в области Марке



## bruschette

### *Ломтик поджаренного хлеба*

Bruschette обычно делается из темно-серого хлеба, приготовленного на основе кислого дрожжевого теста. Такой хлеб содержит больше воды, чем обычный, сверху — толстая хрустящая корочка. Хранится он в течение недели со дня покупки. Попробуйте поискать его в небольших пекарнях или, наоборот, больших супермаркетах, и вы найдете подходящий вариант. А не найдете — используйте обычный качественный батон.

Нарежьте хлеб ломтиками толщиной 1 см и обжарьте их на гриле (можно использовать и сковороду-гриль). Затем каждый ломтик натрите чесноком, сбрызните оливковым маслом и приправьте свежемолотым черным перцем и солью. Начинки для Bruschette могут быть от самых простых до роскошных, начиная с зелени или помидоров, перемешанных с оливковым маслом и базиликом, и заканчивая маринованными овощами, ароматными сырами или крабовым мясом. Единственное правило состоит в следующем: что бы вы ни приготовили, нужно использовать только свежие качественные продукты. И конечно, делать это необходимо с душой. На следующей страничке я описываю рецепты своих любимых начинок. Каждый рецепт рассчитан на 4–6 ломтиков хлеба.

### *bruschette, основной рецепт*

Разрежьте батон на ломтики толщиной 1 см. Обжарьте на гриле с обеих сторон — до образования хрустящей корочки. Затем натрите каждый ломтик зубчиком чеснока. Сбрызните качественным оливковым маслом, приправьте солью и свежемолотым черным перцем. Хлеб уже можно есть, только постарайтесь найти лучшее оливковое масло, иначе хорошего вкуса не добьетесь. Но с начинками будет еще вкуснее.





## Баклажан и мята

2 крепких баклажана, предпочтительно округлой формы, нарезать вдоль на ломтики толщиной в 3 мм  
оливковое масло extra virgin  
белый винный уксус или уксус, настоящий на травах

2 веточки свежей петрушки, только листья, мелко порубить  
горсть листьев мяты, мелко порубить  
1 зубчик чеснока, очистить и мелко порубить  
морская соль и свежемолотый черный перец

Разогрейте сковороду-гриль. Уложите ломтики баклажанов так, чтобы они не перехлестывались, обжарьте с обеих сторон и выложите на отдельное блюдо. Вам придется проделать это несколько раз. Пока баклажаны готовятся, перемешайте 8 ложек оливкового масла с 3 ложками уксуса, петрушкой, мятой и чесноком, приправьте солью и перцем. Готовые баклажаны поместите в емкость с заправкой, хорошенько встряхните, разложите по поджаренным ломтикам хлеба; слегка прижмите баклажаны к поверхности хлеба.

## Молодые артишоки

8 молодых артишоков (подготовить как описано на стр. 136)  
4 неочищенных зубчика чеснока  
сок 1 лимона

оливковое масло extra virgin  
горсть листьев свежей мяты  
морская соль и свежемолотый черный перец

После того как вы подготовите артишоки, уложите их в кастрюлю с толстым дном и залейте водой так, чтобы она полностью их накрывала. Добавьте чеснок и немного лимонного сока. Готовьте до тех пор, пока артишоки не станут мягкими. Откиньте их на дуршлаг, чтобы стекла вода, а затем положите обратно, влейте 2–3 столовые ложки оливкового масла. Поставьте кастрюлю на огонь. Обжаривайте в течение 4 минут, пока артишоки не станут золотистыми. Снимите кастрюлю с огня, сбрызните артишоки лимонным соком, посыпьте листьями мяты, приправьте солью и перцем. Достаньте из кастрюли 4 половинки артишоков и отложите. Оставшиеся артишоки и чеснок разомните вилкой (кстати, зубчики чеснока очистятся от кожицы, и ее можно будет выбросить). Смажьте bruschette получившейся массой, сверху уложите половинки артишоков.

P.S. В артишоковое пюре хорошо также добавить немного свеженатертого пармезана.



## Печеные овощи

½ луковицы фенхеля, удалить грубые внешние листья

½ сладкого желтого перца, семена удалить

1 сладкий красный перец, разрезать вдоль пополам, семена удалить

½ кабачка, разрезать вдоль пополам, семена удалить

1 чайная ложка сушеного орегано

горсть листьев свежей мяты

оливковое масло

морская соль и свежемолотый черный перец

сок ½ лимона

уксус, настоянный на травах

Разогрейте духовку до температуры 220 °C. Нарежьте фенхель и перец на кусочки размером в 2,5 см, кабачок нарежьте ломтиками. Смешайте овощи с орегано, мятой и оливковым маслом, приправьте солью и перцем. Разложите на противне и запекайте в духовке в течение получаса, пока овощи не приобретут золотистый оттенок. Достаньте противень из духовки, отставьте в сторону. Дайте овощам остыть, после чего измельчите в кухонном комбайне. Получившаяся смесь должна напоминать густой, но нежный соус. Попробуйте на соль, перец, добавьте еще немного оливкового масла, лимонного сока и уксуса. Выложите соус ложкой на bruschette.

## Помидоры с базиликом

4–5 крепких зрелых помидоров

горсть листьев свежего базилика

морская соль и свежемолотый черный перец

оливковое масло

белый винный уксус или уксус, настоянный на травах

Для этого рецепта необходимо использовать только зрелые помидоры. Вымойте их, удалите жесткое основание, аккуратно извлеките семена. Поместите помидоры в глубокую миску, присыпьте измельченными листьями базилика, приправьте солью и свежемолотым черным перцем, хорошо сбрызните оливковым маслом и уксусом. Количество приправ — на ваш вкус. При желании помидоры можно нарезать на мелкие кусочки. Если вы решили украсить bruschette крупными кусочками, предварительно разомните их немного. Очень вкусно. Ну вы и сами понимаете.



## caponata

на четверых

### *Тушеные баклажаны по-сицилийски*

Это блюдо с юга Италии может выступать в качестве и горячего гарнира, и холодной закуски. Сицилийцы гордятся тем, что все продукты для него можно найти на их острове. Существует несколько способов приготовления caponata, но конечный результат зависит в основном от качества баклажанов, помидоров и уксуса. Постарайтесь купить крепкие баклажаны с мелкими косточками; сходите на рынок и попробуйте баклажаны различных сортов. Попросите продавца разрезать овощ пополам. Может, вам повезет и он это сделает.

Не старайтесь рубить баклажаны на очень мелкие кусочки, потому что они впитают много масла и станут слишком тяжелыми. И в этом случае вы не почувствуете ни мягкого аромата, ни текстуры баклажана. Я пробовал caponata, когда овощи буквально плавали в оливковом масле. Может быть, это правильно. Но лично я предпочитаю, когда масла не так много.

оливковое масло

2 крупных крепких баклажана,  
нарезать на крупные кусочки

1 чайная ложка с горкой сушеного  
орегано

морская соль и свежемолотый черный  
перец

1 небольшая красная луковица,  
очистить и мелко нарезать

2 зубчика чеснока, очистить  
и измельчить

небольшой пучок свежей петрушки,  
листки отделить от стеблей, а стебли  
измельчить

2 столовые ложки соленых каперсов,  
промыть, вымочить в воде, воду слить  
горсть зеленых оливок без косточек

2–3 столовые ложки лучшего, какой  
найдете, уксуса с травами

5 крупных спелых помидоров, крупно  
нарезать

при желании: 2 столовые ложки миндаля,  
нарезанного лепестками, слегка  
обжарить на сухой сковороде

Возьмите большую сковороду, налейте немного оливкового масла, поставьте на огонь. Положите в сковороду баклажаны, посыпьте их орегано и солью. Перемешайте, чтобы кусочки овощей равномерно покрылись маслом. Готовьте на сильном огне 4–5 минут, периодически встряхивая сковороду (в зависимости от размера сковороды баклажаны можно приготовить все сразу или в несколько заходов). Когда овощи равномерно обжарятся со всех сторон, добавьте лук, чеснок, измельченные стебли петрушки и готовьте еще пару минут. При желании добавьте еще немного оливкового масла. Теперь положите каперсы и оливки, сбрызните уксусом. Когда уксус выпарится, добавьте помидоры. Протушите овощи на медленном огне в течение 15 минут. Приправьте перцем, попробуйте. Сейчас, пожалуй, можно влить еще немного уксуса — но я не настаиваю. Сбрызните оливковым маслом, посыпьте листьями петрушки и, при желании, миндалем.









## verdure verdi condite alla perfezione

*Зелень, приготовленная наилучшим образом*

Вы можете подумать, что этот рецепт слишком прост, чтобы помещать его в книгу. Честно говоря, это даже почти не рецепт. Но все больше и больше британцев сейчас стараются есть побольше овощей, хотя и не мыслят себе их отдельно от мяса или хотя бы рыбы. В Италии же невероятное количество овощей подаются в качестве закуски — каждый день и ко всеобщей радости. Вот почему итальянцы обладают чертовским здоровьем, хотя и употребляют жуткое количество оливкового масла да и других жиров. Так что будем, как итальянцы, есть овощи. Я думаю, что так можно стать если не счастливее, то уж точно здоровее.

Недавно я был в путешествии со своими друзьями, и каждый вечер перед ужином мы ели эти самые зеленые овощи, приправленные оливковым маслом и лимонным соком. Тарелки с овощами выставляли в центр стола, вместе с моццареллой, пармской ветчиной и маслинами. Мои друзья совсем не привыкли к такой пище, но очень ее полюбили!

Итак, приступим. В большой кастрюле с крышкой вскипятите подсоленную воду. Если вы готовите листовую свеклу, сначала отрежьте стебли и опустите их в кипящую воду. После того как они станут мягкими, добавьте листья, им понадобится не больше минуты. Если вы готовите брокколи или капусту «романеско», постарайтесь правильно рассчитать время или, по крайней мере, внимательно следите, чтобы овощи не переварились. Как следить? Просто подцепите кусочек вилок, выньте его из воды и попробуйте. Вы можете также приготовить листья савойской капусты или черной брокколи cavolo nero или даже кабачки. Существует огромное количество зеленых овощей — и почти все их можно припустить в подсоленном кипятке! Я считаю, очень плодотворная идея.

Приготовьте зеленые овощи, не отвлекаясь от процесса ни на минуту, затем откиньте их на дуршлаг, выложите на чистое кухонное полотенце, чтобы избавиться от излишней воды. Потом переложите овощи в тарелку и оставьте на несколько минут. Пока они еще теплые, самое время их приправить — лимонным соком, качественным оливковым маслом. Посолите, поперчите. Попробуйте. Иногда я слегка отвариваю зубчик чеснока, разминаю его и тоже добавляю в заправку.

Попробуйте привыкнуть к мысли, что за обедом или ужином на столе всегда должна появиться тарелочка с зелеными овощами. И я обещаю, вы войдете во вкус. Их можно варьировать, смешивать, можно подавать вместе с другими закусками. Я уверен, что рецепты подобных блюд более чем очевидны, но также не сомневаюсь, что по привычке в определенных ситуациях люди готовят определенные блюда: мясо, рыбу, пару овощных гарниров. А мне очень хочется убедить вас попробовать что-то из предложенного мной. Потому что это здорово. Здорово, черт меня возьми со всеми потрохами!

# ricotta frita con piccola insalata di pomodori

на шестерых

*Пирожки из рикотты, обжаренные в масле, с салатом из помидоров*

Эти небольшие пирожки похожи на очень легкие ньокки. Они получаются с золотистой хрустящей корочкой снаружи и мягкие, слегка рассыпчатые внутри. Идеально сочетаются с салатом из мелконарезанных помидоров. Уверен, что, приготовив это блюдо однажды, вы будете готовить его постоянно — настолько это легко и быстро. Но прежде всего убедитесь, что вся ваша семья уже сидит за столом, и только тогда зажигайте огонь под сковородой. К этому времени тарелки должны быть подогреты, а ножи и вилки выложены на стол. Биточки из рикотты надо есть обязательно горячими — так что проявите все, какие у вас есть, организаторские способности, это стоит того!

**P.S.** Да, кстати! Рикотту нужно купить в магазине деликатесов. С дешевой рикоттой из супермаркета этот рецепт обычно не получается. К сожалению.

450 г качественной рассыпчатой рикотты  
2 столовые ложки свеженатертого пармезана, и еще немного для сервировки  
1½ чайные ложки муки  
морская соль и свежемолотый черный перец  
1 крупное яйцо, лучше от свободно пасшейся курицы

2–3 спелых помидора  
2 веточки свежего базилика  
1 стручок красного перца чили, освободить от семян, измельчить  
оливковое масло extra virgin  
качественный красный винный уксус  
оливковое масло  
тертый мускатный орех

Смешайте рикотту с пармезаном, мукой, щепоткой соли и яйцом. Приправьте свежемолотым черным перцем и поставьте в холодильник.

Разрежьте помидоры на половинки, выдавите семена и выбросьте их. Нарежьте мякоть на мелкие кубики, слейте излишки сока. Порубите стебли и листья базилика, смешайте с помидорами и перцем чили. Приправьте солью и перцем, небольшим количеством оливкового масла и красного винного уксуса.

Разогрейте сковороду с антипригарным покрытием, добавьте оливкового масла. Выложите несколько ложек смеси с рикоттой на дно сковороды на достаточном расстоянии друг от друга — пирожки не должны соприкасаться. Позовите всех к столу, если вы еще этого не сделали (я вас, кстати, предупреждал). Обжарьте пирожки до золотистой корочки, аккуратно переверните их при помощи плоского ножа или лопатки, обжарьте с другой стороны.

Подавайте на стол немедленно, слегка приправив морской солью и мускатным орехом, с салатом из помидоров. Сбрызните пирожки оливковым маслом и присыпьте свеженатертым пармезаном. Ешьте, пока они теплые и хрустящие!









«Суши кьянти»

Дарио Сечини — один из лучших мясников в Италии. Его небольшой магазинчик в Панзано в Кьянти обычно полон людей, угощающихся бесплатным вином и едой, которую он обычно предлагает по воскресеньям, в десять утра. Такой у него обычай. И еще, если вам повезет, то вы услышите, как он поет для своих посетителей. С точки зрения бизнеса, я так и не смог понять, откуда у него время и деньги на подобные мероприятия. Наверное, он просто очень хороший продавец.

Когда подают «суши кьянти», в зал выносят большую тарелку с мясом, а посетителям раздают палочки для еды. Я думаю, что Дарио называет это блюдо «суши» отчасти в шутку, поскольку на самом деле это — тосканская версия тар-тара из говядины, очень вкусного, свежего, а главное, легкого в приготовлении.

Главное, что вам нужно сделать для приготовления «суши кьянти», купить качественную, экологически чистую, зрелую (то есть выдержанную по всем правилам) говядину. Ни в коем случае не покупайте черт-те что! Дарио, например, брал местную «белую говядину», традиционную для его родного региона Тосканы (из такого мяса готовят и знаменитый флорентийский бифштекс). Интересная вещь: он не использовал вырезку или филейную часть туши, он готовил из огузка — это мясо обычно засаливают и готовят таким образом сыровяленную брезаолу.

Но вот вы попробуйте приготовить это мясо по рецепту Дарио — и не пожалеете.

500 г высококачественной говядины,  
огузок или кострец  
морская соль и свежемолотый черный  
перец  
небольшой стручок сушеного перца  
чили, раскрошить  
цедра 1 апельсина, мелко натереть

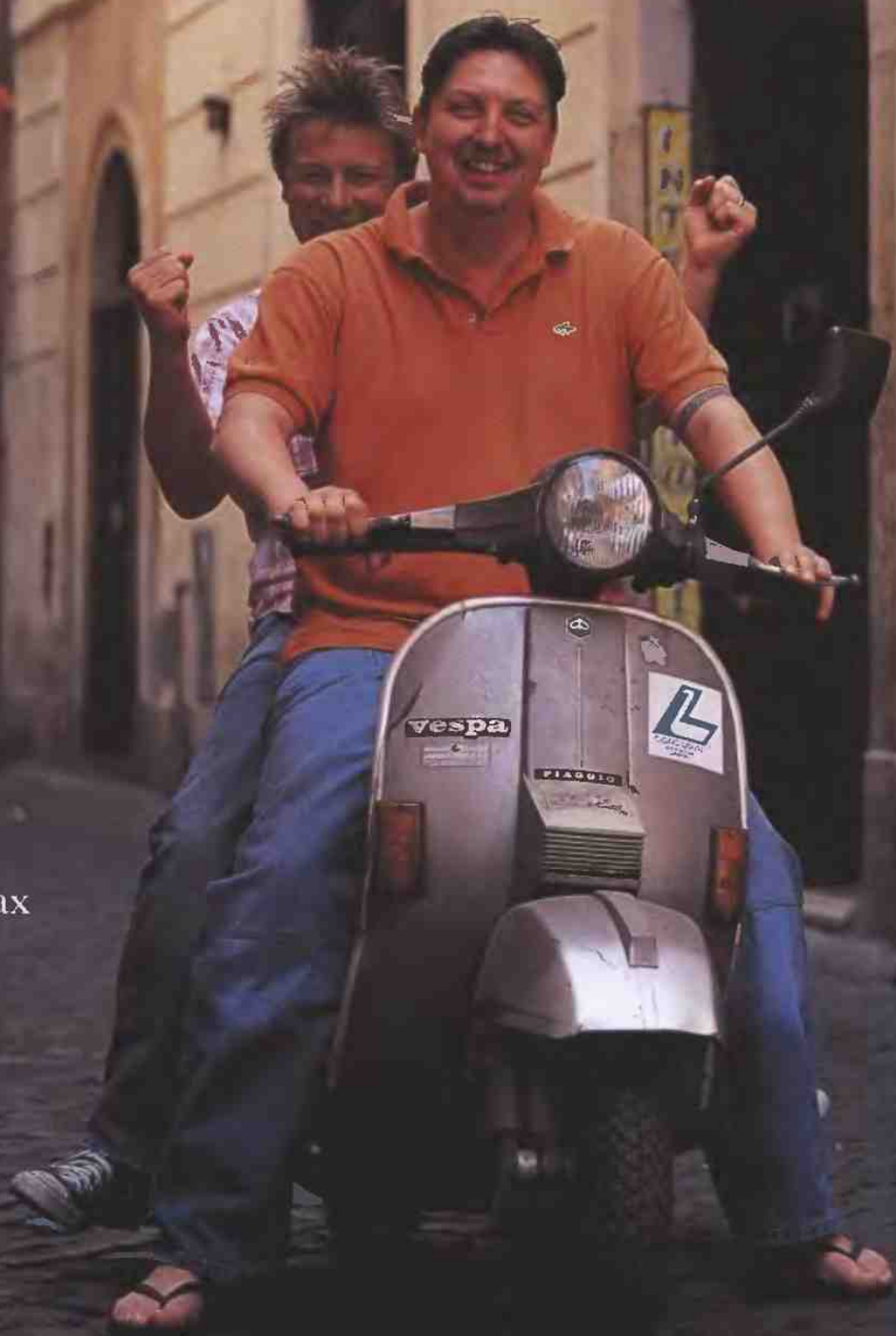
горсть свежего сладкого майорана или  
немного меньшее количество свежего  
орегано, только листья  
сок 1 лимона  
оливковое масло extra virgin

Очистите мясо от прожилок и пленок, нарежьте на ломтики, затем на мелкие кубики. Теперь самое время его поколотить молоточком для отбивания мяса. Если такового не имеется, используйте что-нибудь маленькое и тяжелое. Полученная консистенция будет напоминать достаточно крупный фарш.

Дарио не устал нарезать и перемешивать мясо еще и еще — советую следовать его примеру. Потом он пробовал свои «суши», приправлял солью и черным перцем и выкладывал на блюдо.

Сбрызните «суши» свежесжатым лимонным соком и оливковым маслом, украсьте оставшимися листьями майорана и апельсиновой цедрой. И сразу же подавайте с палочками для еды и bruschette.

В переулках  
Рима









## fritto di salvia e alici

12 листочков

### Хрустящий шалфей с анчоусами

В Италии вам предложат это блюдо как часть fritto-ассорти или как закуску к напиткам. Я думаю, будет правильно подать его в самом начале вечеринки. Немного необычная комбинация, но, поверьте, шалфей и анчоусы замечательно сочетаются. Они пропитаются ароматами друг друга и приобретут мясистую текстуру. Не думайте, я не преувеличиваю.

*Осторожно:* вы будете готовить в раскаленном масле, и если у вас есть маленькие дети, пожалуйста, удостоверьтесь, что они на почтительном расстоянии от огня!

12 качественных филе анчоусов,  
вымоченных в оливковом масле  
небольшой бокал «вин санто»  
или другого сладкого белого вина  
или цедра и сок 1 лимона  
24 листочка свежего шалфея  
мука для присыпки  
подсолнечное масло

для кляра:  
250 г муки твердых сортов пшеницы  
щепотка соли  
1 яичный желток  
150 мл воды  
200 мл минеральной воды с газом  
50 мл оливкового масла  
2 яичных белка

Вначале выложите анчоусы на плоское блюдо, залейте вином или лимонным соком с цедрой и оставьте мариноваться хотя бы на один час. В это время займитесь кляром. Поместите муку, соль, яичный желток в миску, влейте воду. Перемешайте при помощи венчика. Постепенно влейте газированную воду, добавьте оливковое масло. Отставьте минут на тридцать.

Смочите листья шалфея водой с обеих сторон, слегка присыпьте мукой. Возьмите 2 листочка, между ними поместите филе анчоуса — как сэндвич. Сожмите так, чтобы по краям выступил сок.

В большую тяжелую кастрюлю или фритюрницу влейте столько подсолнечного масла, чтобы его слой был толщиной не менее 5 см. Поставьте кастрюлю или фритюрницу на сильный огонь. Если вы пользуетесь просто кастрюлей, проверьте температуру масла, опустив в него кусочек картофеля. Если масло нагрелось достаточно, картофель зашипит и через несколько секунд станет золотистым. На этом этапе уменьшите огонь до среднего. Пока масло нагревается, взбейте белки со щепоткой соли до образования густой пены и аккуратно замешайте их в кляр (такой кляр можно использовать практически для всего). Рядом с плитой поставьте блюдо, покрытое несколькими слоями бумажных полотенец.

Теперь вы готовы делать fritto! Возьмите сэндвич с анчоусом, обмакните его в кляр так, чтобы он покрыл сэндвич тонким слоем. Избавьтесь от излишков кляра и аккуратно опустите листики в горячее масло — на одну минуту, пока шалфей не покроется золотистой хрустящей корочкой. Лучше всего жарить штук по 6 за раз. Извлеките fritto из масла и поместите на блюдо, выложенное салфетками. Подавайте немедленно, иначе они размокнут.



## limoni di amalfi cotti al forno

на четверых

### *Печеные лимоны с Амалфи*

Лимонов на побережье Амалфи много. Они растут там в таком изобилии, что местные жители к концу лета делают к ним совершенно равнодушны. Поэтому местным поварам приходится все время выдумывать что-нибудь новое. На свой день рождения в Минори я приготовил около сорока таких вот штукочин, и они разошлись очень хорошо. Кожицу лимона есть не надо, она нужна только для того, чтобы придать моццарелле нежный аромат.

2 крупных лимона

2 шарика моццареллы буффало по 150 г,  
нарезать на ломтики толщиной 0,5 см

4 листочка базилика

2 филе анчоуса

2 спелых помидора черри, разрезать  
пополам

соль и свежемолотый черный перец  
при желании — 1 сухой стручок перца  
чили, раскрошить

Разогрейте духовку до температуры 200 °С. Срежьте основания у лимонов и выбросьте их. Разрежьте поперек на диски толщиной 2,5 см (посмотрите на картинку напротив — вы поймете, о чем я). При помощи острого ножа извлеките мякоть так, чтобы у вас остались полые диски из кожуры. Мы будем запекать моццареллу внутри этих дисков. В итоге она пропитается лимонным ароматом.

В процессе запекания моццарелла будет плавиться. В Италии под каждый кружок подкладывают лист лимонного дерева. Его можно заменить кусочком пергаменты. Итак, уложите квадратик пергаменты (или лимонный лист, если есть) на разделочную доску, поместите лимонное «колесико» сверху, ломтик моццареллы — внутрь, накройте листочком базилика, половинкой филе анчоуса и половинкой помидора черри, посолите и поперчите. При желании приправьте перцем чили. Сверху уложите еще один ломтик моццареллы. Теперь лимон должен быть наполнен доверху. Прделайте то же самое с остальными «колесиками». Поместите их на противень и готовьте в разогретой духовке в течение 10–15 минут, пока сыр не закипит и не станет золотистым. Выньте противень из духовки, дайте остыть в течение нескольких минут, после чего подавайте с горячими crostini. Ложкой выньте сыр из лимона и положите его на кусочек хрустящего хлеба. Очень вкусно!



## crostini

12 ломтиков

### *Ломтики поджаренного хлеба*

Я всегда думал, что crostini — это просто небольшие bruschette, но оказалось не совсем так. Мне рассказывали, что раньше для crostini использовали совсем черствый хлеб. Чтобы его можно было прожевать, вымачивали куски хлеба в бульоне. Не беспокойтесь, сейчас можно обойтись и без этого. В Италии для приготовления crostini используют главным образом хлеб чиабатта. Его ломтики толщиной 1 см обжаривают на гриле, натирают их зубчиком чеснока, сбрызгивают оливковым маслом, приправляют солью и перцем. Crostini замечательно идут как закуска, особенно если вы предложите их с различными начинками. Вот несколько моих любимых рецептов начинок для crostini. Каждый рецепт рассчитан на 12 ломтиков.

1 батон чиабатты, нарезанный  
на ломтики толщиной в 1 см

1 зубчик чеснока, очищенный  
и разрезанный вдоль пополам  
оливковое масло extra virgin

Обжарьте ломтики чиабатты. Пока они еще горячие, натрите их чесноком. сбрызните оливковым маслом. Сверху уложите один из любимых наполнителей.

### *Пршутто, инжир и мята*

Купите 6 крупных свежих плодов инжира, 12 ломтиков ветчины прошутто и небольшой пучок мяты. Разрежьте инжир пополам, уложите по ломтику ветчины на каждый crostini. Сверху, слегка выжимая при этом сок, уложите кусочки инжира. Закончите дело листьями мяты, оливковым маслом, небольшим количеством бальзамического уксуса и свежемолотым черным перцем.

### *Зелень*

Возьмите 3 горсти листьев молодой зеленой капусты, листьев свеклы или cavolo nero. Удалите жесткие стебли. Доведите до кипения воду в кастрюле, закиньте в нее 3 очищенных зубчика чеснока, затем добавьте листья. Готовьте минут 5–6, до мягкости листьев, затем откиньте их на дуршлаг и дайте остыть. Отожмите лишнюю жидкость, раздавите чеснок, приправьте свежемолотым черным перцем и оливковым маслом. Перемешайте и выложите на обжаренные ломтики чиабатты.

### *Моццарелла буффало и чили*

Руками разделите шарики моццареллы весом по 150 г на четвертинки, положите их на crostini. Освободите свежий перец чили от семян, мелко порубите. Посыпьте чили поверх моццареллы, сбрызните оливковым маслом. Можно также приправить листьями базилика.







### *Бобы cannellini с чесноком*

Слегка разомните в ступке несколько листочков розмарина, добавив небольшое количество соли. Влейте немного оливкового масла, перемешайте и отставьте. В разогретом оливковом масле обжарьте до золотистого цвета 2 зубчика чеснока, нарезанных на тонкие ломтики. Добавьте банку белых бобов cannellini (400 г), предварительно слив жидкость, и продолжайте готовить на медленном огне в течение 7 минут. Приправьте солью и свежемолотым черным перцем, влейте немного красного винного уксуса, затем вилкой разомните бобы в пюре. Смажьте crostini полученным пюре, а сверху положите розмарин.

### *Пюре из зеленого горошка и хлебных бобов с сыром пекорино*

В ступке или блендере измельчите горсть листьев мяты с 2 горстями свежего зеленого горошка и хлебными бобами. Должно получиться пюре. Добавьте горсть свеженатертого пекорино или пармезана, смягчите небольшим количеством оливкового масла и лимонного сока. Приправьте солью и свежемолотым черным перцем. Смажьте каждый ломтик полученным пюре, сверху украсьте тертым пекорино или пармезаном, а также листьями мяты.

### *Помидоры и оливки*

Возьмите 20 помидоров черри, при возможности — разного цвета. Нарежьте их на четвертинки. Из качественных оливок, черных или зеленых, извлеките косточки; измельчите мякоть. Перемешайте ее с помидорами, 2–3 столовыми ложками оливкового масла и небольшим количеством бальзамического уксуса. Приправьте солью и свежемолотым черным перцем, а также щепоткой сухого крошеного перца чили (не забудьте, что оливки уже достаточно соленые, так что с солью — поаккуратнее). Поместите полученную смесь на crostini, сверху положите листья базилика.

### *Смесь пряных трав*

Возьмите любую смесь трав, таких как укроп, зеленый или фиолетовый базилик, мята, кервель, тимьян, и слегка порубите. Возьмите 6 помидорчиков черри, разрежьте их пополам, натрите crostini половинками помидоров. Сверху натрите еще немного пекорино или пармезана, посолите и поперчите. Сбрызните оливковым маслом и украсьте зеленью.



## funghi al forno ripieni di ricotta

на четверых

*Запеченные грибы, фаршированные рикоттой*

Вы можете использовать один сорт грибов или несколько, дешевые шампиньоны, дорогие портобелло или лесные грибы. Главное, у них должны быть шляпки, которые можно наполнить начинкой.

100 г качественной рассыпчатой  
рикотты  
цедра 1 лимона  
при желании — 1 стручок перца чили,  
измельчить  
морская соль и свежемолотый черный  
перец  
2 столовые ложки измельченных  
листьев свежего орегано или  
майорана

горсть свеженатертого сыра пармезан,  
и еще немного для украшения  
4 горсти грибов, очистить  
оливковое масло extra virgin  
горсть руколы или другой зелени по вкусу

Разогрейте духовку до 220 °C. Поместите рикотту в большую миску вместе с цедрой, чили, солью и перцем. Тщательно взбейте деревянной ложкой, добавьте орегано, пармезан и еще раз перемешайте.

У грибов аккуратно отделите ножки (их можно использовать для приготовления, например, соуса к пасте), шляпки положите в миску, полейте оливковым маслом, посолите, поперчите и как следует перемешайте. Выложите шляпки на противень. Аккуратно наполните смесью каждую шляпку, присыпьте пармезаном. Готовьте в разогретой духовке 15 минут. Подавайте к столу на большом блюде, украсив листьями руколы или другой зеленью.







## funghi tagliati a fettine sottili, con mozzarella fusa e timo

на четверых

*Ломтики грибов с расплавленным сыром моццарелла  
и тимьяном*

Это замечательный рецепт — практически никаких усилий, и готово аппетитное блюдо для вечеринки. Для него я использовал моццареллу, но есть еще один итальянский сыр, называется scamorza — тоже хорошо подходит. Блюдо это готовится очень быстро, и я обжариваю грибы на той же тарелке, которую потом поставлю на стол. Решили взять фарфоровую? Еще раз подумайте, так ли она вам надоела.

2 горсти ломтиков грибов,  
тонко нарезанных  
2 x 150 г шарика моццареллы  
или scamorza, разделить руками  
на несколько кусочков

веточка свежего тимьяна, только листики  
морская соль и свежемолотый черный  
перец  
оливковое масло extra virgin

Возьмите огнестойкое плоское блюдо, разложите на нем ломтики грибов в один слой. Сверху разбросайте кусочки сыра, посыпьте тимьяном. Посолите, поперчите, сбрызните оливковым маслом и поместите под сильно разогретый гриль.

Запекайте пару минут; подавайте, когда расплавится сыр. Не забудьте о хрустящем поджаренном хлебе!





пицца и другая  
уличная еда



# Пицца и другая уличная еда

Скажу честно, я очень рад, что такая глава вообще появилась в этой книге, потому что не многие повара обращают внимание на подобные вещи. А я вот обращаю. Что мне нравится в уличной еде — это полное пренебрежение какими-либо правилами и соображениями здоровья и гигиены! Большинство уличной еды в Италии продается прямо так, с грузовика, стоящего на дороге. Большинство таких вот передвижных кафешек в Британии закрыты в течение дня, в связи с ограничениями, предписанными законом Европейского Союза о здравоохранении. Италия, Франция и Испания тоже входят в ЕС. Входят, только их этот закон, похоже, не трогает. В Италии людей беспокоят только две вещи: чтобы при приготовлении еды устраивали всех (и местных полицейских в том числе) именно как еду, и чтобы она была приготовлена традиционным образом, так, как это происходило на протяжении последних столетий. А если какой-нибудь чужак в Брюсселе вдруг попросит их закрыться, что ж — они откроют свое предприятие чуть дальше по улице.

В Англии у нас тоже есть культура уличной еды, и она существует уже много лет. Несмотря на то, что сосиски и бургеры наполовину состоят из свиного мяса — это в лучшем случае (а честно говоря, никто не знает из чего), запах сладкого лука, который вы чувствуете при входе на любой стадион, неизбежно возбуждает аппетит. И запах картошки фри — тоже. На Рождество же улицы Лондона пахнут печеными на углях каштанами. Ребята, которые их готовят — вы знаете, они все в основном бомжи, но канитаны готовят лучше всех! И чистят их быстрее, чем любой повар, с которым мне когда-либо приходилось встречаться.

Теперь мне необходимо сделать одно признание. Примерно половина уличной еды в Италии — очень сомнительна (даже сомнительней той, что вам могут предложить в Японии, хотя, я думаю, такого не бывает)! Я как-то подошел к торговцу закусками на улице Палермо. Это был прокуренный, не очень чистоплотного вида итальянец. Около него стояло человек десять, с аппетитом что-то такое поедающих, а рядом пытел большой котел, накрытый, как грелкой, свернутым полотенцем. Что касается содержимого котла, оно было ни на что не похоже. Честное слово. Продавец просовывал руку в отверстие этой самой грелки и извлекал из котла промасленные куски желудков, легких и прочей требухи, которые затем «шлепал» на раскрытую булочку или просто на кусок бумаги. Большинство людей, употребляющих все это великолепие, выглядели достаточно бедно, но там также присутствовала одна колоритная личность — ухоженный мужчина в твидовом пиджаке и кашемировом шарфе, в очках Prada. Он специально подъехал туда на своем дорожном пижонском мотоцикле — отведать этой самой Итальянской Уличной Еды.

Ну вот. Я, кажется, сделал все возможное, чтобы эту главу вы не читали. Хотя, поверьте, в Италии встречаются вещи даже хуже тех, о которых здесь написано. Но черт возьми, помимо этого я пробовал действительно очень вкусную пищу, приготовленную и поданную прямо на улице! И меня это порадовало. Надеюсь, вас порадует тоже.







## polenta frita croccante con rosmarino e sale

на четверых

*Хрустящая полента с розмарином и солью*

На итальянских рынках часто можно увидеть продавцов, торгующих с тележек с горячей стеклянной поверхностью, на которой выложены *fritto misto* (овощи, обжаренные в раскаленном масле). Иногда мне везло — удавалось купить обжаренную поленту; ее обычно не подают в составе *fritto misto*, но при этом полента и есть самое лучшее в нем! Ее можно сравнить с обжаренным картофелем, только полента впитывает гораздо меньше масла, а пармезан придает ей насыщенный вкус. Я экспериментировал с различными приправами и специями, добавляя в поленту чили, орегано, майоран, даже семена фенхеля и вяленые на солнце помидоры. Это не совсем традиционные добавки, но результат всегда превосходил мои ожидания. Вне зависимости от того, решили вы подать поленту просто как закуску, или как составляющую другого блюда, или даже как гарнир, обжаренная полента — это действительно вкусное блюдо.

*Внимание:* когда вы готовите что-то в раскаленном масле, очень важно заниматься только этим. Сфокусируйте свое внимание на готовке и держите детей подальше.

полента (рецепт на стр. 269)

горсть свеженатертого пармезана

морская соль и свежемолотый черный  
перец

2 горсти муки для поленты, для присыпки

2 л подсолнечного масла

горсть свежего розмарина, только листья

Вначале приготовьте поленту. Сняв ее с огня, добавьте пармезан, приправьте по вкусу солью и перцем, перемешайте. Выложите ее на смазанный маслом противень так, чтобы толщина полученного пласта составляла 2,5 см. Когда полента остынет и осядет, нарежьте (или разделите руками, так даже красивее) ее на кусочки размером с большой палец. По мне, так лучше пусть все они будут разной формы. Присыпьте кусочки мукой для поленты, из нее потом получится хрустящая корочка.

Поставьте на огонь кастрюлю с толстым дном и стенками, наполненную маслом. Проверьте температуру нагрева масла, положив в него кусочек картофеля; если он зашипит и быстро обжарится, масло — правильной температуры. Если у вас есть специальный термометр для масла, используйте его — температура должна достичь 180 °C. Если масло перегреется и начнет дымить — уменьшите температуру нагрева или на некоторое время снимите кастрюлю с огня. Поместите кусочки поленты в металлический дуршлаг и аккуратно опустите его в масло. Если они весело зашипели и начали обжариваться, все нормально. Я не видел, чтобы так делали в Италии, но после четырех минут готовки, я добавляю в масло горсть листьев розмарина, буквально секунд на двадцать — это придает потрясающий аромат. Аккуратно достаньте поленту и розмарин шумовкой и переложите их на бумажное полотенце. Приправьте солью и подавайте. Гости уже рвут и мочалют салфетки от нетерпения!

## frittelle di spaghetti

### Зажаренные спагетти

на четверых

Мне и раньше доводилось есть жареную пасту, но я никогда не предполагал, насколько это может быть вкусно, пока не попробовал блюда, приготовленные Джованни, владельцем ресторана на острове Мареттимо, недалеко от побережья Сицилии. Он приготовил зажаренные спагетти и преподнес их мне особенным образом, поместив перед подачей в наваристый бульон из свиной. Спагетти немного пропитались бульоном, чуточку, конечно, потеряли в хрусте, но превратились в совершенно замечательную закуску. Абсолютно фантастическое блюдо! Его можно приготовить на сковороде, а можно запечь в духовке, как говорят итальянцы — *al forno*. Когда вы освоите базовый рецепт, можете добавлять в него различные специи и пряности на свой вкус. Я, к примеру, люблю чили, так что всегда кладу его в это блюдо. Процесс происходит следующим образом: вы смешиваете пасту с яйцом, приправляете ее петрушкой и пармезаном (не покупайтесь на заранее натертый пармезан из супермаркета — вкус получится так себе); на этом этапе можно добавлять кусочки рыбы, чили, немного порубленных помидоров или оливок. Когда будет готово, это будет нереально вкусно! О, *Friteelle di spaghetti*, мягкие внутри и хрустящие снаружи! Чтобы понять, надо попробовать.

2 зубчика чеснока,  
очистить и измельчить  
горсть свежей плосколистной петрушки,  
мелко порубить  
2 яйца и еще 1 желток  
2 горсти свеженатертого пармезана  
при желании — 2 филе анчоуса, крупно  
нарезать

1–2 сушеных перчика чили, слегка  
раскрошить  
морская соль и свежемолотый черный  
перец  
200 г сухих спагетти  
оливковое масло

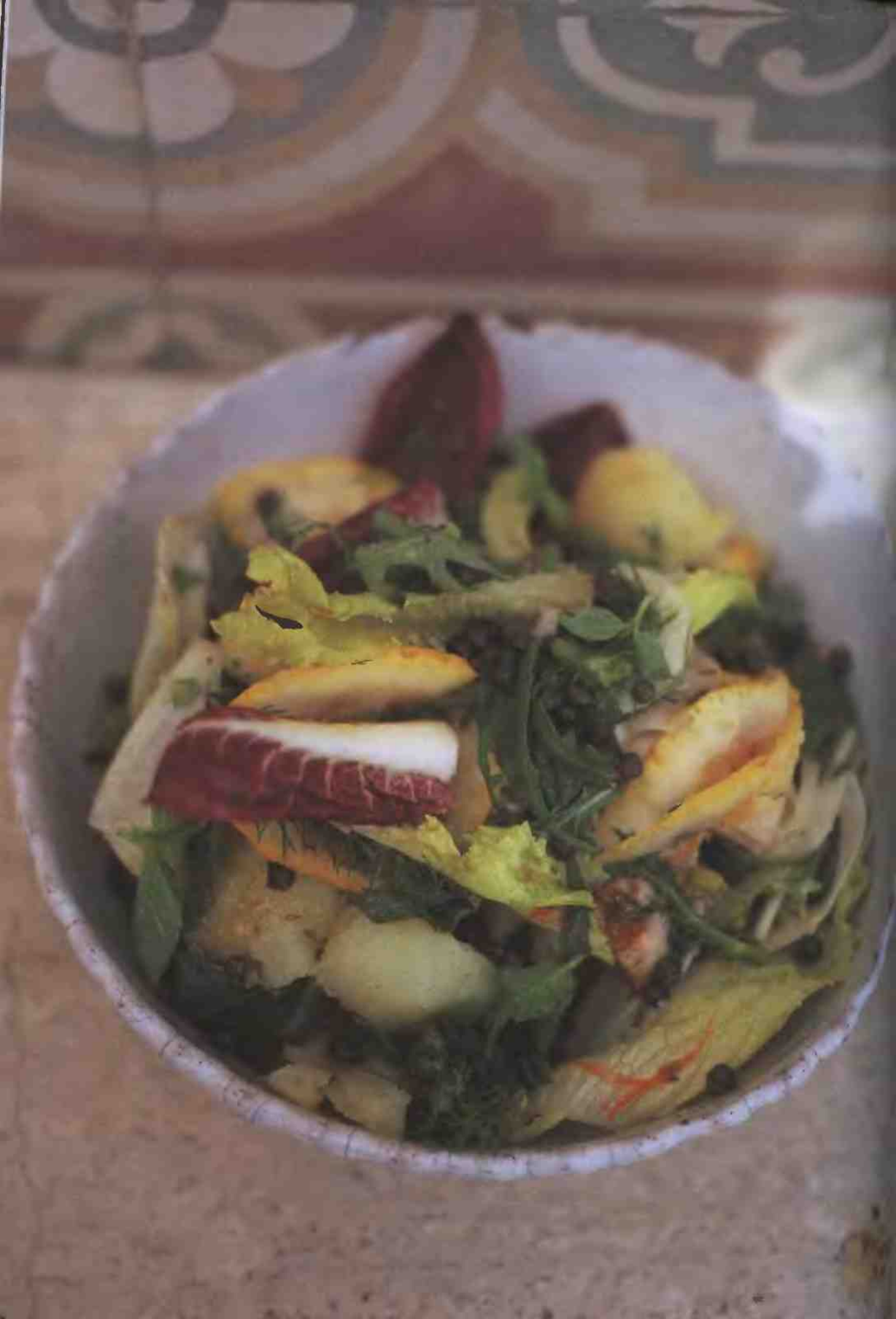
Поместите все ингредиенты, кроме спагетти и оливкового масла, в подходящую емкость и перемешайте. Положите спагетти в кастрюлю с кипящей подсоленной водой и готовьте в соответствии с инструкцией. Откиньте готовую пасту на дуршлаг, обдайте холодной водой. Когда спагетти полностью остынут, нарежьте их ножницами на кусочки длиной сантиметров по 8 и добавьте в емкость к остальным ингредиентам. Тщательно перемешайте.

В сковороду влейте немного оливкового масла, поставьте ее на огонь. Вилкой выложите небольшое количество смеси на сковороду и жарьте до получения золотистой корочки. Переверните. Если жарить спагетти на сильно разогретом масле, они будут более хрустящими снаружи и мягкими внутри.









# insalata di strada

## Уличный салат

на четверых

В Палермо есть ночной рынок, называется П Borgo. Там можно перекусить прямо у прилавков, что все и делают. Местные едят жареные нуттовые пирожки, молодых отварных осьминогов и некоторые деликатесы, которые вы вряд ли решитесь отведать — желудки, селезенки и другие мерзостные на вид субпродукты. На многих прилавках стоят большие котлы с вареной картошкой или артишоками. Я думаю, что все эти действительно вкусные блюда традиционно подавались не только на рынке, но и на улицах.

Так вот, еще на рынке П Borgo продавался этот вкуснейший салат. Заправляли его сразу же, как приготовили, — очень зря, потому что в течение какого-то времени он оставался в большой миске с заправкой и сильно терял во вкусе. Но принцип его приготовления вам понравится. На Сицилии можно купить потрясающие лимоны сорта cedro с очень тонкой кожицей, их-то обычно и используют в этом салате. К сожалению, если вы живете не на Сицилии, достать их будет непросто. Но я не советую вам покупать обычные лимоны, потому что их вкус слишком уж сильно отличается от сицилийских. Лучше просто не добавляйте лимон вообще.

500 г молодого картофеля,  
шкурку соскоблить  
морская соль и свежемолотый черный  
перец  
3 горсти смеси хрустящих салатных  
листьев (радищико, рукола, ромейн)  
небольшая горсть листьев свежей  
мяты, слегка измельчить  
1 луковица фенхеля, разрезать  
пополам и тонко нарезать  
при возможности: половинка лимона  
cedro, тонко нарезать

для сицилийской заправки из красного  
апельсина:

сок 1 сицилийского красного апельсина  
3 столовые ложки качественного белого  
винного уксуса или уксуса с травами  
оливковое масло extra virgin  
щепотка сушеного орегано  
2 столовые ложки каперсов, промыть  
под струей воды, если очень крупные —  
разрезать пополам  
морская соль и свежемолотый черный  
перец

На Сицилии картофель готовят очень долго, в сильно соленой воде. Но в случае с молодым картофелем, я считаю, это преступление. Так что положите его в кипящую подсоленную воду и готовьте, пока не станет мягким. Важно достичь мягкости и при этом не доводить дело до того, чтобы клубни начали крошиться. Пока готовится картофель, промойте листья салата и поместите их в большую миску вместе с листьями мяты и фенхелем. Если вы используете лимоны (правильные лимоны!), положите их туда же.

Смешайте апельсиновый сок и уксус с маслом (сока и уксуса в 2 раза больше по объему, чем масла). Добавьте орегано и каперсы, посолите и поперчите по вкусу. Вкус у заправки должен быть очень насыщенным. Картофель откиньте на дуршлаг, оставьте минут на пять, добавьте в салат, заправьте и перемешайте. Подавайте сразу же. Фантастически вкусный салат — очень хорошо идет к рыбе, жаренной на гриле, да и сам по себе хорош.



*Жареные пирожки из нута*

Процесс приготовления этих panelle мало отличается от того, как делается полента для грилья или жарки (см. стр. 269), только вместо кукурузной вы используете муку из нута. Еще одно отличие состоит в том, что вбивать муку в воду нужно до того, как вы начнете ее нагревать. Это необходимо, чтобы избежать образования комков. Многие привыкли думать, что мука делается из пшеницы. На самом деле ее производят из чего угодно: риса, нута, каштана. Если оглянуться лет на двести назад, что мы увидим? Что некоторые области производили только один-два вида злаков и еще какой-нибудь горох. А если эта область граничила с водой и горами, то выбор у вас оказывался совсем уж небольшой. И так до конца жизни. Конечно же, чтобы преодолеть такую монотонность, люди начинали изобретать различные блюда из одного и того же продукта. Кто-то делал муку, кто-то пасту. Приобрести муку из нута можно в некоторых супермаркетах и магазинах азиатских деликатесов. Там ее еще иногда называют «мука «gram».

**800 мл холодной воды****230 г муки из нута****морская соль и свежемолотый черный  
перец****горсть листьев розмарина, шалфея  
и орегано, мелко порубить****2 л растительного масла**

В большую емкость влейте воду, сверху насыпьте немного муки. Вбейте ее в воду при помощи венчика. Добавляйте муку небольшими порциями, пока она не закончится, после чего приправьте солью и перцем.

Перелейте тесто в глубокую толстостенную кастрюлю, поставьте ее на средний огонь. Размешивая венчиком, доведите до кипения, убавьте огонь до минимума. К этому времени тесто загустеет, так что венчик смените на деревянную ложку и продолжайте размешивать. Попробуйте загустевшее тесто, оно должно немного горчить, как арахис. Готовьте еще минут пять, и этот привкус исчезнет.

Продолжая помешивать, пока тесто не схватилось, еще раз попробуйте его на соль и перец, и если надо, приправьте. Замешайте в тесто зелень и выложите его на смазанные маслом тарелки. Распределите-разровняйте тесто так, чтобы его толщина составляла примерно 7 мм. Дайте остыть.

На сильном огне разогрейте толстостенную кастрюлю, влейте растительное масло. Проверьте его температуру, положив в кастрюлю ломтик картошки, он должен зашипеть и быстро поджариться. Если у вас есть термометр для масла, используйте его — температура масла должна достичь 180 °C. Если оно задымит — убавьте температуру нагрева плиты. Разорвите или нарежьте тесто на кусочки, лучше треугольные, аккуратно отлепите их от тарелок и поместите в кипящее масло, по несколько штук за раз. Жарьте, пока они не приобретут золотистый цвет, извлеките шумовкой и выложите на бумажное полотенце. Перед подачей слегка посолите.





Сицилийские торговцы едой  
с ночного рынка П Вогго

# il pesce fritto in pastella all'italiana più croccante

на четверых

*Рыба по-итальянски в наихрустейшем кляре*

Мне однажды довелось побывать в фантастическом магазине в Риме, где как раз торговали такой соленой треской, жаренной в кляре. В Риме обычно используют именно соленую треску, ее филе укладывают в пакет с солью, и так она хранится месяцами. После чего треску вымачивают в воде или молоке в течение суток — и соль выходит. Далее рыбу обмакивают в кляр и жарят.

Вместе с солью из рыбы выходит много воды, поэтому кляр долго остается хрустящим. Тот, кто пробовал жареную рыбу в английских fish&chips-закусочных, наверняка обращал внимание на то, что через минуту-другую кляр размокает. Это происходит потому, что соки, испаряющиеся из рыбы, пропитывают его изнутри.

Поэтому, даже если вы не смогли купить соленую треску, возьмите обычное филе и посолите. Я лично пробовал просаливать его за полчаса до готовки, а перед обжариванием промокал филе бумажным полотенцем, — поверьте, разница чувствуется. Кляр останется хрустящим очень долго.

Рекомендовать сейчас готовить треску, наверное, не совсем правильно — ее осталось так мало, что недавно ввели ограничения на ее лов. Поэтому используйте любую другую белую рыбу: морской язык, палтус или камбалу.

*Внимание:* когда вы готовите в раскаленном масле, уведите детей подальше от плиты.

4 филе белой рыбы по 200 г  
морская соль и свежемолотый черный  
перец  
цедра и сок 1 лимона  
2 л подсолнечного масла  
2 яичных желтка

120 г муки  
оливковое масло  
небольшая бутылка (250 мл) ледяной  
газированной минеральной воды  
половинки лимона, при подаче

Посолите и поперчите филе с обеих сторон, сбрызните лимонным соком, положите в миску и поместите в холодильник хотя бы на полчаса. За это время пару раз переверните. Куски филе уменьшатся в размерах, и из них выйдет много воды. Слейте ее, промокните рыбу бумажным полотенцем.

В большую толстостенную кастрюлю влейте масло. Имейте в виду, кастрюля не должна быть заполнена более чем на две трети. Нагрейте масло до 180 °C. Тем временем подготовьте кляр. Поместите желтки, муку, лимонную цедру и немного оливкового масла в большую емкость, добавьте минеральную воду и размешивайте до однородности. Слегка присыпьте филе мукой и обмокните в кляр, сняв излишки. Аккуратно опустите филе в масло и жарьте 4 минуты, пока кляр не станет золотистым. Подавайте с половинками лимона.





# la migliore frittata di gamberetti e prezzemolo

на двоих

*Лучшая в мире фриттата с креветками и петрушкой*

Если честно, я немного повернут на своих фриттатах. Но вот эта достойна того, чтобы из-за нее свихнуться, особенно если вам удалось достать свежих креветок, тех самых, которые обладают сладковатым ароматом. Когда я готовил эту фриттату, смешал лимонную цедру с яйцами и сдуру выдавил туда немного лимонного сока. Я было спохватился — ой, яйца с цитрусовыми мешать не принято! — но решил все равно попробовать. Получилась лимонная фриттата из слегка свернувшегося яйца с креветками. Я не ожидал, но вышло очень вкусно!

И еще один секрет — советую использовать много, очень много петрушки. Фриттаты можно делать любых размеров — лучшие из тех, что мне приходилось пробовать, были толщиной около 2,5 см. Все, что тоньше — не совсем фриттата. Толще — несколько неряшливо, на мой взгляд. Фриттаты можно подавать холодными в качестве закуски, или горячими — как, соответственно, горячую закуску, или даже как основное блюдо.

**P.S.** Это блюдо можно также готовить с крабовым мясом или мясом омара.

6 крупных яиц  
морская соль и свежемолотый черный  
перец  
горсть листьев петрушки, измельчить  
цедра 1 лимона  
сок четвертинки лимона

1 столовая ложка с горкой свеженатертого  
пармезана  
180 г очищенных свежих креветок  
оливковое масло  
кусочек сливочного масла  
полстручка сушеного перца чили,  
раскрошить

Разогрейте духовку до 220 °C. В миске взбейте яйца со щепоткой соли и перца, добавьте петрушку, лимонную цедру, сок и пармезан. Крупно нарежьте половину креветок и добавьте их вместе с остальными креветками к яйцам. В небольшой сковороде (позже мы будем ставить ее в духовку) разогрейте сливочное и оливковое масло до появления пены, добавьте яичную смесь. В течение минуты на среднем огне аккуратно перемешивайте яйца, после чего поместите сковороду в духовку. Замечу, что часто фриттату слишком сильно прожаривают в духовке. Я предпочитаю долго ее там не держать, главный ориентир — цвет. Как только фриттата становится золотистой снаружи, она готова. Тогда внутри она останется немного жидкой, не совсем пропеченной. Я считаю, это как раз правильно. Итак, готовьте фриттату в духовке 4–5 минут. Она слегка поднимется и станет воздушной. Присыпьте чили, выложите на блюдо. Подавайте с салатом рукола, хлебом и бокалом вина.





## Что я думаю о porchetta

Я думаю, что это — очень хорошая вещь. Porchetta — буквально квинтэссенция идеи итальянского угощения. В Италии ее подают и как самостоятельное блюдо, и в сочетании с простым гарниром, например, картошкой или овощами. Но чаще всего итальянцы едят ее, пожалуй, в составе сэндвича с чиабаттой и соусом *salsa verde*, купленного на рынке или в каком-нибудь крошечном кафе.

Для них это такая же обычная еда, как для англичан *fish and chips* — рыба с картошкой, жаренные во фритюре. Вы удивитесь, но не только итальянцы, живущие в деревнях, но даже и некоторые горожане умудряются держать свиней — на заднем дворе. И я не говорю сейчас об участках площадью несколько акров. Часто эти дворники имеют длину всего метра два. И помимо свиней, кстати, там еще могут держать кур или кроликов.

Отношение большинства итальянцев к свиньям совершенно особенное. Если точнее, свиней в Италии любят и уважают, как нигде в мире. Еще точнее, итальянцы их превозносят до небес. Любая часть свиной туши получает максимум уважения. Из ноги делают пармскую ветчину прошутто, *prosciutto di Parma*, и это *Fettai* в мире холодных мясных закусок. Филе и отбивные запекают или готовят на гриле. Мясо с брюшной части используют для колбасок и панчетты. Лопатку сворачивают в рулет, солят, потом вялят и превращают таким образом в *corra di parma*, замечательную и в холодном, и в горячем виде. А есть еще и белоснежное сало, его обрабатывают так же, как мясо для *prosciutto*, или используют для жарки, или просто едят сырым, приправив солью и перцем. Подают же сало к столу в составе *antipasti* или *charcuterie* (так называется ассорти мясных закусок). Голову свиньи полностью освобождают от костей, вялят, приправив апельсиновой цедрой, и готовят из нее *corra di testa*. В ход идут и язык, и щеки. Главное же, что в Италии ни один кусочек свиной туши никогда не пойдет на такую дешевку, как сосиски для хот-догов или на фарш для отвратительной вареной колбасы. Мне пришлось попробовать в Италии мортаделлу, и она немного похожа на вареную колбасу или сосиску. Но сходство это чисто внешнее — мортаделлу, в отличие от хот-догов, готовят с фисташками, а то и с трюфелями.

Покупая свинину, внимательно оцените кожу. Та, что быстрее зажарится и «потрескается» от жара духовки, — и есть лучшая. Но чтобы не ломать голову, попросите мясника разделить для вас филейную часть с нижней части ребер, вместе с кожей и брюшной частью, а также — разделить мясо от костей. Кости вы будете использовать в процессе приготовления в качестве подставки, так что не забудьте их забрать. Попросите его надрезать кожу крест-накрест на глубину 1 см. На этом вы сэкономите минимум полчаса своих стараний дома. По крайней мере, в Италии мясник никогда не откажется оказать вам такую услугу — достаточно лишь заранее предупредить его по телефону.





# porchetta

8 порций

## Знаменитая итальянская запеченная свинина

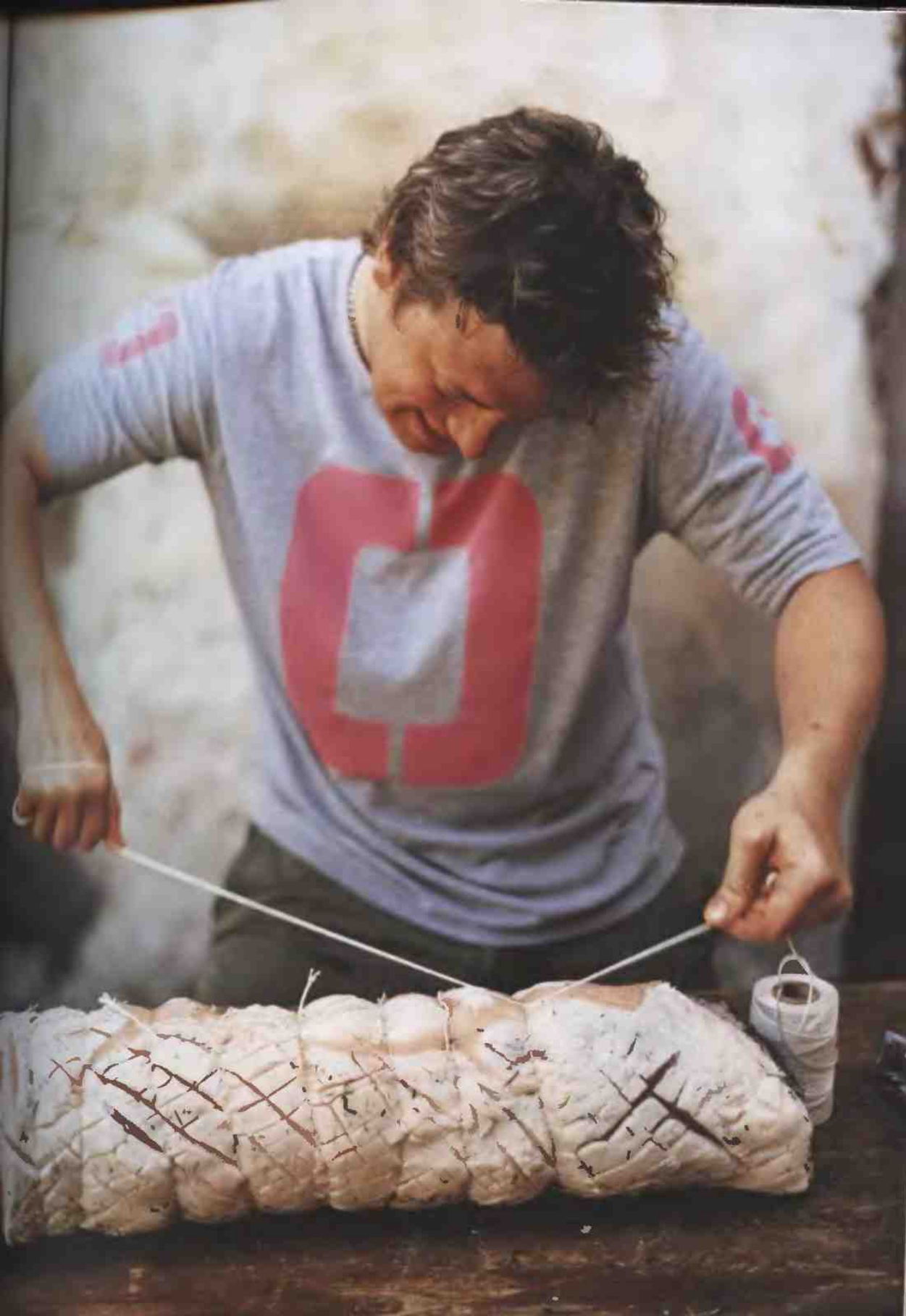
3–4 кг филейной части свинины  
на кости  
4 столовые ложки семян фенхеля  
3 небольших стручка сушеного  
перчика чили, раскрошить  
3 столовые ложки крупной соли  
4–5 лавровых листьев,  
слегка измельчить  
1 лимон (цедру натереть, а сам лимон  
разделить на половинки)  
оливковое масло

морская соль и свежемолотый черный  
перец  
2 стебля сельдерея, крупно нарезать  
2 морковки, тщательно промыть и крупно  
нарезать  
1 луковица, очистить и крупно нарезать  
1 головка чеснока, разделить на зубчики,  
но не очищать  
12 веточек розмарина, отделить листья  
2 бокала белого вина  
600 мл куриного или овощного бульона

Разогрейте духовку до максимальной температуры, градусов до 250–270. Удалите кость, надрежьте кожу крест-накрест, положите подготовленную свинину на рабочую поверхность кожей вниз. В ступке или в кофемолке измельчите в порошок семена фенхеля вместе с крупной солью и чили. Теперь порвите лавровые листья и также добавьте их в ступку. Туда же положите лимонную цедру и листики розмарина. Равномерно присыпьте свинину полученной смесью.

Сверните подготовленное мясо в рулет так, чтобы брюшная часть куска была обернута вокруг филейной, а кожа оказалась снаружи. Аккуратно, но туго обвяжите рулет бечевкой так, чтобы получился цельный кусок для запекания. Разложите кости по дну подходящей по размеру формы для запекания, а сверху на них уложите свинину. Сбрызните мясо оливковым маслом, слегка натрите солью. Поставьте форму с мясом в разогретую духовку. Сразу же убавьте температуру до 180 °C. Это необходимо, чтобы мясо покрылось поджаристой хрустящей корочкой, но само оно равномерно и полностью пропеклось и осталось при этом сочным. На готовку уйдет около 2,5 часа. При желании вы можете оставить мясо в духовке и подольше; оно не будет таким сочным, но вкуса своего не теряет.

После того как мясо пробудет в духовке 1 час, добавьте в форму для запекания сельдерей, морковь, зубчики чеснока и веточки розмарина, влейте вино. Осторожно встряхните форму, чтобы овощи равномерно покрылись выделившимися соками. Когда мясо приготовится, извлеките его из формы и оставьте в покое минут на двадцать. Из овощей и жидкости, оставшихся в форме, мы приготовим отличную подливку. Снимите ложкой лишний жир (это нужно сделать очень-очень тщательно, иначе у подливки будет неприятный «мыльный» привкус), добавьте немного бульона и поставьте форму на средний огонь. Перемешивайте бульон со всем содержимым формы, в том числе с пригоревшими ко дну кусочками. Вы можете постепенно добавить весь бульон или ограничиться только его частью — смотрите сами. Итальянцы, например, предпочитают более легкую подливку.





# PIZZA



Usiamo solo gli ingredienti migliori

Fresh mozzarella cheese  
(shaved with salt & sugar)

Original Parmesan Cheese  
First choice flour

Season's choice vegetables  
Top choice Olive Oil

Water, salt, yeast

Flour

MA MAMMA PIZZA!



## Мои мысли о пицце

Пицца, должно быть, одно из самых знаменитых блюд во всем мире. Недавно я со своими учениками побывал в Тоскане. Мы изъездили Тоскану вдоль и поперек, смотрели по сторонам и учились готовить, и однажды нам крупно повезло. Для нас готовил потрясающий шеф-повар родом из Неаполя. Он рассказал нам, что первая пицца, *pizza frita*, была приготовлена на сковороде (я описываю ее рецепт на стр. 59). Эта пицца просто обжаривается, тесто становится легким и хрустящим, сверху на него укладывается сыр и помидоры, приправленные *орегано*. Затем пиццу помещают под гриль — вкусно, очень вкусно! Я был поражен. И я задумался. Вот мы все тут в Лондоне изощряемся, стараясь использовать как можно больше ингредиентов, сколько поместится. Сами того не замечая, мы готовим уже какой-то овощной пирог. Проще надо быть, проще.

Неотъемлемая часть любой пиццы — томаты. И еще моццарелла. Если вы купите пиццу в Италии, ее начинка, скорее всего, будет довольно лаконична, а тесто — раскатано очень тонко. Жар духовки заставляет работать дрожжи, и основание пиццы получается воздушным и хрустящим. Как-то, было дело, я посетил пиццерию в Неаполе, где приготовили первую в мире пиццу «Маргариту», и на стене красовался плакат, оповещающий всех об этом достижении. Если честно, ничего выдающегося во вкусе тамошней пиццы не было, а сервис был просто ни к черту. Но вот тот факт, что итальянцы с такой гордостью относятся к изобретению столь простейших блюд, думаю, и породил в Италии эту великую культуру приготовления пиццы. Еще мне сказали, что пиццу нужно есть, сложив кусок пополам, есть так и не мучайся. Кроме того, меня проинформировали, что те, кто делает это с ножом и вилкой, крайне недалекие люди!

Если у вас есть мало-мальски хорошая духовка — предлагаю устроить пицца-вечеринку. Пусть ваши друзья позаботятся о выпивке, а вашей задачей будет приготовить правильный томатный соус (см. рецепт на стр. 59). Зайдите в магазин деликатесов, купите оливок, базилика, анчоусов и всего чего угодно. Разложите все это добро по тарелкам. Пусть друзья отвечают за наполнение пицц. Клянусь, вам всем понравится — я всегда получаю удовольствие от таких вечеров!

Помимо начинки для пиццы важно, чтобы основа из теста была очень тонкой. Готовить пиццу лучше всего, конечно, в дровяной печи. Но не у каждого в доме она есть. Поэтому я решил придумать, как обойтись без нее, не потеряв во вкусе. Идеальный способ — заказать мраморную или гранитную плиту по размеру духовки толщиной в 2,5 см. Если разогреть ее в очень горячей духовке, она долго сохраняет температуру и работает почти так же хорошо, как дровяная печь. Установите ее на железную решетку, и когда она разогреется, уложите пиццу. Результат вас сильно обрадует! Если вы все же нацелены на дровяную печь — свою я купил в Orchard Ovens ([www.orchardovens.co.uk](http://www.orchardovens.co.uk)). Правду сказать, даже небольшие печи стоят своих денег. Подумайте, каково это — собраться в саду с друзьями, в воскресенье, и запечь что-нибудь!



## pasta per pizza

### Тесто для пиццы

на 6–8 пицц небольшого диаметра

Это очень простой метод приготовления теста для пиццы. Если вы купите муку-крупчатку, она придаст тесту необычный аромат и текстуру.

800 г пшеничной хлебопекарной муки  
200 г муки-крупчатки мелкого помола  
(или обычной хлебопекарной муки)  
1 столовая ложка без горки мелкой  
морской соли

2 пакетика сухих дрожжей по 7 г  
1 столовая ложка сахарной пудры  
(из тростникового сахара)  
650 мл теплой воды

Просейте муку с солью горкой на рабочую поверхность. В центре горки сделайте «колодец» диаметром в 18 см. Смешайте дрожжи и сахар с теплой водой, дайте постоять несколько минут, после чего влейте смесь в «колодец». Начните аккуратно замешивать муку при помощи вилки. В центре горки образуется смесь, похожая на густую кашу. Продолжайте добавлять муку. Когда тесто станет слишком плотным, отложите вилку и месите его руками. Скатайте шар, затем вытяните его обеими руками, левой — к себе, правой — от себя. Продолжайте таким образом месить и растягивать тесто в течение десяти минут, пока оно не станет гладким и упругим.

Присыпьте тесто мукой, накройте пищевой пленкой и отставьте в сторону на 15 минут. Такое тесто будет легче раскатывать. Теперь разделите его на несколько шариков, размер — на ваше усмотрение. Вы можете сделать много маленьких пицц или несколько больших. По мне, лучшее число пицц из такого количества теста — шесть.

Если правильно подойти к вопросу, тесто лучше всего раскатать за 15–30 минут до того, как будете выпекать пиццу. А если хотите приготовить все заранее, раскатанное тесто следует держать в холодильнике. Итак, слегка посыпьте рабочую поверхность стола мукой, положите на нее кусочек теста и раскатайте в круг толщиной 0,5 см. Не старайтесь, чтобы круг получился ровным, рваные края — это даже красиво! Поместите раскатанный круг теста на смазанную маслом и присыпанную мукой фольгу, сверху уложите слоями еще несколько пластов теста. Накройте пищевой пленкой и положите в холодильник. Как будете готовы — разогрейте духовку до температуры 250 °C. В этот момент самое время заняться начинкой. Помните: чем меньше, тем лучше. Если есть возможность, пекуте пиццу на гранитной плите. Если нет — уложите ее на решетку духовки, на нижний уровень (расстояние между прутьями решетки должно быть небольшим, иначе вам сложно будет управиться с пиццей). Готовьте 7–10 минут, пока пицца не станет золотистой и хрустящей.



## Начинки для пиццы

Вот 8 моих самых любимых начинок. Указанного количества продуктов достаточно для одной пиццы.

### *Острая салями, кабачок, базилик, помидор и моццарелла*

4 столовые ложки томатного соуса  
(см. стр. 59)

6 тонких ломтиков кабачка

8 листьев базилика

10 ломтиков острой салями

85 г моццареллы, тонко нарезать  
оливковое масло

морская соль и свежемолотый черный  
перец

Смажьте основание пиццы томатным соусом. Положите ломтики кабачков и базилик, затем салями — ее лучше поместить сверху. Уложите кусочки моццареллы, сбрызните маслом, приправьте. Готовьте до образования корочки (см. стр. 54).

### *Запеченная свинина с тимьяном, сыром taleggio и руколой*

Обратите внимание, килограммового куска свиной лопатки достаточно для приготовления 10 пицц. И хотя количества остальных продуктов, указанных в рецепте, хватит на приготовление только одной пиццы, есть смысл запечь сразу большой кусок мяса. Остатки используете позже для сэндвичей. Или наоборот, используйте для пиццы остатки свинины, приготовленной ранее.

для свинины:

1 кг свиной лопатки

2 столовые ложки семян фенхеля

морская соль и свежемолотый черный  
перец

оливковое масло

для начинки пиццы:

2 столовые ложки томатного соуса  
(см. стр. 59)

85 г сыра taleggio

1 чайная ложка свежих листьев тимьяна

небольшая горсть листьев руколы  
сок половинки лимона

Разогрейте духовку до 170 °С. Сделайте на мясе несколько надрезов крест-накрест, натрите его семенами фенхеля, приправьте солью и перцем, сбрызните маслом. Запекайте 4 часа, пока оно не будет распадаться на волокна. Дайте остыть, разломайте его вилкой, а потом разберите на волокна — руками. Сбрызните мясо соком, образовавшимся при готовке; распределите томатный соус по основанию пиццы, сверху разбросайте волокна свинины (пригоршню) и кусочки сыра. Присыпьте тимьяном, сбрызните маслом. Готовьте до образования корочки. Руколу сбрызните лимонным соком и украсьте готовую пиццу (см. стр. 54).









## *Картофель, моццарелла, розмарин, тимьян и помидоры*

6 столовых ложек томатного соуса  
(стр. 59)

4 отварные картофелины  
горсть свежих листьев розмарина  
1 чайная ложка листьев тимьяна  
(лучше брать верхушки веточек)

оливковое масло extra virgin  
лимонный сок

морская соль и свежемолотый черный  
перец  
85 г моццареллы

Смажьте основание пиццы томатным соусом. Нарежьте картофель на ломтики, поместите их в одну емкость с розмарином, тимьяном и ложечкой масла. Сбрызните лимонным соком, приправьте. Разложите картофель поверх пиццы между ломтиками картофеля уложите кусочки моццареллы. Запекайте до образования корочки (см. стр. 54).

## *Зеленый и красный виноград, розмарин и рикотта*

Звучит немного странно, но эта пицца будет потрясающе выглядеть на завтрак или в качестве десерта. Особенно с шариком ванильного мороженого.

горсть качественного красного  
и зеленого винограда, ягоды  
разрезать пополам, косточки удалить  
горсть кедровых орешков  
горсть свежих листьев розмарина

2 столовые ложки ванильного сахара  
1 столовая ложка белого вина  
1 столовая ложка с горкой рассыпчатой  
рикотты  
оливковое масло extra virgin

Перемешайте виноград, орешки, розмарин, сахар и вино. Дайте постоять. Затем разложите начинку по основанию пиццы, покрошите рикотту. Сбрызните маслом. Готовьте до образования корочки (см. стр. 54).

## *Яйцо, prosciutto, артишоки, оливки, моццарелла, томатный соус и базилик*

6 столовых ложек соуса (см. стр. 59)  
2 молодых артишока (можно из банки)  
3 ломтика prosciutto  
горсть оливок, косточки удалить  
1 небольшое яйцо

85 г моццареллы, нарезать небольшими  
кусочками  
оливковое масло extra virgin  
морская соль и свежемолотый черный  
перец

Смажьте основание пиццы томатным соусом. Порвите артишоки на четвертинки, разбросайте сверху. Уложите ломтики prosciutto и оливки. В центр пиццы разбейте яйцо. Положите кусочки моццареллы. Сбрызните маслом, приправьте перцем и солью. Готовьте до образования золотистой корочки (см. стр. 55).

## *Копченая pancetta, моццарелла, свежий чили и помидоры*

6 столовых ложек соуса (см. стр. 59)  
85 г моццареллы  
1 свежий перчик чили, измельчить

4–5 тонких ломтиков копченой ветчины  
pancetta  
оливковое масло extra virgin

Смажьте основание пиццы томатным соусом. Разломите моццареллу на кусочки, разложите их по поверхности, добавьте чили. Приправьте солью и перцем. Сверху уложите ломтики ветчины pancetta. Сбрызните маслом. Готовьте до образования золотистой корочки (см. стр. 55).

## *Моццарелла, анчоусы, чили, каперсы и петрушка*

Постарайтесь добыть качественные консервированные испанские анчоусы для этой пиццы, иначе игра не стоит свеч.

4 филе анчоусов  
1,5 стручка свежего перчика чили,  
нарезать  
1 чайная ложка с горкой маленьких  
каперсов, промыть  
оливковое масло extra virgin

цедра и сок половины лимона  
3 столовые ложки томатного соуса  
(см. стр. 59)  
85 г моццареллы  
1 столовая ложка измельченной  
плосколистной петрушки  
морская соль и свежемолотый черный  
перец

Разрежьте филе анчоусов вдоль, поместите их в миску вместе с чили, каперсами, парой ложек масла и лимонной цедрой. Выжмите в миску немного лимонного сока. Дайте анчоусам помариноваться минут 15. Смажьте основание пиццы соусом, разложите моццареллу, затем анчоусы, каперсы и чили, приправьте петрушкой, солью и перцем. Сбрызните оставшимся маринадом и готовьте до образования корочки (см. стр. 54).

## *Лучший чесночный хлеб*

1–2 зубчика чеснока, очистить  
оливковое масло extra virgin

1 столовая ложка измельченной петрушки  
соль и свежемолотый черный перец

Измельчите чеснок пестиком в ступке, добавьте 2–3 столовые ложки оливкового масла, перемешайте. Смажьте чесночным маслом основание пиццы, присыпьте петрушкой, приправьте. Сделайте несколько надрезов в основании пиццы и растяните тесто так, чтобы в нем образовались проемы. Готовьте до образования корочки. Сбрызните маслом (см. стр. 55).





## pizza frita

### Обжаренная пицца

на десятиерых

Когда я со своими учениками изучал в Италии процесс производства оливкового масла, мы пробовали «жареную» пиццу в небольшом ресторанчике под названием Il Vescovino Panzano в Кьянти. Шеф-повар обжаривал тонкие пласты теста в масле, затем быстро смазывал их томатным соусом, поверх выкладывал моццареллу, посыпал орегано и отправлял под раскаленный гриль. Это была самая воздушная пицца из тех, что мне приходилось пробовать. Просто потрясающая. Считается, что именно так и были приготовлены первые пиццы в истории.

тесто для пиццы (см. рецепт на стр. 52)

немного муки, чтобы присыпать

рабочую поверхность

растительное масло, для жарки

2 шарика моццареллы по 150 г

при желании, 5 чайных ложек

сушеного орегано

для томатного соуса:

оливковое масло extra virgin

1 зубчик чеснока, очистить и измельчить

пучок свежего базилика, только листья

1 банка (400 г) консервированных

сливовидных томатов

морская соль и свежемолотый черный

перец

Сначала приготовьте тесто. Готово? Теперь займитесь соусом. Разогрейте кастрюлю или глубокую сковороду, влейте немного масла, добавьте измельченный чеснок и слегка обжарьте. Когда чеснок станет бледно-золотистого цвета, добавьте половину базилика, томаты, щепотку соли и перца. Готовьте на медленном огне 20 минут, помешивая и разминая помидоры в пюре, попробуйте на соль, перец, добавьте при необходимости.

Разогрейте гриль до максимума. Разделите тесто на 10 частей, разомните их в лепешки на присыпанной мукой поверхности, раскатайте до толщины 0,5 см, дайте постоять минут десять. Сильно разогрейте сковороду, налейте растительное масло слоем 2 см и обжаривайте каждую лепешку по 30 секунд с каждой стороны. Достаньте тесто из масла шумовкой и положите на противень.

Когда вы обжарите все тесто, смажьте каждую пиццу томатным соусом, сверху разбросайте кусочки моццареллы, посыпьте сушеным орегано или положите по паре листиков базилика. Сбрызните оливковым маслом и поставьте под гриль. Готовьте до тех пор, пока сыр не закипит. Тесто должно слегка подрумяниться.

primi

первые блюда











# Супы

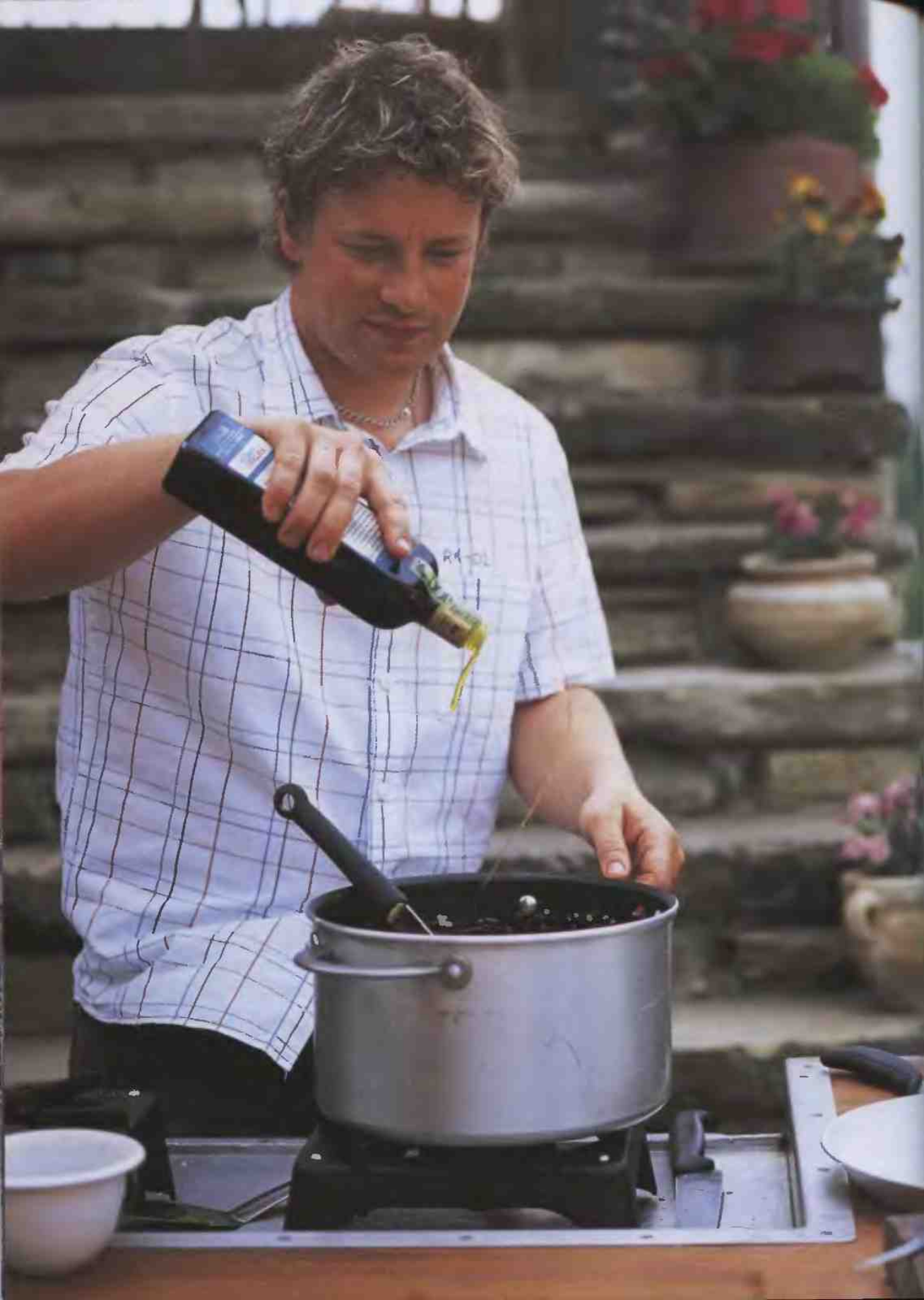
Сколько я ни пробовал в жизни супов, никогда они меня особо не вдохновляли. В Японии пробовал супы наваристые, прозрачные и свежие. Во Франции ел супы-пюре, нежные, с тонким ароматом; их заправляют сливками или готовят из *veloute* (это подливка из муки, обжаренной на сливочном масле, с добавлением бульона, который вливают в подливку постепенно) и приправляют целой армией сложносочиненных добавок. В Британии готовят более предсказуемые супы из самых обычных и привычных нам овощей, очень похожие друг на друга, но подаются они все в той же французской манере.

Но давайте поговорим о супах итальянских! Когда я путешествовал по Италии, именно супы таили для меня максимум сюрпризов. Они грубоватые, простые, но очень характерные. Они обладают насыщенным вкусом, что, насколько я понимаю, объясняется солнечным климатом Средиземноморья, где и травы, и овощи растут в сказочном изобилии. Эти супы были созданы в рабочих семьях, переживших столетия бедности и даже нищеты, но не потерявших надежду. В качестве основы для них используются, как и сто лет назад, вода и хлеб, но кроме того и овощи, ставшие теперь доступными для всех. Эти супы — умопомрачительны. Их множество. Мои любимые — *ribollita*, густой наваристый хлебный суп, и *rapra al romodoto*, хлебный суп с помидорами. А когда поспевает новый урожай овощей, повсюду начинают готовить минестроне (я называю его «праздник урожая в горшочке»), и в каждом доме делают это по собственному рецепту. Даже будучи переварен или приготовлен с остатками разных макарон, минестроне все равно остается восхитительным супом!

Итальянцы, как никто другой в мире, всегда готовы к тому, что гости могут нагрязнать внезапно и число их может быть неограниченно. Поэтому бедные пожилые *mammas* научились легко, без суеты готовить любой суп из того, что всегда есть в доме, — из пасты, хлеба или фасоли.

Вы уже, наверное, заметили, что я не перестаю восхищаться итальянским оливковым маслом. Масло, продающееся в Англии по 10–15 фунтов за бутылку, в сравнении с ним похоже, пожалуй, на сено, слегка приправленное перцем — если оно вообще на что-то похоже. Много масла вам не понадобится, поэтому не пожалейте денег, купите хорошее и дорогое — вы обязательно почувствуете разницу. Даже самое хорошее масло ни в коем случае нельзя рассматривать как основной ингредиент, но для придания настоящего вкуса супу оно просто необходимо. Большие супермаркеты всегда имеют в ассортименте лучшие масла — так что сходите, попробуйте и купите. Итак, пора уже перестать фантазировать и восхищаться. Давайте все-таки продолжим — и приготовим настоящий итальянский суп. Не думайте, что это будет дымящийся наваристый бульон или нечто похожее на томатный суп от Heinz (часто суп именно такой консистенции ожидают попробовать посетители моего ресторана...) — теперь мы в Италии!







## Что я думаю о минестроне

Вариантов минестроне существует не меньше, чем деревень в Италии. Тем не менее вот несколько общих золотых правил. Их нужно помнить, если хотите произвести впечатление на даже самого капризного и уже давно ничему не удивляющегося итальянца.

• **Правило номер 1 — бульон.** Минестроне готовят обычно на воде или овощном бульоне. Но тот минестроне, который запомнился мне больше всего, был приготовлен на основе легкого отвара, полученного при варке *bollito misto* (куски мяса разных сортов, сваренные вместе). Можно еще сварить легкий куриный бульон, а лучше — вот что: возьмите немного окорока на кости и отварите его с кусочками копченой *pancetta*, небольшим количеством вина, добавив перец горошком и лавровый лист. Варить надо на медленном огне в течение нескольких часов. Именно такой бульон я использую для приготовления минестроне (а ветчину потом можно подать с фасолью или просто кусочками, уложив на *crostini*). Так обычно готовят окорок в Британии, но и в Тоскане делают так же. Хотя куриный бульон тоже очень даже подойдет, я решил поделиться с вами этим своим секретом. Сразите своих друзей наповал.

• **Правило номер 2 — soffritto.** Так называется процесс медленной и постепенной обжарки овощей — лука, сельдерея, чеснока, а для этого супа еще моркови и фенхеля. Так же называется и результат этого процесса, то есть обжаренные овощи. Благодаря *soffritto* суп получится насыщенным и ароматным. По всей Италии *soffritto* часто используется в качестве основы для приготовления ризотто, бульонов и соусов.

• **Правило номер 3 — сезонность.** Если вы приготовите суп из овощей, которые невозможно в данный момент купить на местном рынке, потому что они не в сезоне, и подадите его итальянцу — он подумает, что вы идиот! Так что если вы сварили зимой спаржу и горошек, вы не правы. Если ранним летом в Британии вы готовите из савойской капусты (как раз тогда, когда готовить надо из спаржи и горошка), это — тоже не очень умный поступок. Всегда используйте то, что в сезоне. Поверьте, это золотое правило. Когда я писал этот рецепт, в Тоскане была ранняя осень. В это время уже не оставалось ни свежего горошка, ни фасоли, а *cavolo* пего и капуста еще не пережили первых заморозков. Так что я решил использовать листовую свеклу, фенхель и кабачки.

Возьмите рецепт, описанный на стр. 66, за основу, чтобы приготовить минестроне на свой вкус. Следуйте этим трем правилам. И не забудьте про полупустые упаковки с пастой в вашем кухонном шкафу, про эти бесформенные, поломанные остатки ракушек и перьев! Это, кроме всего прочего, идеальный рецепт для того, чтобы от них наконец-то избавиться. Чаще всего для этого супа используют спагетти, но мне кажется, что засыпать туда остатки пасты более аутентично. Еще стоит отметить, что подойдет и сухая, предварительно замоченная фасоль, и консервированная, но если есть возможность купить свежую — сделайте это. Сухую фасоль необходимо замочить на ночь (на стр. 256 описано, как готовить сухую и свежую фасоль).

## minestrone d'inizio autunno

4–6 порций

### Минестроне ранней осени

200 г фасоли *cannellini* или *borlotti*, свежей или сухой, предварительно замоченной на ночь

1 лавровый лист

1 помидор, слегка размять

1 небольшая картофелина, очистить морская соль и свежемолотый черный перец

оливковое масло

4 ломтика бекона или копченой ветчины *pancetta*

2 небольшие красные луковицы, очистить и измельчить

2 морковки, очистить и измельчить

2 стебля сельдерея, мелко нарезать полголовки фенхеля, нарезать

3 зубчика чеснока, очистить и измельчить небольшой пучок свежего базилика, листья и стебли — отдельно

2 банки (800 г) консервированных томатов в собственном соку

бокал красного вина

2 небольших кабачка, нарезать на кусочки

200 г слегка измельченного шпината или листовой свеклы (вместе со стеблями)

600 мл куриного, мясного или овощного бульона

60 г сухой пасты

кусоч пармезана, для украшения при подаче

Поместите ранее замоченную сухую или свежую фасоль в кастрюлю с водой. Добавьте лавровый лист, размятый помидор и картофель — они придадут фасоли аромат. Готовьте до мягкости фасоли. Чтобы приготовить сухую фасоль, вам понадобится час. Если фасоль свежая — попробуйте ее минут через двадцать. Слейте воду (половину жидкости сохраните), лаврушку, помидор и картофель можно выбросить. Приправьте солью, перцем и небольшим количеством оливкового масла.

Пока варится фасоль, приготовьте *soffritto*. В кастрюле с толстым дном разогрейте оливковое масло, добавьте бекон или копченую ветчину, лук, морковь, сельдерей, фенхель, чеснок и измельченные стебли базилика. Тушите на медленном огне, неплотно накрыв крышкой, в течение 15–20 минут, пока овощи не станут мягкими. Имейте в виду — обжариваться они не должны. Добавьте консервированные томаты, кабачки и красное вино. Готовьте на медленном огне еще 15 минут.

Теперь положите в суп листовую свеклу или шпинат, влейте бульон и добавьте фасоль. Сухую пасту насыпьте в полиэтиленовый пакет, выдавите лишний воздух и завяжите. Слегка поломайте пасту в пакете при помощи скалки. Отрежьте уголок у пакета и высыпьте содержимое в суп. Перемешайте и готовьте, пока не сварится паста.

Если суп получился слишком густым, добавьте еще немного бульона или воды, которая осталась от приготовления фасоли. Если нужно, приправьте. Подавайте, украсив листьями базилика и заправив оливковым маслом. Выложите кусок пармезана на стол вместе с теркой — пусть каждый гость сам позаботится о себе. Рай, да и только!







# pappa al pomodoro

4 порции

## Хлебно-томатный суп

Этот тосканский суп должен попробовать каждый. Только подумаю о нем, и начинают течь слюнки. Это суп для дружеского и семейного обеда. Он подходит и для беззубых детей, и для столь же беззубых стариков. В этом рецепте я использовал запеченные помидоры черри, но суп получается восхитительным и с томатами, консервированными в собственном соку. А самое замечательное то, что приготовление займет не больше 20 минут. Попробуйте!

**P.S.** Используйте черствый батон любого качественного белого хлеба, но ни в коем случае не белый хлеб кирпичиком, заранее нарезанный на ломтики.

500 г спелых помидоров черри

3 зубчика чеснока, очистить

и измельчить

большой пучок свежего базилика,

листья отдельно, стебли измельчить

самое лучшее оливковое масло extra

virgin, какое сможете достать

морская соль и свежемолотый черный

перец

2 банки (800 г) качественных сливовидных

томатов в собственном соку

500 г черствого белого хлеба

Наколите помидоры черри, перемешайте их с 1 зубчиком чеснока и четвертью указанного количества стеблей базилика. Сбрызните оливковым маслом, приправьте солью и перцем. Выложите на противень и готовьте в разогретой до 180 °C духовке 20 минут; вкус помидоров станет от этого более интенсивным.

В большую кастрюлю влейте немного оливкового масла, добавьте оставшийся чеснок и стебли базилика. Перемешайте и готовьте на медленном огне в течение минуты. Добавьте консервированные помидоры, наполните одну из освободившихся банок водой, а потом вылейте ее в кастрюлю. Разомните помидоры ложкой, доведите до кипения и оставьте на медленном огне на 15 минут.

Разделите хлеб на кусочки, бросьте их в кастрюлю, хорошо перемешайте и приправьте солью с перцем. Теперь положите в суп листья базилика и поддержите его на огне еще минут 10. К этому времени ваши помидоры черри уже готовы. Снимите их с противня и обязательно соскребите все то, что прилипло ко дну. Добавьте их в кастрюлю вместе со всеми выделившимися соками, базиликом и маслом.

Тщательно перемешайте — что вам нужно, так это густая, гладкая кашеобразная текстура. При желании добавьте немножко воды. Затем снимите кастрюлю с огня и положите 6–7 ложек оливкового масла. Разлейте суп по тарелкам и подавайте, украсив свежими листьями базилика. Самое важное в этом супе — сладковатый, интенсивный вкус помидоров и базилика.





## Что я думаю о *ribollita*

*Ribollita* значит «дважды сваренный». Это тосканский суп из фасоли, хлеба и черной капусты *cavolo nero*. Раньше суп этот варили из остатков супа же, но приготовленного на день раньше. Оставшаяся гуща обжаривалась в сковороде на свином жире и превращалась в нечто, похожее на картофельный пирог. Странно, но на вкус восхитительно!

Правильную *риболлиту* описывают по-разному. Она не такая наваристая, как минестроне, и не настолько густая, потому что готовится без пасты. Она, скорее, сродни *рарра ал ромодого*, густая похлебка на основе хлеба. Это настоящая «крестьянская еда», дешевая, вкусная и калорийная, специально для людей, занятых тяжелым физическим трудом. Мне кажется, что этот рецепт сохранил в себе сердце и душу итальянских крестьян. Приготовьте *риболлиту* и разогрейте ее на следующий день — вы почувствуете, как усилится вкус.

Каждый год я вожу своих учеников в Тоскану посмотреть, как делают оливковое масло. Так вот, однажды в течение дня мы посетили три поместья. Конечно, мы были очень благодарны за гостеприимство и ни в коем случае не хотели показаться невежливыми, но в тот день нам подали *ribollita* четыре раза! Ни одна *ribollita* ни была похожа на другую вкусом или внешним видом — все они были вкусные или очень вкусные. Некоторые выглядели очень аппетитно, другие были похожи на густую бесцветную массу. Однако та *ribollita*, которая выглядела наиболее отвратительно, была самой вкусной, а самая привлекательная, к сожалению, вкусом напоминала подгоревшее молоко. В тот день ее готовил молодой итальянец — он пережарил хлеб, и тот прилип ко дну кастрюли — но мы все равно продолжали есть и улыбаться!

Вы обязательно должны купить знаменитую итальянскую черную капусту *cavolo nero*. Если же не найдете ее, можно использовать внешние листья савойской капусты. А если вы настоящий фанатик правильной еды, купите себе семян этой замечательной капусты и посадите ее в своем огороде, как я или мой отец. Мы покупаем семена в замечательном местечке под названием *Johnsons Seeds* в *Suffolk*. Вот адрес их интернет-сайта [www.johnsons-seeds.com](http://www.johnsons-seeds.com) и их телефон 01638 751161 (семена капусты, которые мы покупаем, называются *black Toscanu*). Особая красота *cavolo nero* заключается в том, что растет она шесть месяцев в году. Вы можете использовать внешние листья по необходимости, и они будут вырастать заново. Даже в ящике на подоконнике! Фантастика!

Рецепт моего любимого супа *ribollita* приведен на стр. 72. Там я предлагаю использовать фасоль сорта *zolfini*. Эта белая фасоль из Тосканы немного мельче *cannellini*, очень мягкая, со сливочным вкусом. Итальянские фермеры пытаются выращивать как можно больше такой фасоли, но в последнее время ее урожайность падает. Поэтому советую посетить свой любимый магазин деликатесов и попросить их запастись этим замечательным продуктом. Вместо свежей фасоли сорта *zolfini* можно использовать консервированную или сухую фасоль *cannellini*, она тоже отлично себя ведет в этом супе. Не забудьте, что сухую фасоль надо будет замочить в воде на ночь (на стр. 256 описано, как готовить свежую и сухую фасоль).





# la mia ribollita preferita

4–6 порций

## Моя любимая *ribollita*

300 г фасоли сорта *zolfini* или *cannellini*, свежей или сухой, замоченной на ночь  
1 лавровый лист  
1 помидор, слегка размять  
1 клубень картофеля, очистить  
2 небольшие красные луковицы  
2 морковки, очистить  
3 стебля сельдерея  
3 зубчика чеснока, очистить  
оливковое масло  
щепотка растертых семян фенхеля

щепотка сушеного чили  
1 банка (400 г) качественных консервированных сливовидных томатов в собственном соку  
300 г капусты *cavolo nero*, и стебли и кочерыжка, измельчить  
500 г черствого белого хлеба, наломать на кусочки  
морская соль и свежемолотый черный перец  
оливковое масло *extra virgin*

Положите вымоченную или свежую фасоль в кастрюлю с водой. Добавьте лавровый лист, помидор и картофель. Варите до мягкости фасоли — проверьте готовность на вкус. Чтобы приготовить сухую фасоль, вам понадобится 1 час, если фасоль свежая — попробуйте ее минут через двадцать. Слейте воду (половину жидкости сохраните), лаврушку, помидор и картофель можно выбросить.

Измельчите лук, морковь, сельдерей и чеснок. Поставьте кастрюлю на огонь, влейте в нее немного оливкового масла и положите овощи. Приправьте фенхелем и чили. Тушите на медленном огне 15–20 минут, неплотно прикрыв крышкой. Овощи должны не жариться, а именно тушиться. Добавьте томаты и готовьте еще несколько минут.

Добавьте в кастрюлю фасоль с небольшим количеством воды, в которой она готовилась, дайте закипеть. Положите нарезанную капусту (вам покажется, что ее слишком много — не беспокойтесь, она осядет). Затем бросьте в суп кусочки хлеба и перемешайте. Если суп на вид получается перенасыщенным, можно при желании влить в кастрюлю немного кипятка. Продолжайте готовить еще минут тридцать — суп должен получиться густым и наваристым.

Приправьте *ribollita* солью и перцем. Влейте 4 полные ложки отличного тосканского оливкового масла, оно придаст супу дополнительную мягкость. Подавайте в холодный зимний день. С большим количеством кьянти.







## zuppa di baccalà

6 порций

### *Суп из соленой трески*

А вы знаете, что раньше треска была одним из самых дорогостоящих продуктов, которые только участвовали в торговом обмене? И битвы, и войны выигрывали «на соленой треске». Особенно морские битвы. Диета у моряков была, мягко говоря, не очень. Треска, хранившаяся в засоленном виде, представляла собой хороший запас протеина, необходимый, чтобы в нужный момент они, полные энергии, могли ринуться в бой. Многие народы солили рыбу. Думаю, в большинстве иберийских и северных стран делают это и поныне. Итальянцы, конечно, не отстают. Сто лет назад доставить рыбу в центральные области Италии можно было, только предварительно ее засолив. Рыбные блюда готовили или из засоленной морской рыбы, или из пресноводной. Именно по этой причине тосканская кухня использует в основном мясо и фасоль.

Если вы живете за пределами Португалии или Испании, приобрести засоленную треску сможете только в магазинах деликатесов. Попробуйте купить настоящую baccalà, если не получится — возьмите обыкновенную свежую рыбу и засолите ее на ночь. И будьте внимательны, приправляя суп солью.

300 г соленой трески или 600 г свежей трески, пикши или рыбы-черта  
1 белая луковица, очистить  
2 небольшие морковки, очистить  
2 стебля сельдерея, очистить, листья сохранить  
2 зубчика чеснока, очистить  
пучок плосколистной петрушки, листья отделить от стеблей

оливковое масло extra virgin  
1 небольшой сухой перчик чили, раскрошить  
2 банки (800 г) качественных сливовидных томатов в собственном соку  
425 мл легкого куриного бульона  
морская соль и свежемолотый черный перец  
сок 1 лимона

Если вы готовите из свежей рыбы, положите ее в пакет с крупной солью и оставьте на ночь. Перед приготовлением промойте филе под водой. Если вам удалось достать настоящую соленую треску, вымачивайте ее в холодной воде 24 часа, время от времени меняя воду. Вместе с солью из рыбы уйдет лишняя жидкость (если толщина филе более 2 см, замачивать ее придется часов 36, не меньше).

Нарежьте лук, морковь, сельдерей, чеснок и стебли петрушки. В кастрюле разогрейте немного оливкового масла, добавьте овощи и чили. Готовьте на медленном огне 15–20 минут, неплотно накрыв крышкой. Овощи должны размягчиться, но не обжариться. Добавьте помидоры, готовьте еще 10 минут. Влейте бульон и доведите до кипения.

Деревянной ложкой разомните помидоры и бросьте в суп треску. Готовьте на медленном огне еще 15 минут, пока рыба не начнет распадаться на хлопья. Перемешайте суп, приправьте перцем и, с осторожностью, солью, а также небольшим количеством лимонного сока. Измельчите листья петрушки и сельдерея, также добавьте их в кастрюлю. Сдобрите оливковым маслом.

## pasta e ceci

4 порции

### Паста с нутом

Можно поспорить — суп это или блюдо из пасты. Я считаю, что скорее суп. Его ближайший и знаменитый родственник, pasta e fagioli, — более густой красный фасолевый суп. Но я думаю, что это простое и вкусное блюдо на основе нута придумали раньше.

1 небольшая луковица,  
очистить и мелко нарезать  
1 стебель сельдерея, мелко нарезать  
1 зубчик чеснока,  
очистить и измельчить  
оливковое масло extra virgin  
веточка свежего розмарина, листья  
измельчить

2 банки (800 г) консервированного нута  
500 мл куриного бульона  
100 г пасты ditalini или другой мелкой  
пасты для супа  
морская соль и свежемолотый черный  
перец  
при желании: горсть свежего базилика  
или петрушки, листья измельчить

Положите лук, сельдерей и чеснок в кастрюлю с небольшим количеством оливкового масла, добавьте розмарин. Готовьте на медленном огне, под крышкой, 15–20 минут, пока овощи не размягчатся.

Нут откиньте на дуршлаг, промойте его под струей холодной воды и добавьте в суп вместе с горячим бульоном.

Готовьте на медленном огне полчаса, затем шумовкой достаньте примерно половину нута и поместите его в отдельную емкость.

Перелейте суп в блендер, измельчите до состояния пюре и влейте обратно в кастрюлю. Добавьте отложенный нут и пасту, приправьте солью и перцем и готовьте на медленном огне до тех пор, пока нут и паста не станут мягкими.

На этом этапе суп может показаться слишком густым, поэтому, если хотите, добавьте немного кипятка, а также, при необходимости, соли и перца. Подавайте, приправив оливковым маслом, свежим базиликом или петрушкой.





## il miglior brodo siciliano di aragosta 4–6 порций

### *Лучший на Сицилии суп из омара*

Если хотите сразить гостей наповал, приготовьте этот суп. Не сомневайтесь, мне известно, что омары — угощение не из дешевых. Но в особом случае можно позволить себе особое удовольствие! Не вздумайте купить ранее подготовленных или дохлых омаров — вам необходимы только свежие, живые. Сейчас их вполне можно купить даже в приличных супермаркетах. Кстати, такой суп можно приготовить со свежими креветками, крабами или лангустинами. Тесто *ricci* для лапши очень легко готовить, но если нет желания — возьмите пласты теста для лазаньи или просто спагетти.

В качестве приправы я уверенно использую корицу и миндаль. Так повлияло на меня путешествие на острова Egadi, недалеко от западного побережья Сицилии. Они находятся весьма неподалеку от Туниса, и давние арабские и греческие набеги отразились на тамошней кухне.

1 тесто *ricci* (см. рецепт стр. 105)  
или 150 г сухой пасты для лазаньи,  
поломанной на кусочки  
2 живых омара весом по 1 кг  
оливковое масло *extra virgin*  
1 крупная белая луковица,  
очистить и измельчить  
6 зубчиков чеснока,  
очистить и измельчить  
1 крупная морковь, очистить  
и мелко нарезать  
1 палочка корицы

1–2 небольших сухих перчика чили,  
слегка раскрошить  
1 чайная ложка семян фенхеля, растереть  
½ бутылки белого вина (если возможно,  
сицилийского)  
850 мл *passata* (протертой мякоти томатов)  
или 3 банки (1,2 кг) сливовидных томатов  
в собственном соку, измельченных  
в блендере  
морская соль и свежемолотый черный  
перец  
большая горсть цельного миндаля  
горсть листьев базилика

Приготовьте тесто и раскатайте его как для лапши. Если вы используете сухую пасту — начните непосредственно с супа. Поставьте большую кастрюлю на медленный огонь. Теперь, если вы готовите из живых омаров, надо сделать следующее. Возьмите большой острый нож. Найдите маленькую «коронку» прямо за головой омара, вставьте в нее острие ножа и резким, очень сильным движением воткните нож прямо вниз, в тушку омара. Чтобы он особо не дергался, заверните его в мокрое полотенце и положите в холодильник на полчаса. Там омары расслабляются и практически засыпают. После того как омар умрет, отверните и оторвите его голову от хвоста. Сделайте это с обоими омарами, отложите их хвосты и клешни в сторону. Затем откройте головы омаров. Рядом с глазами у них находится головной мешок сероватого цвета, его надо вынуть и выбросить. Теперь все, что вам осталось сделать, — нарезать головы омаров на куски, стараясь сохранить все, что у них внутри.

В кастрюлю налейте немного масла и положите головы и ноги омаров. Увеличьте температуру. Добавьте лук, чеснок, морковь, корицу, чили и семена фенхеля. Продолжайте готовить 15 минут; лук должен обжариться, но не подгореть. Если кастрюля разогреется слишком сильно, плесните в нее чуть-чуть воды.





Влейте вино и варите 5 минут, затем влейте *razcata* и такое же количество воды. Доведите до кипения, убавьте огонь и готовьте еще 20–30 минут. Попробуйте, бульон должен быть очень ароматным, с интенсивным вкусом. Поместите дуршлаг над кастрюлей и пропустите через него бульон. Придавите шумовкой так, чтобы стек весь сок. То, что осталось в дуршлаге, можно смело выбрасывать. Поставьте кастрюлю с бульоном на плиту. При желании его можно немного разбавить водой.

Нарежьте хвосты омаров поперек на кусочки размером 2,5 см и положите их в бульон. Извлеките мясо из клешней и добавьте его туда же. Варите 8 минут. Отварите пасту и добавьте в суп минуты на четыре.

Нарежьте миндаль на кусочки, измельчите его в комбайне и добавьте в суп. Приправьте, если требуется. Подавайте, украсив базиликом и сбрызнув маслом.



## minestra di piselli di altamura

4 порции

### *Гороховый суп из Алтамурры*

Когда я был в Алтамуре в Пулии, то работал с большой семьей пекаря, проживавшей в столь же большом доме. У каждой части семьи имелась в распоряжении своя собственная гостиная и кухня. Однажды они пригласили меня в гости, и каждая из четырех семей готовила отдельный ужин — это было что-то невероятное. Тогда-то я и попробовал этот гороховый суп. Он очень простой — 4 ингредиента и 15 минут времени. Я готовил этот суп только со свежим горошком, но уверен, что и замороженный тоже можно использовать. Если готовить из свежего горошка, стручки можно добавить в бульон при готовке, он будет более ароматным.

оливковое масло  
2 луковицы среднего размера,  
очистить и мелко нарезать  
4 горсти свежего зеленого горошка  
1,1 л куриного бульона  
250 г сухих спагетти, наломать  
на кусочки длиной 2,5 см

морская соль и свежемолотый черный  
перец  
при желании: по 1 веточке свежей мяты,  
базилика и розмарина  
оливковое масло extra virgin  
горсть листьев петрушки, измельчить

В кастрюлю влейте 3 столовые ложки масла, положите лук и обжарьте его на медленном огне в течение 10 минут. Добавьте горошек, влейте бульон, доведите до кипения и готовьте еще 10 минут. В отдельной кастрюле вскипятите соленую воду, положите в нее спагетти и готовьте половину времени, указанного на упаковке. Откиньте пасту на дуршлаг, затем положите в суп. Веточки мяты, базилика и розмарина свяжите ниткой и опустите в суп. Когда сварится паста, снимите суп с огня и приправьте его солью и перцем. Разлейте суп по тарелкам, сбрызните оливковым маслом extra virgin и посыпьте свежей петрушкой.









PASTA

## pasta

Ну что я могу сказать о пасте... Хотите начистоту? Как только я прекратил готовить мягкую, липкую, никому не интересную и предсказуемую пасту, а взялся за ум и стал готовить ее, как это делают итальянцы, используя продукты и ингредиенты, которые они обычно используют — так вот, моя кухня изменилась с этого момента навсегда. И когда мой наставник, итальянец Женнаро Контальядо, попробовав пасту, которую я для него приготовил, сказал «вот это да! как будто домой вернулся!», я был вне себя от радости.

Паста — это удовольствие, делать ее нужно с душой, а есть быстро, весело и со вкусом! Но самое лучшее, что можно сказать по этому вопросу, и я думаю об этом каждый раз, когда готовлю пасту с нуля... какая же это фантастика — вода, мука и яйцо, три самых обычных продукта, ничего особенного — но когда их перемешивают, потом раскатывают эластичное тесто, а потом делают из него миллион самых разных видов пасты с миллионом разных ароматов и цветов... Каждый раз поражаюсь! А после, со всем уважением, пасту можно скомбинировать с овощами, рыбой или мясом, со всем, что только бог даст — и приготовить настоящий обед. И вы будете чувствовать себя так, будто вас крепко обняла и поцеловала итальянская мамма!

В большинстве рецептов в этой части книги используется сухая паста. Но я также привожу два совершенно гениальных рецепта приготовления свежей пасты. Один, с использованием яиц, — на стр. 86. Другой, на основе воды и муки, для *rici con ragù*, на стр. 105. Попробуйте приготовить ее. И помните — все дело в навыке! Все очень просто. И это не ракетная инженерия!



Паста: четыре поколения



## Основной рецепт

достаточно для 4 человек

### свежего яичного теста для пасты

Попробуйте купить муку сорта «00», она отличается очень мелким помолом и используется как раз для яичной пасты. В Италии она именуется *farina di grano tenero*, что значит «более мягкая мука». Обычно для такого теста я использую штук шесть яиц; а если вы хотите сделать более насыщенную пасту желтоватого цвета, используйте 12 яичных желтков.

600 г муки сорта «00»

6 яиц или 12 желтков

Поместите муку на рабочую поверхность или в объемную миску. Посередине соорудите «колодец», в него разбейте яйца. Вилкой взбейте яичную массу, она должна стать однородной. Перемешайте с мукой. Тесто не должно быть слишком липким. Теперь присыпьте ладошки мукой и начинайте замешивать. Вот где вы можете дать волю эмоциям! А нацелены вы на гладкое, эластичное тесто. Как получится — накройте его пищевой пленкой и положите на полчаса в холодильник. После чего тесто можно раскатывать и придавать ему различные формы.





## pasta alla norma

### Паста «Норма»

4 порции

Классическое сицилийское блюдо из пасты. Каждый, кто вырос на этом острове, привык к нему с самого детства. (Я понятия не имею, кто такая Норма, но более чем уверен, что она дама достойная.) Мне нравится нарезать баклажаны не кубиками, а полосками. По какой-то неизвестной причине так получается намного вкуснее. На Сицилии готовое блюдо украшают соленой рикоттой. Но можно взять пармезан или овечий сыр.

2 крупных крепких баклажана  
оливковое масло extra virgin  
1 столовая ложка сушеного орегано  
при желании: 1 сухой перчик чили,  
раскрошить  
4 зубчика чеснока, очистить  
и измельчить  
большой пучок базилика, стебли  
измельчить, листья сохранить

1 чайная ложка качественного белого  
уксуса с травами  
2 банки (800 г) качественных сливовидных  
томатов, консервированных  
в собственном соку  
морская соль и свежемолотый черный  
перец  
400 г сухих спагетти  
150 г соленой рикотты, пекорино  
или тертого пармезана

Разрежьте баклажаны на четыре части вдоль. Удалите рыхлую мякоть ложкой. Нарежьте баклажаны полосками длиной в палец. Возьмите большую сковороду с антипригарным покрытием, влейте немного оливкового масла и разогрейте его. Обжаривайте баклажаны небольшими порциями, при необходимости добавляя немного масла (немного, потому что иначе баклажаны получатся слишком жирными, а вам этого не нужно). Встряхните сковороду. Добавьте орегано, это сделает их вкус совершенно фантастическим! Обжаривайте полоски с обеих сторон до золотистого цвета. Готовые баклажаны перекладывайте на отдельную тарелку.

Когда все баклажаны будут готовы, верните их на сковороду. На этом этапе я обычно добавляю немного чили, но это исключительно мое дополнение, не хотите — не надо! Убавьте температуру, влейте еще немного масла, всыпьте измельченный чеснок и стебли базилика. Перемешайте, добавьте немного уксуса и консервированные томаты (их можно предварительно размять или измельчить в кухонном комбайне). Тушите на медленном огне 10–15 минут. Попробуйте, приправьте половиной листьев базилика, солью и перцем по вкусу.

Положите спагетти в большую кастрюлю с кипящей подсоленной водой. Готовьте на сильном огне до тех пор, пока они не сварятся до состояния al dente, откиньте на дуршлаг, сохранив немного воды. Затем верните их в кастрюлю, добавьте соус «норма» и немного той самой воды. Поставьте кастрюлю на несильный огонь. Попробуйте. Разложите пасту по тарелкам. Посыпьте тертым сыром, сбрызните оливковым маслом. Украсьте оставшимися листьями базилика.





## linguine alla carbonara di salsiccia

4 порции

### *Карбонара с колбасками*

Выглядит хорошо, готовится быстро. Если вы любите колбаски для жарки и яйца, наверняка полюбите и эту их комбинацию. Есть очень тонкая граница, отделяющая гладкий яичный соус от простецкой яичницы-болтуны — и мы постараемся добиться нежного, шелковистого соуса. Хотя болтуня тоже подойдет.

4 качественные итальянские колбаски  
для жарки  
оливковое масло  
4 толстых ломтика панчетты,  
нарезать на кусочки  
морская соль и свежемолотый черный  
перец  
400 г пасты лингвини

4 желтка от крупных яиц  
100 мл жирных сливок  
100 г пармезана, натереть  
цедра 1 лимона  
веточка свежей плосколистной  
петрушки, измельчить  
оливковое масло extra virgin

Надрежьте колбаски острым ножом и извлеките все мясо из-под оболочки. Смочите руки водой и скатайте из мяса шарики. Отложите их в сторону.

Разогрейте большую сковороду, влейте немного оливкового масла. Аккуратно обжарьте мясные шарики со всех сторон, добавьте панчетту и продолжайте готовить еще пару минут, до тех пор, пока ветчина не приобретет золотистый оттенок. Тем временем налейте в большую кастрюлю воды, посолите ее и доведите до кипения. Положите в кипяток лингвини и готовьте как написано на упаковке.

В большой миске взбейте желтки, сливки, добавьте половину пармезана, лимонную цедру и петрушку. Когда приготовится паста, откиньте ее на дуршлаг, сохранив часть воды, в которой она варилась. Сразу же переложите пасту обратно в кастрюлю, полейте яичной смесью, добавьте мясные шарики и перемешайте. Тепла горячих лингвини будет вполне достаточно, чтобы смесь желтков, сыра и сливок приготовилась самым правильным образом и не затвердела. Соус получится мягким и нежным. Если паста несколько суше, чем, на ваш взгляд, нужно — добавьте для смягчения соуса ложку-другую сохраненной воды. Посыпьте пармезаном, если необходимо — посолите и поперчите, сбрызните маслом extra virgin и скорее подавайте на стол.







## linguine con cozze di nonno

*Дедушкины лингвини с мидиями*

Нонно Контальдо — отец моего учителя. Правда, когда он увлекается, то начинает всех уверять, что я его внук. (И по этому поводу можете думать что угодно!) Мы вместе с Женнаро приехали на побережье Амалфи, в сказочно красивый городок Минори, и я был потрясен, как невероятным образом к Женнаро вернулась его молодость — мы бродили с ним по горам, спускались к морю и встречали повсюду его хороших приятелей. Все знали Женнаро! И, конечно, все знали его отца! Нонно не очень быстро передвигается, ему девяносто шесть лет, но голова работает что надо. Только не начинайте с ним разговоры о войне — он готов беседовать на эту тему часами! Самым большим сюрпризом для меня было обнаружить, что Нонно живет один, а главное, что он до сих пор сам себе готовит каждый день — хотя кругом всегда есть друзья и родственники, которые помогут при необходимости. Больше всего Нонно обожает готовить вот эти мидии с пастой. И именно с этим рецептом я решил вас познакомить.

Нонно ставит на плиту кастрюлю с подсоленной водой. Если приходят гости, он обязательно просит кого-нибудь набрать немного морской воды, она придает блюду очень интересный, морской привкус. Он наливает в сковороду немного оливкового масла и ставит ее на средний огонь. Добавляет туда нарезанный зубчик чеснока, щепотку крошеного перчика чили (но не слишком много) и филе анчоуса. Затем, когда чеснок начинает немного обжариваться, — 6 спелых помидоров черри, разрезанных пополам и немного размятых. Когда в кастрюле закипает вода, забрасывает туда 50 г лингвини (я предлагаю положить в два раза больше). Чеснок ни в коем случае не должен обжариться до коричневого цвета, но огонь при этом должен быть достаточно сильным для того, чтобы филе анчоуса практически растаяло в масле. Сок от помидоров, смешавшись с маслом, станет основой легкого и простого соуса. Теперь добавьте хорошую горсть мидий (сначала их, конечно, промойте). Нонно безошибочно отличает покупные мидии от диких, и я, помню, тогда был отправлен на берег для того, чтобы их собрать. Они оказались довольно мелкими, но Нонно был абсолютно прав — аромат и вкус, который они придали пасте, не сравнить со вкусом, полученным при использовании крупных и мясистых покупных мидий. Слегка встряхните сковороду, накройте крышкой и готовьте до тех пор, пока створки раковин не откроются. Как обычно и бывает с мидиями, те из них, что открываться отказались, должны отправиться в мусорную корзину. Посыпьте соус измельченной петрушкой и снимите сковороду с огня.

К этому времени паста уже достигла состояния *al dente*. Нонно обычно сливает не всю воду с лингвини, а оставляет некоторое ее количество. После чего он помещает пасту обратно в кастрюлю, заливает соусом с мидиями, добавляет оставленную воду, тщательно перемешивает. Потом ставит кастрюлю обратно на плиту, на одну-две минуты, и паста впитает в себя замечательный аромат мидий и их сок. Он sprays пасту оливковым маслом, приправляет по вкусу и немедленно подает на стол. Дедушка Нонно.





## spaghetti con calamari

4 порции

### *Спагетти с кальмарами*

Приготовить это фантастическое сицилийское блюдо не составит никакого труда. Хотя при этом выглядит оно роскошно.

оливковое масло

1 луковица фенхеля, измельчить,  
зелень сохранить

2 зубчика чеснока, очистить,  
измельчить

2 чайные ложки семян фенхеля,  
растолочь

1 большой бокал сухого итальянского  
белого вина

1 свежий стручок перчика чили,  
удалить семена, измельчить

4 маленьких кальмара, очистить, нарезать  
кольцами, щупальца оставить целыми  
450 г сухих спагетти или лингвини  
морская соль и свежемолотый черный  
перец

оливковое масло extra virgin  
горсть свежей плосколистной петрушки,  
измельчить  
цедра 1 лимона

Прежде чем начать, подготовьте все ингредиенты.

Влейте немного оливкового масла в большую сковороду или кастрюлю с толстым дном и разогрейте его как следует. Добавьте измельченный фенхель, чеснок и семена фенхеля. Жарьте на среднем огне 5 минут, помешивая время от времени. В этот момент положите пасту в кастрюлю с подсоленной кипящей водой. Увеличьте огонь под сковородой с соусом до максимума и добавьте вино, чили и кальмаров. Продолжайте помешивать до тех пор, пока жидкость не уварится вдвое. Убавьте огонь.

Попробуйте соус, приправьте его солью и перцем. Когда паста достигнет состояния *al dente*, откиньте ее на дуршлаг, сохранив немного воды, в которой она готовилась. Перемешайте пасту с соусом из кальмаров. Снимите с огня, влейте 5 столовых ложек оливкового масла, добавьте зелень фенхеля и петрушку. Хорошо перемешайте, еще раз попробуйте на соль и перец, при желании влейте немного сохраненной воды. Разложите пасту по тарелкам. Посыпьте измельченной лимонной цедрой и подавайте на стол.

# rotolo di zucca e ricotta

6 порций

*Ротоло со шпинатом, тыквой и рикоттой*

Очень необычное блюдо. На его приготовление уйдет немного больше времени, чем на другие виды пасты, но ротоло того стоит. Гости запомнят его надолго. Однако я бы советовал вначале немного попрактиковаться и приготовить его за неделю до вечеринки. Вам понадобится очень объемная кастрюля или даже котел. (Кстати, это то самое блюдо, которое в свое время заставило меня писать эти книги и заняться тем, чем я занимаюсь сейчас.)

450 г свежего яичного теста для пасты  
(см. стр. 86)

½ тыквы среднего размера, очистить,  
удалить семена

оливковое масло

1 чайная ложка семян кориандра

1 чайная ложка семян фенхеля

½ сухого красного перчика чили

морская соль и свежемолотый черный  
перец

горсть листьев свежего майорана  
или орегано

2 зубчика чеснока, очистить, измельчить

800 г шпината, промыть

250 г сливочного несоленого масла

1 чайная ложка тертого мускатного ореха

150 г рассыпчатой рикотты

50 г свеженатертого пармезана плюс еще  
немного для сервировки

20 листиков свежего шалфея

Сначала приготовьте яичное тесто для пасты. Разогрейте духовку до 220 °C. Нарежьте тыкву на кусочки, смажьте их оливковым маслом. Разотрите кориандр, фенхель и чили в ступке, добавив по щепотке соли и перца. Присыпьте полученной смесью кусочки тыквы, уложите их в подходящую по размеру форму. Сверху накройте смоченным водой пергаментом. Поставьте форму в духовку на 30 минут, затем снимите пергамент и запекайте тыкву еще 15–20 минут, пока она не приобретет золотистый оттенок. Тем временем поставьте на плиту объемную кастрюлю, налейте в нее немного оливкового масла, всыпьте майоран (или орегано) и чеснок. Подержите на огне секунд 20, после чего добавьте шпинат. Из него выйдет лишний сок, его будет много — не переживайте, так и надо. Продолжайте помешивать шпинат минуту-две, после чего добавьте пару кусочков сливочного масла и мускатный орех. Еще раз перемешайте. Готовьте, пока лишняя жидкость не испарится. Попробуйте, при необходимости добавьте соль и перец.

Чтобы раскатать тесто, используйте специальную паста-машину. Вам понадобятся 4 или 5 длинных листов размером 15 × 30 см. Склейте их вместе, чуть смочив края водой. Или берите пример с меня: сделайте всю операцию при помощи скалки на рабочей поверхности достаточно большой площади. Не забывайте периодически присыпать поверхность стола мукой. Постарайтесь сделать пласт теста прямоугольной формы. При необходимости используйте ножницы. После того как вы получите пласт размером со стандартное кухонное полотенце и толщиной с подставку под пивную кружку, выложите его на чистое кухонное полотенце.

*(продолжение на стр. 98)*





Вдоль более длинного края теста, ближайшего к вам, выложите на тесто кусочки тыквы. Разложите шпинатную смесь по всему пласту, оставив при этом незанятыми примерно 5 см дальнего от вас края. Сверху покропите рикотту, посыпьте пармезаном. Теперь вам надо свернуть рулет. Смочите дальний, свободный от начинки край теста водой, затем аккуратно, используя полотенце, отогните ближайший к вам край и аккуратно, постепенно, но уверенно начинайте сворачивать рулет. Не убирайте полотенце, пока не перевяжете края рулета бечевкой. Если вы хотите, чтобы рулет был более плотным по всей длине, его можно также перетянуть бечевкой посередине. С одного края привяжите дополнительно веревку, она понадобится для того, чтобы с рулетом было проще обращаться во время варки.

Теперь вскипятите подсоленную воду в большой кастрюле или в котле. Поместите в нее ротоло, сверху уложите решетку или просто тарелку так, чтобы ротоло оставалось под водой. Дайте закипеть, убавьте огонь и готовьте при слабом кипении 25 минут.

Пока варится ротоло, вам нужно очистить масло. Положите оставшееся сливочное масло в жаропрочную форму, поставьте ее в духовку, разогретую до 80 °С. Через 10–15 минут масло растопится. Вы увидите, как на дно формы оседает белая, похожая на молоко жидкость. Если часть этой жидкости осталась сверху, снимите ее ложкой. Оставшееся очищенное масло золотистого цвета аккуратно извлеките из формы большой ложкой и поместите в отдельную емкость. Оставшуюся в форме белую сыворотку можно выбросить. Сейчас все это масло вам не понадобится, но меньшее количество очистить очень трудно. Поэтому оставшееся масло просто положите в холодильник и приготовьте с ним что-нибудь на следующий день. Например, картофель.

Очищенное масло можно разогревать более агрессивно. Поместите 3 столовые ложки масла в кастрюлю и разогрейте. Проверьте температуру нагрева, поместив в масло лист шалфея. Если он начал обжариваться — поместите оставшиеся листья и обжаривайте их 30 секунд, до хрустящего состояния. Снимите с огня и отложите в сторону.

Когда ротоло приготовится, извлеките его из кастрюли, аккуратно вытянув за веревочку. Уложите на блюдо, удалите все лишнее, нарежьте поперек. Сверху разбросайте листья шалфея, сбрызните оставшимся от поджаривания шалфея маслом и посыпьте пармезаном. Запредельное блюдо.



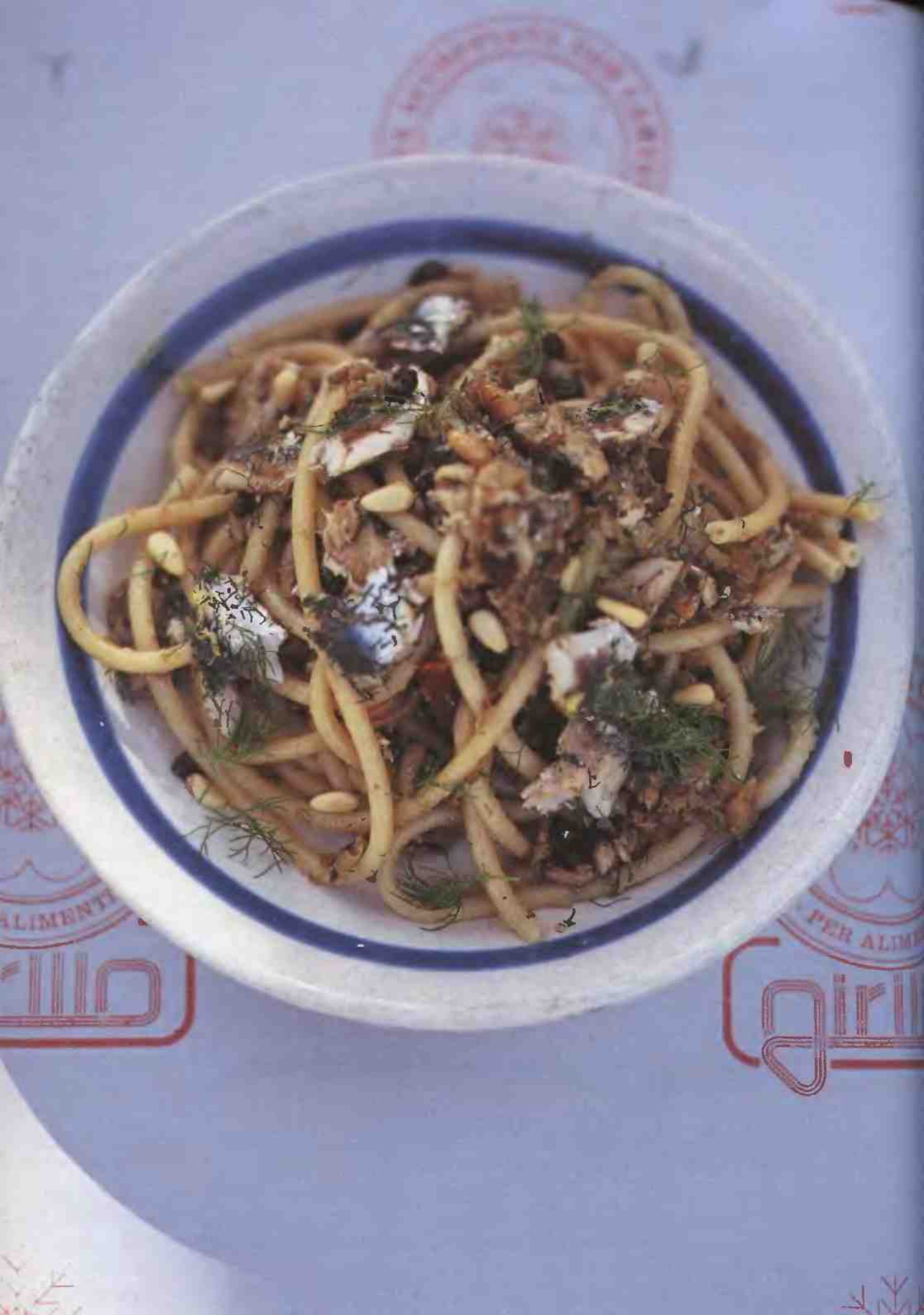








Паста-олимпиада  
в le marche



# pasta con sarde

4 порции

## Паста с сардинами

Одно из самых знаменитых блюд на Сицилии, из тех, которые сицилийцы едят с самого детства. На рынке сардины стоят копейки — раз в десять дешевле, чем креветки. Итак, знакомьтесь: самая настоящая крестьянская еда. *Cucina povera*, так сказать.

Я пробовал это блюдо во многих ресторанах. Даже самые вкусные версии выглядят немного серо и скучно, потому что сардины готовились очень уж долго и теряли всякий вид. И понял: самое правильное — сохранить несколько штук филе и украсить ими блюдо в конце приготовления. Это позволит вам вкусить не только потрясающий аромат сардин, но и почувствовать их потрясающую текстуру. В этой пасте очень чувствуется сладковатый привкус лука и пикантность чили, а такие вещи сильно возбуждают аппетит. Однажды я попробовал это блюдо с добавлением помидоров — тоже очень хорошо.

оливковое масло

1 крупная луковица фенхеля, очистить, измельчить, зелень сохранить

2 небольшие луковицы, измельчить

1 чайная ложка с горкой семян фенхеля, растолочь

2–3 свежих красных перчика чили, измельчить

600 г сардин, очистить от костей

4 столовые ложки кедровых орешков

2 столовые ложки изюма

бокал белого вина

морская соль и свежемолотый черный перец

оливковое масло extra virgin

450 г сухой длинной пасты — букатини, спагетти или лингвини

сок 1 или 2 лимонов, цедру натереть

Влейте в сковороду 6 столовых ложек оливкового масла и поставьте ее на огонь. Положите фенхель, лук, семена фенхеля и чили и готовьте на медленном огне 20 минут, неплотно накрыв крышкой, следя за тем, чтобы овощи не обжарились. Необходимо, чтобы лук и фенхель карамелизовались, тогда их ароматы дополнят друг друга и вкус станет на самом деле фантастическим! Добавьте половину филе сардин, кедровые орешки и изюм, перемешайте. Продолжайте готовить при открытой крышке 10 минут, периодически помешивая, до тех пор, пока сардины полностью не разойдутся и не превратятся в густую основу для подливки.

Влейте вино и стакан горячей воды. Сделайте огонь посильнее и готовьте, пока жидкость не упарится вдвое; убавьте огонь до среднего. Приправьте солью и перцем по вкусу, уложите филе сардин сверху кожей вверх, слегка сбрызните оливковым маслом. Теперь убавьте температуру, накройте кастрюлю крышкой: филе сардин очень тонкие, времени на их приготовление уйдет немного, минут 7 максимум. С этого момента соус нельзя беспокоить — ни перемешивать, ни что-нибудь добавлять. Сварите пасту в соответствии с инструкцией на упаковке. Когда она будет готова, откиньте на дуршлаг, затем смешайте с соусом. Сбрызните оливковым маслом, добавьте лимонного сока и немного зелени фенхеля. Разложите по тарелкам. Постарайтесь, чтобы густой соус достался всем. Украсьте оставшимся фенхелем и лимонной цедрой. Подавайте с белым сицилийским вином.





## ricci con ragù

4 порции

*Тосканские ricci с томатно-мясным соусом*

Пасту под названием ricci приготовила мне Адриана, домохозяйка в поместье Петроло. И она показала мне, как ее готовить, выглядело это до невозможности просто. Когда будете раскатывать ricci, запаситесь парочкой деревянных шампуров, работайте аккуратно, легко-легко сдвигая тесто кончиками пальцев.

455 г муки-крупчатки мелкого помола  
примерно 200 мл холодной воды

для соуса ragu:

1 красная луковица, очистить  
и измельчить  
2 зубчика чеснока, очистить  
и измельчить

3 лавровых листа

1 веточка свежего розмарина

500 г говяжьего фарша или фарша из  
ягнятины

4 банки (1,6 кг) консервированных  
сливовидных томатов в собственном соку  
морская соль и свежемолотый черный  
перец

сыр пармезан для сервировки

Насыпьте муку в большую миску и начинайте понемногу добавлять холодную воду, перемешивая ее с мукой. Тесто должно получиться очень густым и достаточно сухим, и чем суше — тем проще его будет раскатывать. Присыпьте чистую рабочую поверхность мукой и помесите на ней тесто минут десять, оно должно стать гладким и «бархатистым». Заверните тесто в пищевую пленку и уберите в холодильник до момента раскатывания.

Слегка припылите рабочую поверхность мукой. Оторвите кусок теста размером с апельсин и раскатайте его в длинную сосиску толщиной 2 см. Разделите ее на кусочки длиной в 3 см.

Теперь протрите рабочую поверхность. Она должна быть абсолютно сухой, иначе раскатывать тесто будет очень сложно. Рядом положите влажное полотенце, чтобы протирать руки. Возьмите деревянный шампур длиной 15 см и толщиной 1 мм. Держите его с обоих концов, а кусочек теста прижмите посередине, как бы разделяя его вдоль на две половинки. Прижав палочку наполовину, нежно, работая только кончиками пальцев, оберните тесто вокруг палочки легко, очень легко. В итоге получится нечто, напоминающее сосиску, надетую на деревянный шампур. Когда толщина этой сосиски сравняется с толщиной сигареты, аккуратно извлеките из нее палочку, проворачивая ее так, чтобы тесто не прилипло. У вас получится длинная лапша с отверстием посередине. Повторите то же с остальным тестом, уложите ricci на поднос, присыпьте мукой и слегка подсушите перед приготовлением.

*(продолжение на стр. 106)*

После того как все тесто будет раскатано, выложено на поднос и присыпано мукой, можно приступить к приготовлению соуса рагу. Возьмите большую сковороду, разогрейте немного оливкового масла, положите лук и чеснок. Готовьте 10 минут, пока овощи не размягчатся. Добавьте лавровый лист, веточку розмарина, мясной фарш и помидоры. Размешайте, дайте закипеть. Убавьте огонь до минимума и готовьте, накрыв крышкой, в течение двух часов. Если соус слишком загустеет и начнет прилипать к ложке — добавьте немного горячей воды и размешайте. Как следует приправьте солью и свежемолотым черным перцем. Аккуратно извлеките лавровый лист и веточку розмарина — можете их выбросить.

Опустите риги в кастрюлю с большим количеством кипящей, слегка подсоленной воды и отварите до состояния «аль денте». На это уйдет 10–15 минут, и нужно время от времени пробовать пасту, не готова ли. Слейте воду, переложите риги в соус рагу и перемешайте. Добавьте немного оливкового масла, попробуйте и, если нужно, добавьте соль и перец. Подавайте со свеженатертым пармезаном.













## fazzoletti di seta al pesto

4 порции

*«Шелковые платочки» с соусом песто*

В каждой итальянской деревне готовят пасту уникальной формы. На Лигурийском побережье делают пасту «шелковые платочки», легкую и нежную.

песто (рецепт на стр. 132)

450 г свежего яичного теста для пасты

(см. стр. 86)

немного муки для присыпки

350 г смеси свежих грибов, очистить,

крупно порезать

горсть свежих листьев базилика,

слегка порвать руками

100 г свеженатертого овечьего сыра

пекорино, и еще немного для сервировки

Во-первых, приготовьте песто. Во-вторых, раскатайте тесто в пласт толщиной 2 мм (для этого лучше использовать специальную паста-машину). Уложите тесто на присыпанную мукой рабочую поверхность. Нарежьте его на квадратики размером с подставку под пиво.

Приготовьте пасту в большой кастрюле в кипящей подсоленной воде. На это уйдет минуты три. Слейте воду, оставив немного в отдельной емкости. Перемешайте пасту с песто, добавьте базилик и пекорино. Попробуйте, при желании добавьте соли, перца и немного сохраненной воды. Подавайте немедленно!!!







## spaghetti tetrazzini

4 порции

*Паста, запеченная с курицей и грибами*

Помнится, раз познакомился я с милой пожилой парой недалеко от паба моих родителей. Когда они узнали, что я собираюсь в Италию, настоятельно порекомендовали попробовать приготовить tetrazzini с индейкой. К слову сказать, я понятия не имел, о чем они говорят. Но потом случайно увидел рецепт этих самых куриных tetrazzini в старой итальянской кулинарной книге. Блюдо это не новое, но на вкус — просто божественное! Я придумал свою версию.

небольшая горсть сушеных грибов  
порчини  
оливковое масло  
4 куриных бедрышка, кость и кожу  
удалить, мясо мелко нарезать  
морская соль и свежемолотый черный  
перец  
2 зубчика чеснока, очистить  
и измельчить

350 г смеси свежих грибов,  
очистить, крупно нарезать  
200 мл белого вина  
500 мл жирных сливок  
450 г сухих спагетти  
200 г сыра пармезан, натереть  
веточка свежего базилика, только листья

Разогрейте духовку до 200 °C. Положите сушеные порчини в миску, залейте кипятком так, чтобы он покрыл грибы. Отставьте в сторону. Разогрейте большую сковороду, влейте немного оливкового масла. Приправьте кусочки курицы солью и перцем. Обжарьте их в масле до образования корочки. Слейте воду с порчини, но сохраните ее. Добавьте грибы в сковороду к курице вместе с чесноком и свежими грибами. Влейте вино и воду, в которой вымачивались порчини, и уменьшите температуру нагрева. Готовьте на медленном огне до тех пор, пока мясо не приготовится, а жидкость не убавится в объеме на треть.

Тем временем приготовьте спагетти в кипящей подсоленной воде в соответствии с инструкцией. Воду слейте. В сковороду с курицей добавьте сливки, доведите до кипения и снимите сковороду с огня. Приправьте солью и перцем. Добавьте готовые спагетти и тщательно перемешайте. Положите также три четверти от указанного количества пармезана и весь базилик. Поместите огнеупорную форму, сверху присыпьте половиной оставшегося сыра и готовьте в духовке, пока блюдо не покроется золотистой корочкой. Разложите по тарелкам. Сбрызните оливковым маслом и посыпьте тертым пармезаном.

# pasta al forno con pomodori e mozzarella

4 порции

*Паста, запеченная с помидорами и моццареллой*

Это блюдо любят во всей Италии. Приятно осознавать, что моя вера в это блюдо вновь окрепла — после, знаете ли, некоторого недавнего охлаждения в результате работы, связанной со школьным питанием. Тогда пришлось иметь дело с бюджетом в 37 пенсов и самой дешевой пастой в мире, кошмар. Но когда я был в Алтамуре, то посетил школу, в которой подавали это блюдо школьникам на обед. И, знаете, очень даже. Дело в том, что законы Италии отдельно оговаривают использование для школьного питания пасты категории «органик» и высококачественного оливкового масла. Конечно, если готовить из таких продуктов, получится волшебство! Это очень, очень хороший рецепт.

морская соль и свежемолотый черный  
перец  
оливковое масло extra virgin  
1 белая луковица, очистить  
и измельчить  
2 зубчика чеснока, очистить  
и измельчить  
1 или 2 стручка сушеного перца  
чили, слегка раскрошить

1,5 кг спелых помидоров или 3 банки  
(1,2 кг) качественных сливовидных  
томатов в собственном соку  
большая горсть свежих листьев базилика  
при желании: 1 столовая ложка красного  
винного уксуса  
400 г сухих orecchiette  
4 горсти свеженатертого пармезана  
3 головки моццареллы по 150 г

Разогрейте духовку до 200 °C. Поставьте на плиту большую кастрюлю с подсоленной водой. В другую кастрюлю влейте пару ложек масла, добавьте лук, чеснок и немного чили. Тушите на очень медленном огне в течение 10 минут, до тех пор, пока овощи не размякнут, и сразу же снимите с огня. Если вы используете свежие томаты, удалите у каждого помидора основание кончиком острого ножа и поместите их в кипяток на 40 секунд. Извлеките их шумовкой (кастрюлю с кипятком снимите с огня), поместите в миску, обдайте холодной водой. Очистите от кожицы, выдавите семена и крупно нарежьте. Добавьте помидоры в кастрюлю с луком и чесноком, влейте стакан воды. Поставьте на огонь, дайте закипеть и готовьте еще 20 минут. Теперь поместите овощи в кухонный комбайн и измельчите. Добавьте к ним листья базилика, приправьте, при желании влейте немного уксуса.

Когда соус будет готов, поставьте кастрюлю с водой обратно на плиту, дайте закипеть. Засыпьте orecchiette и готовьте в соответствии с инструкцией на упаковке. Откиньте пасту на дуршлаг, затем смешайте с половиной приготовленного соуса и горстью пармезана. Возьмите огнеупорную форму, смажьте ее оливковым маслом. Уложите на дно треть пасты, смажьте ее томатным соусом, поверх положите пармезан и нарезанную ломтиками головку моццареллы. Повторяйте эти манипуляции, пока у вас остаются продукты и место в форме. Последний уложенный в форму слой должен быть обязательно из моццареллы. Поставьте форму в духовку на 15 минут. Итальянцам, кажется, все равно — есть это блюдо холодным или горячим. Мне нравится горячим.







## spaghetti con gamberetti e rucola

4 порции

*Спагетти с креветками и руколой*

Это блюдо мне довелось отведать в ресторанчике под названием La Gondola в одном из самых обшарпанных уголков Палермо. Комбинация ароматов и вкусов в этой пасте просто превосходна, и при этом я не вижу в ней ни одного ингредиента, которого нельзя пайти за пределами Италии. Попробуйте. Можно купить высококачественных замороженных креветок, но если получится приобрести свежих и очистить их самому, они придадут блюду оттенок неподдельной роскоши. В общем, должно понравиться всем. Для эффектного завершения сбрызните блюдо хорошим оливковым маслом и украсьте его руколой.

450 г сухих спагетти

морская соль и свежемолотый черный перец

оливковое масло extra virgin

2 зубчика чеснока, очистить и измельчить

1–2 сухих стручка перца чили, раскрошить

400 г очищенных сырых креветок

1 небольшой бокал белого вина

2 столовые ложки с горкой пюре из вяленных на солнце помидоров или 6 вяленных на солнце помидоров, измельченных в блендере

цедра и сок 1 лимона

2 горсти листьев рукоты, слегка измельчить

Приготовьте спагетти в большой кастрюле с подсоленной водой в соответствии с инструкцией на упаковке. Тем временем разогрейте три полные до краев столовые ложки оливкового масла в большой сковороде, добавьте чеснок и чили. Когда чеснок начнет менять цвет, положите креветки и припустите их в течение минуты. Затем влейте белое вино, добавьте пюре из помидоров и готовьте на медленном огне пару минут. Когда паста будет готова, откиньте ее на дуршлаг, оставив небольшое количество воды, в которой она готовилась. Положите спагетти в соус, перемешайте. Влейте лимонный сок, вмешайте половину рукоты. Добавьте немного сохраненной воды, если хотите немного смягчить вкус. Попробуйте и, если надо, приправьте солью и перцем. Разложите по тарелкам. Посыпьте тертой лимонной цедрой и оставшейся рукотой.





## pasta con acciughe e pomodoro

4 порции

*Анчоусы в томатном соусе с пастой*

Паста бедняков города Палермо на Сицилии. Вы можете использовать тальятелле или спагетти, но если удастся достать пасту *margherita*, очень хорошо — она немного толще спагетти, и у нее волнистые края.

**P.S.** Я хотел бы сказать спасибо своему другу Джону Гамильтону, нашему замечательному арт-директору; мы готовили с ним на Сицилии. Для него в тот момент кроме этого блюда не было в мире больше ничего. Я даже немного испугался, — думал, все вместе с Джоном застынет на месте и превратится в камень! Но, как видите, все у нас получилось. И очень при этом симпатично!

6 столовых ложек оливкового масла  
4 зубчика чеснока, очистить  
и измельчить  
2 большие горсти кедровых орешков  
горсть изюма  
12 соленых филе анчоусов

3 столовые ложки протертой мякоти  
томатов  
большой бокал красного вина  
100 г хлебных крошек  
450 г сухой пасты *margherita*

Разогрейте большую сковороду, добавьте половину оливкового масла, затем чеснок и обжарьте его на медленном огне. Когда чеснок начнет менять цвет, всыпьте кедровые орешки и изюм, положите анчоусы и жарьте еще 2 минуты — до тех пор, пока анчоусы не растают. Добавьте томатное пюре и вино, тщательно перемешайте. Оставьте кипеть на медленном огне в течение 3 минут. Соус должен получиться довольно густым. Если вам кажется, что его надо смягчить, влейте немного горячей воды и как следует размешайте. В отдельной сковороде нагрейте остальное оливковое масло, добавьте хлебных крошек и обжарьте их до золотистого цвета; выложите их на бумажное полотенце. Приготовьте пасту в соответствии с инструкцией в кастрюле с кипящей подсоленной водой. Слейте воду, смешайте пасту с соусом. Попробуйте; если сочтете нужным, приправьте. Разложите по тарелкам. Подавайте, посыпав поджаренными хлебными крошками.







## spaghetti alla trapanese

4 порции

### *Спагетти в стиле трапанезе*

Ну что, эта паста может стать вашей любимой. В Трапанезе готовят местную разновидность песто, и это песто замечательно сочетается со спагетти. Лучше всего приготовить его из помидоров черри, но когда я готовил это блюдо, у меня их не было. Так что на картинке вы видите обыкновенные помидоры — это, правда, не очень заметно, но совесть не дает мне молчать. На приготовление соуса уйдет столько же времени, сколько на варку спагетти. Я предпочитаю толочь песто в ступке, но пробовал делать его и в блендере — тоже ничего.

450 г сухих спагетти  
морская соль и свежемолотый  
черный перец  
150 г миндаля, можете очистить  
от кожицы, можете не очищать  
1 зубчик чеснока

4 горсти свежего базилика,  
только листья  
150 г свеженатертого пекорино  
или пармезана  
оливковое масло extra virgin  
600 г помидоров, разрезать пополам

Приготовьте спагетти в кипящей подсоленной воде в соответствии с инструкцией, указанной на упаковке. Пока они варятся, приготовьте соус. Слегка разогрейте миндаль на небольшой сковороде и измельчите в ступке или блендере. Орехи должны приобрести консистенцию грубого порошка; пересыпьте их в миску. Отдельно разомните чеснок и базилик. Перемешайте их с миндалем, при этом постепенно добавляя пекорино или пармезан. Влейте оливковое масло, приправьте солью и перцем. Добавьте помидоры и разомните их руками, тщательно смешивая с ореховой смесью. Влейте еще немного оливкового масла и перемешайте с готовой пастой. Приправьте солью и перцем по вкусу. Разложите по тарелкам, полейте оставшимся соусом.







Готовлю обед для сборщиков  
винограда, поместье Петроло,  
Тоскана



# lasagne alla cacciatora

6 порций

## Лазанья по-охотничьи

Если вы не хотите использовать пять сортов мяса, возьмите один-два. Посмотрите рецепт *arrosto misto* на стр. 224 — мешайте и сочетайте то, что актуально в это время года. Для этого рецепта вам понадобится 600 грамм запеченного мяса, и его надо будет разобрать на волокна. Вот небольшое руководство по количеству мяса, которое можно получить от различных животных: утка — 400–500 г, голубь — 100–140 г, дикий заяц — 400–500 г.

600 г разобранного на волокна мяса

450 г теста для пасты (см. стр. 86)

пармезан

2 головки моцареллы по 150 г,

разделить на кусочки руками

горсть свежих листьев шалфея

оливковое масло

для томатного соуса:

оливковое масло

3 зубчика чеснока, очистить

и измельчить

веточка свежего розмарина

3 лавровых листа

3 банки (1,2 кг) томатов в собственном соку

для белого соуса:

1 л молока

веточка свежей петрушки

щепотка мускатного ореха

½ луковицы, очистить и нарезать на ломтики

6 горошин черного перца

80 г сливочного масла

65 г пшеничной муки

150 г свеженатертого пармезана

соль и свежемолотый черный перец

Разогрейте духовку до 220 °С, поставьте запекаться мясо. Приготовьте тесто для пасты. Готовое мясо извлеките из духовки, дайте остыть, отделите от костей и разделите на волокна. Поместите в отдельную емкость. Кожу и кости выбросить.

Чеснок обжарьте на большой сковороде, добавьте розмарин, лавровый лист и помидоры. Готовьте 45 минут под крышкой. Начните готовить белый соус: в кастрюлю влейте молоко, положите петрушку, мускатный орех, лук и горошины перца. Медленно доведите до кипения. В отдельной кастрюле растопите сливочное масло, вмешайте муку. Не переставая помешивать, понемногу влейте молоко. У вас должен получиться гладкий однородный соус. Доведите его до кипения и готовьте еще 2 минуты, снимите с огня и добавьте пармезан. Приправьте. В томатный соус добавьте подготовленное мясо; при желании влейте немного горячей воды. Готовьте еще 20 минут. Удалите розмарин и лаврушку.

Разогрейте духовку до 180 °С. Смажьте сливочным маслом большую форму для запекания. В кастрюле доведите до кипения подсоленную воду, добавьте ложку оливкового масла. Раскатайте тесто на пласты размером 8 × 25 см. Бланшируйте пласты в кипятке по 2–3 штуки за раз. Затем уложите их в форму так, чтобы края немного свешивались. Сверху выложите немного мясного рагу, немного молочного соуса, посыпьте пармезаном. Продолжайте укладывать слои. Заверните свисающие края теста наверх, накрывая лазанью, и залейте ее остатками белого соуса. Посыпьте пармезаном и шалфеем, положите кусочки моцареллы. Сдобрите оливковым маслом. Запекайте в духовке 45 минут.



Везу обед на  
виноградник



Сытые и довольные  
сборщики винограда  
после ланча









# Ризотто

Вам очень понравится эта глава. Потому что в нее вошли самые лучшие рецепты ризотто, какие я только знаю. Правда, узнал я их ни от мамма, ни от поппа, хотя метод приготовления, который я использую, — традиционен для любой мамма. Просто я готовил их из самых лучших продуктов, какие только мне удавалось купить на местных рынках. Все эти ризотто и выглядят замечательно, и на вкус — что надо. Попробуйте, к примеру, добавить в ризотто комбинацию петрушки и запеченных грибов, и оно будет сильно и выгодно отличаться по вкусу от обыкновенного ризотто бянко. (А если какой итальянец отвернется, задрав нос, типа — у нас так не готовят, то мне все равно. Слышите? Все равно! В этой главе — я главный!)

Путешествуя по Италии, я познакомился с несколькими молодыми мамами, и вот что интересно: если в Британии приготовление ризотто считают серьезным мероприятием, требующим определенных временных затрат и специальных знаний, в Италии его готовят все, и молодые мамы в том числе. Потому что на самом деле готовится оно чертовски просто и быстро, буквально за 20 минут. Ризотто считается практически фаст-фудом, потому что пока оно пытит себе на медленном огне, от вас требуется только периодически его помешивать. И можно одновременно делать кучу других дел. Другими словами, вы совсем не привязаны к плите во время приготовления этого замечательного блюда.

Если вы располагаете достаточным временем, приготовьте куриный бульон. Я с тех пор, как три года назад стал папой, просто покупаю готовый бульон в супермаркете или использую органический вегетарианский бульон, добавляя в него немного грибов для аромата. Я знаю, так поступают и многие итальянцы, так что никакого неудобства я по этому поводу не испытываю. И вам не советую!

Если вы готовите ризотто на 20 человек, времени у вас уйдет столько же, сколько потребует ужин на четверых. Все, что нужно сделать, — поместить готовое ризотто в 2 больших блюда и поставить их в центр стола, снабдив каждое большой ложкой. Так ризотто дольше останется сочным и горячим.



# risotto bianco

6 порций

## Ризотто бяанко

Это базовый рецепт, и он может стать основой большого количества фантастических ризотто.

1,1 л бульона

(куриного, рыбного или овощного)

2 столовые ложки оливкового масла

кусочек сливочного масла

крупная луковица,

очистить и измельчить

2 зубчика чеснока,

очистить и измельчить

½ головки черешкового сельдерея,

мелко нарезать

400 г риса для ризотто

2 бокала сухого белого вермута (мартини

или Noilly Prat) или сухого белого вина

морская соль и свежемолотый черный

перец

еще 70 г сливочного масла

115 г свеженатертого пармезана

*1-й этап:* Разогрейте бульон. В отдельную сковороду влейте оливковое масло, добавьте сливочное и дайте ему растаять. Положите в сковороду лук, чеснок, сельдерей и готовьте на медленном огне в течение 15 минут (такая смесь называется *soffrito*), причем овощи не должны изменить цвет. Когда они размягчатся, добавьте рис и увеличьте огонь до максимума.

*2-й этап:* Рис начинает обжариваться, не забывайте его помешивать. Через минуту он станет немного прозрачным. Влейте вермут или вино и продолжайте помешивать, пахнуть рис будет просто замечательно. Резкий алкогольный запах пропадет, оставив в готовом блюде лишь приятную кислинку.

*3-й этап:* После того как вермут или вино частично выпарились, а частично — впитались в рис, добавьте половник бульона и щепотку соли. Убавьте огонь. Продолжайте готовить, постепенно, по половнику за раз, добавляя бульон и постоянно перемешивая рис, чтобы выделялся крахмал. Каждый раз перед тем, как влить новый половник бульона, убедитесь, что предыдущий полностью впитался в рис. Этот процесс займет около 15 минут. Попробуйте рис. Если он еще не готов, продолжайте добавлять бульон. Рис должен стать мягким, но не развариться при этом в кашу. Не забудьте попробовать на соль и перец. Если бульон закончится до того, как ризотто приготовится, добавляйте просто кипяток.

*4-й этап:* Снимите сковороду с огня, добавьте сливочное масло и пармезан. Хорошо перемешайте. Накройте крышкой и отставьте на пару минут. Это самый важный момент в приготовлении ризотто, именно сейчас оно приобретает свою знаменитую сливочность. Ешьте сразу же, пока рис не потерял эту замечательную мягкую текстуру.





## risotto bianco con pesto

6 порций

### *Ризотто бянно с песто*

Когда вы освоите базовый рецепт ризотто (см. стр. 130), попробуйте добавить в него ложку свежего песто. Комбинация вкусов и ароматов получится фантастическая!

горсть кедровых орешков

½ зубчика чеснока,

очистить и измельчить

морская соль и свежемолотый черный  
перец

3 горсти свежего базилика, только  
листья

горсть свеженатертого сыра пармезан

оливковое масло extra virgin

ризотто бянно, приготовленное  
по базовому рецепту

Сначала приготовьте песто. Поместите кедровые орешки в огнестойкую форму и поставьте ее на минуту под гриль. Орешки не должны обжариться, только слегка разогреться, чтобы усилился их аромат. Положите чеснок и базилик в ступку, добавьте щепотку соли и разомните (или измельчите все в кухонном комбайне). При желании вы можете использовать еще меньше чеснока, но я обычно кладу ползубчика. Смешайте полученное пюре с кедровыми орешками и еще раз измельчите. Добавьте половину от указанного количества пармезана, перемешайте и влейте оливковое масло — его нужно совсем немного, только чтобы чуть сдобрить полученную смесь. Посолите и поперчите по вкусу, добавьте оставшийся сыр. Продолжайте добавлять сыр и масло до тех пор, пока консистенция песто не покажется вам правильной.

Приготовьте ризотто бянно. Разложите его по тарелкам и украсьте ложкой песто. Посыпьте кедровыми орешками, тертым пармезаном и листьями базилика.







# risotto ai frutti di mare

*Ризотто с дарами моря*

6 порций

Это что-то особенное. Попробуйте красную кефаль, морского черта, леща, солнечника, мидий, креветок, разных моллюсков и немного кальмаров, нарезанных ломтиками. Для этого рецепта можно использовать покусной рыбный бульон или приготовить его, как описано ниже (попросите продавца на рыбном рынке дать немного рыбных голов, их обычно просто выбрасывают, и денег с вас вроде как взять не должны). Я готовлю здесь бульон несколько необычным образом, так что следите внимательно за тем, что я делаю.

1,5 л воды

2 небольшие морковки, крупно нарезать

3 помидора, размять

1 лавровый лист

небольшой пучок свежей петрушки, одну веточку оставить целой, с остальных снять и измельчить листья

1,5 кг различной рыбы и даров моря (см. выше), очистить от потрохов и чешуи, промыть

ризотто бьянко, приготовленное по базовому рецепту (см. стр. 130)

½ луковицы фенхеля, измельчить, зелень сохранить

1 чайная ложка семян фенхеля

щепотка сухого чили

щепотка рылец шафрана

сок 1 лимона

Налейте воду в большую кастрюлю, положите в нее морковь, помидоры, лавровый лист и веточку петрушки и доведите до кипения. Добавьте рыбу (именно рыбу, но ни в коем случае не морепродукты). Дайте вновь закипеть и готовьте на медленном огне 10 минут, затем достаньте рыбу из бульона и очистите от костей (если вы используете головы трески, попробуйте отделить щеки, это настоящее лакомство!). Поместите рыбное филе в отдельную емкость и отставьте, а кости верните в бульон еще минут на 15. Периодически снимайте пену. В это время начинайте готовить ризотто бьянко и на первом же этапе помимо прочего добавьте фенхель, чили, шафран и семена фенхеля.

Процедите бульон через мелкое сито в отдельную кастрюлю (овощи и кости из бульона можно смело выбросить). Добавьте большую часть бульона в ризотто, оставив немного напоследок. Когда рис будет уже вот-вот готов, в конце третьего этапа добавьте в него рыбное филе вместе с мидиями и креветками. Через 3–4 минуты мидии откроются (тех, что отказались это сделать, можно отправить в мусорное ведро). Снимите ризотто с огня.

Смешивать сыр и рыбу в пасте или ризотто не совсем правильно, поэтому пармезаном блюдо присыпать мы не будем. Вместо этого, после того как добавите в ризотто (на четвертом этапе) сливочное масло, приправьте его по вкусу солью и перцем, а потом полейте оливковым маслом и лимонным соком. Разложите ризотто по тарелкам, сверху полейте оставшимся бульоном. Сбрызните небольшим количеством оливкового масла. Украсьте листьями петрушки и фенхеля.



## risotto ai carciofi

6 порций

### *Ризотто с артишоком*

В Италии артишоки — едва ли не повседневная пища. Но во всем остальном мире они считаются роскошью. Ризотто бянко с добавлением тонко нарезанного артишока обладает особенным, неописуемо нежным вкусом. Для него необходимо достать молодых, небольшого размера артишоков. Тонкую нарезку артишоков или цуккини итальянцы называют *trifolati*, дословно — «в стиле трюфелей». То есть очень-очень тонко.

6 молодых артишоков  
цедра и сок 1 лимона  
ризотто бянко, приготовленное  
по базовому рецепту (см. стр. 130)  
морская соль и свежемолотый черный  
перец

небольшая горсть свежей мяты, только  
листья  
оливковое масло *extra virgin*  
пармезан, для подачи

Очистите артишоки, срезав верхние жесткие листья. Разделите их пополам, удалите волокнистую сердцевину при помощи чайной ложки. Поместите артишоки в воду, подкисленную половиной лимонного сока, придавите чем-то тяжелым и отставьте. Так они не потеряют цвет.

Начните готовить ризотто бянко. Когда дойдете до третьей стадии, добавьте в кипящий бульон 6 половинок артишоков. Продолжайте добавлять бульон в течение еще 5 минут. Тонко нарежьте оставшиеся половинки артишоков и примешайте их к ризотто. На четвертом этапе, когда рис приготовится, добавьте сливочное масло, пармезан и оставшийся лимонный сок. Снимите ризотто с огня, приправьте. Достаньте приготовленные артишоки из бульона, перемешайте их с лимонной цедрой (оставьте немного на потом), мятными листьями и оливковым маслом. Разложите ризотто по тарелкам, сверху поместите половинки приправленных артишоков. Полейте блюдо оставшейся от быстрого маринования артишоков жидкостью и подавайте, посыпав пармезаном и остатками лимонной цедры.













## risotto ai cavolfiori

6 порций

*Ризотто с цветной капустой*

Это неописуемо вкусный рецепт! Блюдо немного необычное, но, что самое интересное, оно в корне поменяет ваше отношение к цветной капусте, если, конечно, вы ее не любите. Попробуйте кушать цветную капусту сорта Romanesco. По размеру она похожа на обычную, но цвет у нее более зеленый, а соцветия имеют заостренную форму. И вкус — просто замечательный. Но почему мне особенно нравится этот рецепт, так это потому, что ингредиенты здесь классические, а используются по-новому. В Британии мы обычно запекаем цветную капусту с сыром, в Италии ее запекают alla parmigiana, то есть — с сыром, со сливками и анчоусами. Все эти ароматы присутствуют в этом ризотто. Плюс перчик чили — он играет здесь немаловажную роль.

2 горсти черствого хлеба,  
наломать на кусочки

1 небольшая баночка анчоусов в масле,  
масло сохранить

3 маленьких сухих перчика чили  
оливковое масло extra virgin

1 кочан цветной капусты

ризотто бяанко, приготовленное  
по базовому рецепту (см. стр. 130)

морская соль и свежемолотый черный  
перец

пармезан, для подачи

горсть свежей петрушки, измельчить

Измельчите хлеб в комбайне вместе с анчоусами, чили и маслом от анчоусов. Разогрейте сковороду с небольшим количеством оливкового масла и, периодически встряхивая сковороду, обжарьте хлебные крошки до золотистого оттенка. Такая жареная смесь хлебных крошек с анчоусами называется pangrattato.

Срежьте с капусты жесткие листья, разделите кочан на соцветия. Стебель очистите и мелко нарежьте. Начните готовить ризотто, добавив нарезанный стебель на первом этапе приготовления, вместе с луком. Соцветия цветной капусты положите в кастрюлю с горячим бульоном.

Продолжайте готовить, как описано в рецепте, постепенно добавляя бульон, до полуготовности риса. К этому времени цветная капуста уже достаточно размягчится, так что ее можно добавлять в рис вместе с бульоном, немного при этом размяв вилкой. Продолжайте готовить до тех пор, пока не сварится рис, а все капустные соцветия не окажутся в ризотто.

На четвертом этапе, когда вы добавите сливочное масло и пармезан, положите еще и петрушку, приправьте солью и перцем. Посыпьте pangrattato, украсьте пармезаном и подавайте.

## risotto ai funghi e prezzemolo

6 порций

*Ризотто с запеченными грибами и петрушкой*

Замечательный рецепт ризотто, особенно хорош для вегетарианцев. Если лесные грибы запечь в духовке, раскроется весь их страстный, чувственный аромат, и он будет очень здорово взаимодействовать со строгим и чистым запахом петрушки. Отличное ризотто с очень насыщенным вкусом!

ризотто бьянко, приготовленное  
по базовому рецепту (см. стр. 130)  
200 г лесных грибов, очистить и крупно  
нарезать  
оливковое масло  
морская соль и свежемолотый  
черный перец  
1 головка чеснока, очистить, зубчики  
разрезать пополам

небольшой пучок свежего тимьяна,  
только листики  
столовая ложка сливочного масла  
небольшой пучок плосколистной  
петрушки, измельчить  
1 лимон  
пармезан

Разогрейте духовку до 200 °С. Начните готовить ризотто бьянко. Когда дойдете до конца третьего этапа, займитесь грибами. Разогрейте на плите толстостенную форму для запекания или просто сковороду (которую можно ставить в духовку), влейте в нее немного оливкового масла. Обжарьте грибы в течение 2 минут — они должны слегка подрумяниться, приправьте солью и перцем. Добавьте чеснок, тимьян и сливочное масло, перемешайте. Поместите форму в разогретую духовку и запеките грибы. На это уйдет минут шесть.

На четвертом этапе, когда вы добавляете сливочное масло и пармезан, примешайте также и петрушку — она придаст замечательный цвет рису, и аромат его станет просто волшебным! Измельчите половину запеченных грибов, замешайте их в ризотто вместе с лимонным соком. Разложите рис по тарелкам, сверху выложите оставшиеся грибы. Подавайте с тертым пармезаном.







## risotto ai finocchi con ricotta e peperoncino

6 порций

*Ризотто с фенхелем, рикоттой и сухим чили*

Я считаю, что фенхель — очень вкусный овощ, с фантастическим сладковатым привкусом, но почему-то его очень редко готовят. Между тем, он очень хорошо сочетается с рикоттой. Но пожалуйста, не используйте в этом рецепте дешевую и невкусную рикотту, которую порой предлагают в супермаркетах. Убедитесь, что вы покупаете свежий, рассыпчатый молодой сыр. Если не повезло, то свежий козий сыр — очень даже неплохая замена.

½ чайной ложки семян фенхеля  
оливковое масло extra virgin  
2 зубчика чеснока, очистить  
и измельчить  
2 луковицы фенхеля, мелко нарезать,  
зелень сохранить  
морская соль и свежемолотый  
черный перец

ризотто бьянко, приготовленное  
по базовому рецепту (см. стр. 130)  
2 небольших перчика чили  
4 столовые ложки качественной  
рассыпчатой рикотты  
цедра и сок 1 лимона  
пармезан

Поместите семена фенхеля в ступку и разотрите их в порошок. Возьмите большую сковороду, нагрейте ее, влейте немного оливкового масла и обжарьте чеснок до мягкости. Затем добавьте растертые семена фенхеля и нарезанный фенхель. Посолите, поперчите, убавьте температуру нагрева плиты. Накройте сковороду крышкой и готовьте 20 минут, до тех пор, пока фенхель не размягнется.

Готовьте ризотто бьянко до полуготовности риса. В середине третьего этапа замешайте обжаренный фенхель и продолжайте готовить до тех пор, пока рис не сварится.

В ступке измельчите стручки чили в порошок. На четвертой стадии, когда вы добавляете сливочное масло и пармезан, приправьте рис рикоттой и лимонной цедрой. Добавьте, если нужно, соль и перец. Влейте немного лимонного сока, чтобы сбалансировать ароматы, — кроме того, он очень хорошо сочетается с фенхелем. Разложите ризотто по тарелкам, посыпьте зеленью фенхеля и порошком чили. Сверху натрите немного пармезана и подавайте к столу.



Одним из самых памятных моментов в жизни, связанных с готовкой, был отзыв этого пастуха о моем ризотто. Он назвал его «ottimo» (отличный, самый лучший)





## risotto con cipolle bianche dolci, cotechino e timo

6 порций

*Ризотто со сладким белым луком, cotechino и тимьяном*

Самое важное в этом ризотто — колбаски cotechino или zampone. Их можно купить в любом хорошем магазине деликатесов (если их нельзя там купить, знайте — это не хороший магазин деликатесов). Продают их готовыми к употреблению, в вакуумной упаковке. А если вам так и не удалось их достать, предлагаю не расстраиваться и приобрести любые приличные итальянские колбаски, которые можно приобщить к вашему ризотто в самом начале приготовления, на этапе обжарки лука и сельдерея.

**P.S.** Это блюдо также хорошо готовить с фасолью борлотти, которую можно добавить в самом конце приготовления.

500 г колбасок cotechino  
3 белые луковицы  
ризотто бьянко, приготовленное  
по базовому рецепту (см. стр. 130)  
морская соль и свежемолотый черный  
перец

оливковое масло extra virgin  
небольшая горсть свежего тимьяна,  
только листики  
пармезан, для подачи

Разогрейте духовку до 190 °С. Поместите колбаски в небольшую огнеупорную форму вместе с неочищенными луковицами и поставьте в духовку. Запекайте в течение часа, пока луковицы не станут мягкими и сладковатыми на вкус. Извлеките форму из духовки, уменьшите температуру до 150 °С.

Начните готовить ризотто, как описано в рецепте, постепенно добавляя бульон. В это время очистите остывший лук. Разрежьте луковицы на четвертинки, половину поместите в духовку до подачи блюда к столу, чтобы они оставались теплыми. Оставшийся лук измельчите. Очистите колбаски от оболочек, слегка разомните мясо. Когда рис будет практически готов, добавьте в него измельченный лук и кусочки мяса. Продолжайте готовить ризотто до тех пор, пока рис полностью не сварится.

На четвертом этапе, когда добавляете сливочное масло и пармезан, приправьте ризотто, если нужно, солью и перцем, а также тимьяном. Разложите блюдо по тарелкам, на каждую поместите по четвертинке луковицы, посыпьте тертым пармезаном.







insalate *салаты*





# Салаты

Качество салатов в Италии сильно варьируется от места к месту. В половине случаев вам, скорее всего, подадут плохо промытые листья салата айсберг с небольшим набором масел, уксуса, перца и прочего, чтобы вы могли заправить салат на свой вкус. Зато в остальных случаях вы получаете гениальное блюдо. Итальянцы в состоянии превратить скучную морковь, сельдерей или фенхель во вкуснейший салат, нарезав их на тончайшие ломтики, нежные и хрустящие. Итальянцы — очень умные. Даже такие неожиданные овощи, как артишоки, спаржа, молодые кабачки и тыква, отлично работают в салате, если их правильно приготовить. Но, пожалуй, самое впечатляющее — это черствый хлеб в салате. Вряд ли вы рассматривали его когда-нибудь в качестве салатного ингредиента.

В этом году я первый раз сам вырастил овощи. Если у вас тоже имеется желание попробовать, листья салата — очень правильное начинание. Все, что нужно сделать, это купить ящик для выращивания органических помидоров, заказать немножко салатных семян у моей приятельницы Джекки МакВикар по адресу [www.jekkasherbgarden.co.uk](http://www.jekkasherbgarden.co.uk), и даже если вы живете в центре города, у вас будет возможность срезать свежие салатные листья 5–6 дней в неделю, 4 месяца в году. И это практически за так! И чем больше вы срезаете листьев, тем гуще они разрастаются. Даже такой профан в сельском хозяйстве, как я, умудрился их вырастить!

В Италии салаты едят часто, иногда даже после второго блюда. Если вы никогда там не были, некоторые из приведенных здесь рецептов заставят вас переосмыслить само слово «салат». По сравнению с Италией то, что в Британии зовется салатом, не имеет с ним ничего общего. Я и не удивляюсь, что многие их не любят. Если вы один из таких людей, эта глава круто переменит вашу жизнь.



## panzanella

6 порций

### *Хлебный тосканский салат с помидорами и перцем*

Та-дам! Вот мы и на итальянской территории. Я имею в виду территорию горячих страстей и споров с активной жестикуляцией о том, как лучше подать *ribollita*, или приготовить идеальную пиццу, или, скажем, создать лучшую в мире версию вот такого салата!

Итак, что такое *panzanella*? Это традиционный тосканский салат, в котором обычно используется черствый хлеб. Появился он в качестве простой пищи для бедняков, дешевой и питательной. Теперь его часто можно увидеть и в ресторанном меню.

2 сладких красных перца  
2 сладких желтых перца  
600 г качественного черствого хлеба  
1 кг зрелых помидоров разных сортов  
морская соль  
6 соленых анчоусов или 12 филе  
анчоусов в масле  
горсть мелких каперсов, промыть  
1 красная луковица,  
очистить и разрезать пополам

1 головка черешкового сельдерея  
большая горсть свежих листьев базилика

*для заправки:*  
качественный красный винный уксус  
качественное оливковое масло *extra virgin*  
1 небольшой зубчик чеснока, очистить  
морская соль и свежемолотый  
черный перец

Чем бы вы в данный момент ни располагали — открытый огонь, газовая горелка или гриль, — доведите его до максимальной температуры. Обожгите перец непосредственно на огне или положите его под нагревательный элемент гриля. Дайте ему подгореть или пропечься в течение 10 минут. Переворачивайте перец, чтобы каждая его сторона поджарилась. Когда перцы приготовятся со всех сторон, поместите их в миску, накройте пищевой пленкой и дайте постоять 20 минут — так их будет проще очистить от кожицы.

Когда я говорю о черстве хлеба, я имею в виду качественный хлеб, по крайней мере, второго дня свежести. Не покупайте свежий батон, чтобы сразу его использовать. Я обычно беру деревенский хлеб, и, конечно же, чем выше его качество, тем лучше результат. Можно взять и *чиабату*. Только, ради бога, не покупайте уже нарезанный на ломтики белый хлеб в виде кирпича.

Срежьте корку и наломайте хлеб на кусочки размером с большой палец. Делать это нужно руками, а не ножом. Не нужно дополнительных устройств, это во-первых. Во-вторых, ломая хлеб таким образом, вы открываете все поры, благодаря чему впитается больше сока. И в-третьих, выглядит это намного лучше — как нечто, произведенное на ферме. Положите кусочки хлеба на противень и поставьте его рядом с горячей духовкой. Пускай хлеб немного подсохнет, пока вы занимаетесь остальными составляющими.

*(продолжение на стр. 156)*





Вымойте помидоры и нарежьте их на кусочки размером с хлебные. Слегка приправьте солью и поместите в дуршлаг, укрепив его над миской так, чтобы в нее стекали соки. В миску с соком накладывайте анчоусов и каперсов. Хорошо, если вам удалось достать качественных соленых анчоусов, филе которых нужно снимать с кости самим. Впрочем, испанские филе анчоусов в масле тоже подойдут, их можно сразу же бросить в миску. Я заметил, что сладковатый сок помидоров сглаживает соленый вкус анчоусов. Они же, в свою очередь, придают соку дополнительный аромат. А это то, что нужно — хорошая ароматная заправка.

Затем надо очень тонко нарезать красный лук на ломтики. Уделите этому достаточное внимание. Всегда помните: тонкий ломтик лука в салате — это величайшее наслаждение, тогда как большой грубый луковый кусок больше похож не на еду, а на кусок мыла, и способен напрочь перечеркнуть все ваши остальные усилия. Затем то же самое нужно проделать с сельдереем, точнее, с сердцевинкой пучка сельдерея. Сначала объясню, что это и где именно находится. Итак, это бледная внутренняя часть пучка черешкового сельдерея. Если вы отломите внешние стебли, штук 5–6, потом отсечете остальные сантиметров на 15, то, что останется, и есть сердцевина. Тонко ее нарежьте и поместите в большую миску вместе с луком. Добавьте хлеб.

Если к этому времени перцы уже остыли, очистите их от кожицы и семян. Только не вздумайте промыть их под струей холодной воды, тогда вы потеряете всю сладость запеченного перца и ароматный привкус копчения. Как только очистите перцы, нарвите их на кусочки размером с мизинец. Добавьте к луку, сельдерею и хлебу. Слегка встряхните помидоры, немного прижмите их так, чтобы вытек лишний сок. Филе анчоусов достаньте из миски и отложите в сторону. Добавьте помидоры к остальным составляющим салата. И положите туда почти весь базилик.

Обычно я начинаю готовить заправку с соком помидоров, добавив в него немного красного винного уксуса. Если у вас его нет, подойдет также уксус из хереса или белый винный. Затем 10 столовых ложек оливкового масла. Только советую вам купить хорошее масло. Разомните чеснок и также добавьте его в заправку. Перемешайте, попробуйте — она должна получиться достаточно кислой. Если считаете необходимым, можете ее еще приправить солью и перцем. Полейте салат заправкой. Аккуратно перемешайте в течение минуты.

Я думаю, что салат *panzanella* лучше всего подавать в одной большой салатнице, поставив ее в центр стола, чтобы каждый мог положить себе салат сам. Так что, переложив его в салатницу, еще раз встряхните и слегка перемешайте, протрите края салатницы чистой салфеткой, сверху уложите филе анчоусов. Украсьте оставшимися листьями сельдерея и базилика. Сбрызните оливковым маслом. Перед подачей дайте салату постоять минут пятнадцать — его можно держать на столе заправленным в течение часа.

Вы, может, подумали, что этот рецепт что-то слишком мудрен и проще открыть упаковку подготовленных чистых листьев салата, чем вот так возиться. Но вот что я скажу. Каждый раз, когда я его готовил, иногда подавая в качестве гарнира к запеченной куриной грудке, — особенно если дело происходило летом — он выступал как настоящий чемпион хорошего вкуса. Так что попробуйте.









# insalata tipica delle sagre

6 порций

## Фестивальный салат-микс

Фантастическая комбинация, которая меняется от деревни к деревне. В Италии это блюдо часто готовят и подают на праздниках (sagras), устраиваемых как раз в честь какого-нибудь его ингредиента. Обычно такой салат готовят в очень большом количестве включая в него много составляющих. Поэтому он и такой вкусный. Если хотите достичь такого же результата, действуйте просто — купите много всего разного, и это придаст салату цвет, аромат, хруст и характер. Итальянцы любят свежие овощи больше, чем все остальные люди в мире. Часто я пробовал в салатах тонко нарезанную спаржу, что, пожалуй, даже более чем необычно. Когда пойдете в магазин, купите разных листовых овощей, фенхеля, огурцов, редиски, всего понемногу. Если не найдете все, что я перечислил, не волнуйтесь. Главное — соорудить хорошую смесь из совершенно разных овощей, из любых, что есть под рукой, так что заменяйте одно другим без зазрения совести.

Когда я был в Тоскане, готовил этот салат для тридцати пяти сборщиков винограда. Заняло это у меня полчаса. По-моему — то, что надо! В конце концов, все сводится к тому, чтобы правильно все собрать воедино. Если вы готовите салат для более чем шести человек, его хорошо дополнить желтыми перцами, кресс-салатом, мятой или базиликом.

1 сладкий красный перец, разрезать пополам, очистить от семян  
небольшая горсть свежей плосколистной петрушки  
3–4 помидора  
10 редисок  
½ огурца, очистить от кожицы и семян, разрезать пополам  
½ луковицы фенхеля  
1 кочан цикория  
½ кочана салата латука  
½ кочана салата фризе

½ кочана салата оклиф  
горсть руколы  
½ кочана салата радиччо

для заправки:

1 столовая ложка с горкой каперсов  
4 качественных филе анчоусов  
в оливковом масле  
3 столовые ложки красного винного уксуса  
качественное оливковое масло extra virgin

Тонко нарежьте красный перец. Измельчите петрушку. Нарежьте помидоры на кусочки, а редиску, огурцы, фенхель и цикорий — на тонкие ломтики.

В раковине промойте латук, центральную желтоватую часть салата фризе (она не горькая, как внешние листья), оклиф и руколу. Обсушите листья и нарвите их руками. Промойте радиччо, разделите его на две половинки, срежьте кочерыжку и измельчите ее. Добавьте все салатные листья в миску и перемешайте.

Каперсы и анчоусы измельчите. Положите в отдельную мисочку, влейте уксус и в 3 раза больше масла. Попробуйте, заправка должна быть достаточно острой на вкус. При желании добавьте немного уксуса или масла. Перемешайте заправку, влейте ее в салат и перемешайте. Сразу же подавайте на стол.









## **insalata di radicchio e rughetta**

*Салат радиччо и рукола*

Любой сорт горьковатого салата, будь то радиччо, цикорий, листья одуванчика или treviso, надо правильно заправить — бальзамическим уксусом, соленым пармезаном или руколой, у которой имеется очень своеобразный перечный привкус. И тогда в этих салатных листьях открывается нечто особенное. Так часто бывает на кухне — ингредиенты обычные, но если подать их в правильной комбинации, становятся неописуемо вкусными.

Приготовьте по объемной миске для каждого гостя, перемешайте горсть руколы с небольшим количеством пармезана, четвертью радиччо, тонко нарезанного. Заправьте 3 ложками бальзамического уксуса, в 3 раза большим количеством оливкового масла, приправьте. Перемешайте, натрите пармезана и — сразу же за стол! В салат этот можно также добавить обжаренные кедровые орешки, запеченный красный лук или хрустящий бекон.



# insalata di gennaro

4 порции

## Салат от Женнаро

Вообще-то это салат «нисуаз». Но вас не должно удивлять, что у итальянцев есть свой взгляд на этот классический рецепт, потому что анчоусы и хороший тунец — два любимых продукта итальянских поваров. В этом салате я не использую ни оливок, ни французской фасоли, поскольку это будет уже французский «нисуаз». Главное, картофель надо заправить, пока он еще горячий, чтобы он впитал все возможные ароматы. Мой друг Женнаро раньше часто готовил его в качестве ланча для работников нашего ресторана. Очень вкусный салат!

400 г молодого картофеля  
морская соль и свежемолотый  
черный перец  
4 крупных яйца  
2 столовые ложки с горкой соленых  
каперсов  
2 лимона  
1 банка (220 г) качественного тунца  
в масле, масло слить, или 300 г  
свежего тунца  
для свежего тунца: щепотка  
сухого орегано

для свежего тунца:  
½ стручка свежего красного перца  
чили, измельчить  
качественное оливковое масло  
большая горсть листьев руколы  
большая горсть смеси салатных листьев  
разных сортов, слегка порвать руками  
небольшая красная луковица,  
очистить и измельчить  
4 соленых филе анчоусов, промыть

Протрите картофель губкой. В кастрюле вскипятите воду, положите в нее картофель, посолите. Накройте крышкой и варите на сильном огне до тех пор, пока клубни не станут мягкими. Тем временем отварите яйца — 7–8 минут, они должны быть слегка мягкими посередине. Подержите их под струей холодной воды, очистите от скорлупы и отложите.

Пока готовится картофель и яйца, промойте каперсы, бросьте их в миску с соком одного из лимонов — это для того, чтобы ушла лишняя соль. Если вы готовите из свежего тунца, поместите его в сковороду с антипригарным покрытием, приправьте орегано, солью, черным перцем и перчиком чили. Слегка обжарьте с двух сторон так, чтобы мясо внутри было еще розовым, или прожарьте полностью, как вам нравится — но, смотрите, не перестарайтесь. Сполосните салатные листья, потом просушите их.

Теперь картофель должен быть уже готов. Откиньте его на дуршлаг, слейте воду, разрежьте каждый клубень пополам. Добавьте каперсы и лимонный сок, 5 столовых ложек оливкового масла, щепотку соли и перца, а также мелко нарезанный лук. Тщательно перемешайте. Попробуйте картофель, при желании добавьте еще немного масла и лимонного сока. Когда он остынет до комнатной температуры, можно добавить тунец (предварительно разобранный на кусочки), затем салатные листья и нарезанные на четвертинки яйца. Сбрызните оливковым маслом, аккуратно перемешайте и разложите по тарелкам. Сверху положите анчоусы.



## Салат «Амалфи»

На побережье Амалфи растут лучшие в мире цитрусовые. Поэтому, из уважения к этому месту, я включил в рецепт апельсины (Господи! Не верю, что это написал! Кажется, старею.) Приготовить его совсем несложно. Если вы умеете ловко обращаться с ножом, тогда сделаете его еще и очень-очень быстро. Если не умеете, инвестируйте немного денег в специальный нож-мандолину. Очень быстро режет, чистит и все такое. Для салатов незаменимая вещь. Не важно, какой формы овощи, — мандолина подойдет для всего. Только с пальцами поаккуратнее, она очень острая. И чем тоньше будут нарезаны овощи, тем удачнее получится салат.

У салата «Амалфи» — потрясающий нежный аромат, и он здорово освежает небо. Поэтому его надо подавать в начале ужина. Он отлично идет с фетой или козым сыром. Пусть это и не совсем традиционно, но такие сыры и в самом деле очень хорошо сочетаются с апельсином.

1 луковица фенхеля, промыть  
1 красная луковица, очистить  
1 огурец  
большая горсть редиски, промыть  
по желанию: небольшая горсть  
кубиков льда

1 столовая ложка качественного уксуса  
с травами или красного винного уксуса  
качественное оливковое масло  
морская соль и свежемолотый черный  
перец  
4 апельсина, очистить, разобрать  
на дольки, освободить от косточек

Срежьте зеленые листья с фенхеля и отложите их. Затем срежьте основание и верхушку с луковицы, при необходимости оторвите и выбросьте верхний слой листьев. Разрежьте луковицу на половинки и нарежьте на тончайшие ломтики. Так же нарежьте огурец. Как дойдете до редиски, оставьте около хвостика нетронутым примерно сантиметр, удобно уложите каждую на плоский край и тонко нарежьте.

Можно бросить в салатную миску горсть кубиков льда, они сделают овощи еще более хрустящими. Просто поддержите их в салате несколько минут. Обычно делают иначе: просто закидывают овощи в ледяную воду. Но если вы поступали так хоть раз, то знаете, что хрустеть овощи, конечно, будут дай бог, но большинство овощных ароматов исчезнет.

Извлеките кубики льда из миски. В отдельной емкости смешайте 2 столовые ложки уксуса с 6 столовыми ложками оливкового масла. Можете добавить еще немного уксуса, зависит это от того, насколько сладкие апельсины вы купили. Добавьте соль и перец. Заправьте салат, сверху уложите дольки апельсина. Встряхните, разложите по тарелкам и украсьте зеленью фенхеля. Сразу же подавайте на стол.





# insalata di pomodori, finocchi e seppie

4 порции

*Салат с помидорами, фенхелем и кальмаром*

Замечательный летний салат, сочетание обжаренного на углях кальмара, помидоров и фенхеля. Прекрасно пойдет в качестве легкого обеда или закуски. Попросите продавца подготовить кальмара. Если вам повезет, он все сделает и даже надрежет тушку крестиком. Когда дело доходит до помидоров, даже не знаешь, какие выбрать, так их много! Поэтому покупайте те, которые вам нравятся больше всего. Я думаю, купить для салата разных сортов помидоров — намного интереснее. Главное в этом салате — не начинать ничего резать до тех пор, пока вы не готовы обжаривать кальмара.

4 кальмара среднего размера,  
очистить, тщательно промыть,  
разрезать на части, щупальца  
отложить  
200 г помидоров, черри  
и сливовидных, нарезать ломтиками  
½ красной луковицы,  
очистить и измельчить  
1 луковица фенхеля

сок и цедра 1 лимона  
сок 1 апельсина  
1 чайная ложка сушеного орегано  
качественный красный винный уксус  
или уксус с травами  
оливковое масло extra virgin  
морская соль и свежемолотый черный  
перец  
1 сухой красный перчик чили, растереть  
руками

Если продавец вам все же не помог, очистите кальмаров от пленки и внутреннего каркаса, надрежьте тушки с одной стороны, чтобы их можно было распластать, положите на рабочую поверхность. Сделайте на каждой тушке несколько неглубоких надрезов крест-накрест. Нарежьте помидоры и поместите их в миску вместе с луком. С луковицы фенхеля срежьте зеленую верхушку и отложите в сторону. Фенхель расколите пополам, тонко нарежьте ломтиками, перемешайте с помидорами и луком. Полейте лимонным соком, добавьте апельсинового, приправьте орегано. Заправьте салат 3 столовыми ложками уксуса и 7 столовыми ложками масла. Добавьте соли и перца.

Кальмара лучше всего приготовить на барбекю, но можно использовать и толстую сковороду с рифленным дном или просто большую, хорошо разогретую сковороду. Если решились готовить на барбекю (см. стр. 190), посмотрите, чтобы угли находились непосредственно под решеткой гриля. Приправьте кальмаров с обеих сторон солью, перцем и чили, смажьте маслом. Вначале положите на решетку щупальца, они готовятся дольше. Через полторы минуты переверните их, а рядом уложите тушку надрезанной стороной вниз. Не переворачивайте кальмара, пока не обозначатся черные подпалины. Обычно на приготовление кальмара уходит 3–4 минуты, но только гриль должен быть очень горячий. Когда кальмары обжарятся с обеих сторон, нарежьте тушку наискосок и побросайте кусочки в миску с помидорами и фенхелем. Перемешайте еще раз. Последний раз попробуйте, удостоверьтесь, что вы счастливы, и разложите салат по тарелкам. Сбрызните маслом и соком, оставшимся в салатной миске. Посыпьте зеленью фенхеля и цедрой лимона. Можно также подать салат с дольками лимона.







один как перст





## insalata caprese

4 порции

### *Салат с Капри*

Салат капрезе описан в любой кулинарной книге, посвященной итальянской кухне. Но мне кажется, что такой его версии я все же не встречал. Обычные рецепты советуют просто идеально нарезать помидоры и моццареллу. Я же решил проработать именно их комбинацию. Если моццареллу разделить на кусочки руками, она получится намного ароматнее и приготовление салата займет совсем мало времени. Подавать же его лучше на очень большом блюде. Главное, не забывайте, что этот салат появился на свет на острове Капри. Там большую часть года стоит замечательная погода, и помидоры с базиликом обладают запредельным вкусом. Поэтому попробуйте приобрести лучшее, что есть на рынке.

4 головки сыра моццарелла буффало  
по 150 г

2 горсти зрелых помидоров, разных  
форм и сортов

1 белая часть зеленого лука,  
измельчить

оливковое масло extra virgin

качественный уксус с травами

*для заправки:*

большая горсть листьев базилика

морская соль и свежемолотый черный  
перец

оливковое масло extra virgin

Сначала приготовьте заправку. Отложите несколько листьев базилика на потом, остальные грубо нарежьте и разотрите в ступке пестиком вместе с солью и перцем. Добавьте немного масла и перемешайте. Получится густая, но нежная заправка.

Бережно нарвите моццареллу на кусочки, уложите их на большое блюдо. Крупно нарежьте помидоры, поместите в отдельную емкость вместе с луком, оливковым маслом и уксусом, приправьте солью и перцем. Разложите кусочки помидоров на блюде вперемежку с моццареллой, украсьте заправкой и оставшимся базиликом. Подавайте на стол.





## insalata di farro con verdure al forno 8 порций

### *Салат из фарро с печеными овощами*

Фарро — это пшеница-двузернянка, спелта или полба. Зерно, напоминающее ячмень, только процесс его сушки несколько иной. В итоге зернышки приобретают ореховый аромат, и они не такие легкие, как ячменные. Вы, может быть, не сразу его найдете в магазинах, но, если повезет, уверен — вы не раз используете его в самых разных блюдах. Вкус фарро — нечто среднее между рисом и кускусом (кстати, этот рецепт работает и с тем и с другим). Древние римляне использовали этот злак для приготовления хлеба, каш и супов еще до того, как начали готовить из пшеницы. Сейчас с фарро готовят практически все: салаты, супы, жаркое и даже пасту. Фарро можно купить в магазинчиках итальянских деликатесов, некоторые супермаркеты также его закупают и продают в отделах национальной кухни. Вот рецепт одного из моих любимых салатов — попробуйте его обязательно!

400 г фарро или крупы булгур  
3 желтых кабачка, разрезать вдоль пополам, очистить от семян  
2 зеленых кабачка, разрезать вдоль пополам, очистить от семян  
2 луковицы фенхеля, очистить, крупно нарезать, зеленые части сохранить  
1 красная луковица, очистить, нарезать дольками  
2 сладких красных перца, разрезать пополам, очистить от семян, крупно нарезать

2 баклажана, нарезать на кусочки  
4 зубчика чеснока  
оливковое масло extra virgin  
морская соль и свежемолотый черный перец  
белый винный уксус, или уксус с травами  
горсть свежей зелени (плосколистная петрушка, базилик, мята, орегано)  
немного свежесжатого лимонного сока

Разогрейте духовку до 200 °C. Замочите фарро или булгур в холодной воде на 20 минут, затем воду слейте. Нарежьте кабачки на полумесяцы, поместите их на противень. Добавьте остальные овощи, зубчики чеснока, сбрызните оливковым маслом, перемешайте и приправьте солью и перцем. Постарайтесь разложить овощи так, чтобы они запекались в один слой (или используйте два противня). Готовьте в разогретой духовке 30–40 минут, периодически встряхивая противни, чтобы овощи запеклись равномерно и покрылись хрустящей корочкой по краям. Готовые овощи сбрызните уксусом. Когда они остынут, переложите их на разделочную доску, добавьте зелень и мелко порубите.

Насыпьте фарро в большую кастрюлю, залейте холодной водой и доведите до кипения. Варите на медленном огне 20 минут, затем воду слейте. Приправьте оливковым маслом и лимонным соком. Посолите, поперчите, перемешайте с запеченными овощами. Украсьте зеленью фенхеля и подавайте на стол.









secondi  
вторые блюда





# Рыба

Если я и научился чему-то у итальянцев относительно рыбы, так это правилу «чем меньше, тем лучше». Даже далеко от моря, в таких регионах как Марке и Тоскана, где рыба появляется на рынке, может, раз в неделю, она все равно свежая и пахнет морем. И в такой день ваш ужин вполне может стать лучшим за неделю.

Удивительная вещь — в Италии большинство расположенных у моря ресторанов вовсе не имеет меню. Так обстоят дела, например, в заведении La Scaletta на острове Мареттимо. Им управляет мой друг Джованни; каждое утро он ждет наступления восьми-деяти часов, в это время рыбацкие лодки возвращаются на берег. Он говорит: «Что Бог пошлет мне сегодня, то я и буду готовить!» Конечно, не имея возможности выбирать из многого, вы подходите с умом к готовке того, что есть. Бывают дни, когда море штормит. Тогда Джованни использует ранее пойманную рыбу, которую специальным образом хранит в кладовой. Может, половина наших проблем сегодня состоит в том, что у нас всегда очень большой выбор при не всегда самом высоком качестве. Это-то и заставило меня поместить в эту главу самые простые рецепты. Но в каждом блюде здесь присутствует своя изюминка. Я думаю, что буквально каждый из этих рецептов сможет осилить любой. Так что обязательно попробуйте.

Но. Прежде чем вы начнете готовить, у меня есть к вам одна просьба. Познакомьтесь с местными рыботорговцами — на рынке или в супермаркете, не важно, где именно. И если их рыба пахнет «рыбой», а не морем, поинтересуйтесь, как они относятся к вопросам качества, и скажите, что вы целиком поддержите их, если они ограничат выбор, но при этом улучшат качество поставляемой рыбы. Неприятно говорить, но в Британии сегодня качество поставляемой рыбы оставляет желать лучшего. Возьмите, к примеру, такой город, как Лондон. Один из самых больших городов в мире, а уважаемые рыботорговые фирмы можно пересчитать по пальцам (если вам интересно, две моих самых любимых — Kensington Place и сеть Fishworks). Дети вырастают, не имея понятия, как на самом деле должна пахнуть свежая рыба. Такова реальность, в большинстве магазинов мы покупаем рыбу второго сорта. И я хочу попросить вас — давайте прекратим это. Не ведите себя как англичане, молчаливо поддерживая существующий порядок вещей. Станьте немного итальянцем и открыто выражайте свое мнение. И, быть может, и супермаркеты, и рыботорговцы на рынках начнут беспокоиться не только о количестве, но и о качестве. И если мы все приложим свои усилия, вы удивитесь, насколько быстро это заработает. Вы увидите, как рестораны и магазины начнут менять свой ассортимент к лучшему. Они должны слушать своих клиентов — таков закон рынка. Так давайте сделаем это!



## Тюрбо с фенхелем

Имеете ли вы дело с молочным поросенком или с рыбой, я думаю, процесс запекания придает еде некоторую романтичность. Кроме того, это лучший способ приготовить рыбу целиком, неважно, какого она размера, и не слушайте никого, кто говорит, что надо готовить как-то иначе!

Если сравнить рыбу с автомобилями, то тюрбо — это «Астон Мартин». Это самая вкусная рыба, какую я знаю; ее плоть — сочная, белая и мясистая. Даже мои японские друзья, когда посещают Британию, всегда заказывают именно тюрбо. Она бывает разного размера. Самый крупный представитель, которого я имел счастье готовить, весил около 10 кг! Мне прямо в ресторан позвонили рыбаки и сообщили, что поймали большущую рыбу тюрбо. И я бросился переписывать меню, чтобы предложить его своим гостям прямо этим же вечером.

Кроме тюрбо так можно приготовить камбалу, палтуса или крылья крупного ската, результат в любом случае будет гениальным. Если вы займетесь крупной рыбиной, времени понадобится больше. Проверить готовность можно, поддев мясо небольшим ножиком в самом толстом месте. Если оно будет легко отходить от кости, рыба готова.

Не беспокойтесь, если не сможете достать зелень фенхеля — семена-то уж вы точно найдете, хотя если взять и то и другое, будет просто фантастика. Если фенхель еще не растет у вас в саду или на огороде, посадите его. Он красиво выглядит, обладает волшебным вкусом и, главное, будет расти год за годом. Аромат его очень хорошо сочетается с рыбой и свининой. Если не найдете зелени фенхеля, проложите дно формы, в которой будете запекать рыбу, тонко нарезанными ломтиками его луковичцы, или можете заменить его петрушкой или базиликом.

1 рыба тюрбо весом 2–3 кг,  
выпотрошенная  
1 столовая ложка семян фенхеля  
1 столовая ложка каменной соли

небольшая горсть зелени фенхеля  
1–3 лимона, тонко нарезать  
оливковое масло

Разогрейте духовку до 200 °C. Тщательно промойте рыбу, обсушите ее бумажным полотенцем.

Положите в ступку семена фенхеля и каменную соль, растолките в порошок. Натрите им рыбу изнутри и снаружи. Распределите зелень фенхеля по дну формы, сверху уложите тюрбо. Украсьте ломтиками лимона так, как показано на картинке. Щедро сбрызните оливковым маслом.

Запекайте в разогретой духовке 35–40 минут, или до тех пор, пока мясо не будет легко отходить от кости. Вы заметите выделившийся сок молочного цвета, на его основе можно быстро приготовить легкий соус, добавив немного оливкового масла и лимонного сока. Подайте рыбу на стол прямо в форме, и пусть каждый позаботится о себе сам.





## polpo semplice

*Нежный осьминог*

6 порций

Рыбакам, ведущим лов в прибрежных водах Великобритании, осьминоги попадают регулярно. Стоят они невероятно дешево. Однако многие просто не представляют, что вообще с ними следует делать. Так что вначале я покажу вам, как приготовить осьминога в собственном соку так, чтобы он получился вкусным и нежным. А на следующих страницах вы найдете 3 рецепта, как довести его до ума. Если ваш знакомый рыбороторговец обычно не продает осьминогов, попросите его их заказать. Я думаю, он с удовольствием это сделает.

оливковое масло  
1 головка чеснока,  
очистить и измельчить  
1 свежий красный перчик чили  
3–4 стебля петрушки, измельчить

кожура 1 лимона, нарезать на полоски  
1 осьминог весом 1,5 кг  
морская соль и свежемолотый черный  
перец

Поставьте на огонь большую кастрюлю. Влейте в нее 7 столовых ложек оливкового масла, положите чеснок, чили, петрушку и полоски лимонной кожуры. Обжарьте на медленном огне пару минут, стараясь не упустить момента, когда чеснок становится уже коричневым, и уложите в кастрюлю целого осьминога. Слегка встряхните, накройте крышкой и готовьте на медленном огне 15–20 минут, в зависимости от размера осьминога. За это время он станет очень мягким и выделит много жидкости (практически это натуральный и очень насыщенный ароматный бульон). Чтобы проверить готовность, проткните мясо вилкой. Если это сделать легко, осьминог готов. Если нет — готовьте его еще некоторое время. Итак, у вас есть базовый рецепт и приготовленный по этому рецепту осьминог. Начало положено.

В Италии обычно просто режут осьминога на ломтики и вот так вот прямо и едят, приправив солью, перцем и сбрызнув оливковым маслом. Но вы можете, если хотите, сначала избавиться от кожи и коричневого мяса внутри головы, удалить клюв и глаза — и уже потом нарезать. Все это сделать несложно, я готовлю осьминога именно таким образом каждый раз, вне зависимости от того, какое блюдо получится в завершение. Теперь переверните страницу и посмотрите, что еще с ним можно сделать.









## polpo in brodo *Осьминог в бульоне*

6 порций

1 осьминог, приготовленный  
по рецепту на стр. 180  
горсть мидий, очистить, промыть  
горсть моллюсков (clams), очистить  
соль и свежемолотый черный перец

3–4 веточки зелени фенхеля, измельчить  
небольшой пучок плосколистной  
петрушки, только листья, измельчить  
оливковое масло extra virgin

Как только осьминог будет готов, добавьте в кастрюлю мидии и моллюсков. Готовьте несколько минут до тех пор, пока створки раковин не откроются (неоткрывшиеся можно смело выбросить). Выключите огонь. Положите осьминога на разделочную доску, удалите кожу и присоски, коричневое мясо из головы, клюв и глаза. Нарежьте голову. Щупальца нарежьте наискосок на кусочки. Бульон, оставшийся в кастрюле, приправьте по вкусу солью и перцем, разлейте по 6 мискам. Положите в миски кусочки осьминога, моллюски и мидии. Посыпьте зеленью фенхеля и петрушкой, сбрызните маслом. P.S. Очень здорово будет добавить еще и белой фасоли.

## spiedini di polpo *Кебабы из осьминога*

6 порций

1 осьминог, приготовленный  
по рецепту на стр. 180  
сок одного лимона

1 свежий красный перчик чили  
небольшая горсть измельченных листьев  
петрушки

Положите осьминога на разделочную доску, отсеките щупальца. Удалите коричневое мясо из головы, клюв и глаза. Голову нарежьте. Из щупальцев и мяса сверните небольшие рулетики — их надо сразу же нанизать на деревянные шампуры, вымоченные в воде. Обжарьте на барбекю. Когда будете переворачивать кебабы, сбрызните их лимонным соком. Подавайте, посыпав чили и петрушкой.

## insalata di polpo *Салат из осьминога*

6 порций

1 осьминог, приготовленный  
по рецепту на стр. 180  
горсть мидий, очистить, тщательно  
промыть  
небольшая горсть нарезанных листьев  
петрушки  
2 морковки, очистить, нарезать тонкой  
соломкой

2 стебля сельдерея, нарезать тонкой  
соломкой  
½ луковицы фенхеля, нарезать соломкой,  
зелень сохранить  
оливковое масло  
качественный уксус с травами

Когда осьминог будет почти готов, добавьте мидий и готовьте, пока раковины не откроются. Выключите плиту. Петрушку смешайте с овощами. У осьминога удалите кожу и присоски, коричневое мясо из головы, клюв и глаза. Нарежьте голову. Щупальца нарежьте наискосок. Выньте мидий из раковин, перемешайте с кусочками осьминога и овощами. Влейте немного масла, уксуса и бульона, в котором готовился осьминог. Приправьте, посыпьте нарезанной зеленью фенхеля.











## sogliola in tre modi

4 порции

### *Рыба соль, запеченная тремя способами*

Рыба соль запекается просто отлично, а еще лучше — с копченной панчеттой и розмарином или с помидорами и бальзамическим уксусом. Если приготовить рыбу соль с этими ингредиентами, уложив на подушку из картофеля, то простое в общем-то блюдо переходит в совершенно другое вкусовое измерение. Выглядит оно фантастически и, что самое главное, может становиться разным каждую неделю — нужно только менять наполнители. Рыбу соль, которая попадалась мне в Италии, обычно готовили целиком и подавали на стол как есть.

**P.S.** На картинке видно, что я использовал три моих любимых наполнителя. Все, что вам нужно сделать, — решить, какой из них вы будете использовать сегодня. Количество, которое я привожу в рецепте, будет достаточно на четыре рыбины.

8 картофелин среднего размера,  
очистить  
оливковое масло  
горсть свежего розмарина,  
только листья  
горсть маслин с косточками  
морская соль и свежемолотый черный  
перец  
4 рыбы соль  
оливковое масло extra virgin  
сок 1 лимона  
горсть руколы

*наполнители на выбор:*

4 зрелых помидора, нарезать на ломтики  
8 филе анчоусов, нарезать полосками  
или  
12 ломтиков панчетты,  
нарезать на кусочки  
4 веточки свежего розмарина,  
только листья  
или  
20 красных и желтых помидоров черри,  
удалить семена, крупно нарезать  
4 веточки свежего базилика, только  
листья, слегка порвать руками

Разогрейте духовку до 200 °C, выберите форму для выпекания такого размера, чтобы рыбины свободно в нее поместились.

Нарежьте картофель ломтиками толщиной 1 см, перемешайте с небольшим количеством масла, добавьте розмарин, маслины, соль и перец, выложите на дно формы тонким слоем. Накройте двойным слоем фольги и запекайте в духовке 20 минут, пока картофель слегка не размягчится. Уберите фольгу, поставьте форму в духовку еще на 10 минут.

Смажьте рыбу маслом, посолите, поперчите. Достаньте форму из духовки, уложите рыбу на горячий картофель. Разбросайте ингредиенты наполнителя поверх рыбы. Сбрызните маслом. Поместите снова в духовку на 15–20 минут. За это время рыба пропечется и подрумянится снаружи.

Подавая к столу, украсьте рыбу листьями руколы, заправленными маслом и лимонным соком, или просто подайте зеленый салат в качестве гарнира. Рядом уложите ломтики лимона.



## calamari in padella con limone e pangrattato

*Обжаренный на сковороде кальмар  
с лимонами и панграттатой*

4 порции в качестве закуски  
или 2 как основное блюдо

Я натолкнулся на похожий рецепт в одной старой итальянской поваренной книге. Кальмар становится немного похожим на традиционные fish&chips из-за интересного контраста мягкого мяса и хрустящей панграттаты, напоминающей кляр. Если у вас есть немного хорошего, но черствого хлеба, он как раз пригодится для приготовления панграттаты.

оливковое масло

1—2 свежих красных перчика чили,  
наколоть

6 зубчиков чеснока, неочищенных,  
слегка размять

2 большие горсти хлебных крошек

морская соль и свежемолотый черный  
перец

4 молодых кальмара, очистить

(«крылья» и щупальца не трогать)

½ лимона, нарезать очень тонкими  
ломтиками

горсть плосколистной петрушки,  
только листья

В большую сковороду с толстым дном влейте 6 столовых ложек масла. Положите стручки чили, чеснок и крошки. Помешайте минуты две, до тех пор, пока крошки не станут хрустящими и не приобретут золотистый оттенок. Посолите, поперчите и выложите их на бумажное полотенце.

Протрите сковороду салфеткой, влейте еще масла и снова поставьте ее на огонь. Приправьте кальмара солью и перцем, уложите на дно сковороды вместе с ломтиками лимона. Если все не помещается в один слой, готовьте в два приема. Обжарьте в течение 1 минуты, переверните и обжарьте с другой стороны. Лимоны обжариваются быстрее, чем кальмар, внимательно следите за тем, чтобы они не подгорели. Если вы готовите совсем мелких кальмаров, они будут готовы одновременно с лимонами. Но большие будут готовиться дольше — будьте внимательны. Лимоны должны быть такого цвета, как на фотографии. Снимите сковороду с плиты, разложите кальмаров и ломтики лимона по тарелкам. Сверху присыпьте панграттатой и измельченной петрушкой. Подать это блюдо можно с листьями руколы и бокалом холодного белого вина.





# pesce alla griglia

## Рыба на гриле

Однажды ночью в Палермо я жарил рыбу на гриле вместе с «гриль-мастером» ночного рынка П Borgo. Чтобы было понятно, это не самое безопасное место для ночных прогулок. Очень анархическое место: двенадцатилетние водители — за рулем раздолбанных в хлам машин, а шестилетние — на скутерах, часто с двухлетними пассажирами! В ту ночь я был свидетелем того, как одна мамаша, вместе со своей дочерью и бабушкой, отделявала своего зятя за измену — при бурном восторге окружающих! Место это ни на что не похоже и по праву может считаться сердцем стрит-фуда на Сицилии.

А вот как на П Borgo готовят рыбу: вы покупаете ее на одном из прилавков — ассортимент обычно очень хороший и рыба наисвежайшая, — затем платите «гриль-мастеру» 2 евро, и он готовит ее с солью и оливковым маслом. Пока рыба готовится, вы покупаете что-нибудь выпить. Потом вы начинаете есть рыбу, опять же далеко не уходя. И после всего этого вы не уходите, а продолжаете стоять, наблюдая, что творится вокруг. Так можно узнать много нового. Я, например, узнал, как еще можно приправить рыбу. Использовать можно как сухие, так и свежие приправы, ароматизированную соль и масло, которыми рыбу или натирают, или смазывают, или сбрызгивают. Если такую рыбу запечь на гриле, аромат ее будет действительно что надо! Я люблю использовать розмарин, тимьян, лавровый лист и орегано или смесь всего этого, люблю связать веточки бечевкой и при помощи такой вот кисточки смазывать рыбу маслом. Местные, кстати, в основном готовят рыбу как есть и редко чем-нибудь ее приправляют. И хотя они не любят пробовать что-то новое, я добился, чтобы они взяли по кусочку приправленной рыбы. И они сказали, что вкус ее был просто запредельным!

Попробуйте сделать, например, курицу с *salmogrillio* или свинину с апельсиново-розмариновой солью (см. оба рецепта на стр. 194).

Моя любимая свежая зелень — фенхель. Но петрушка, базилик и мята, если их мелко нарезать, смешать и нафаршировать ими рыбу, придадут ей просто удивительный аромат! Эти четыре упомянутые травы обладают очень мягким характером, и нужно просто я не знаю что сделать, чтобы перенасытить ими рыбу. А креветки и красная кефаль, приправленные розмариново-апельсиновой солью, это тоже, знаете, нечто.

## Что я думаю о барбекю

Если вы думаете, какое именно барбекю нужно приобрести, то не ошибетесь, если купите тяжелое, и чтобы решетка была с толстыми прутьями. Я лично использую только Caribbean Cookers ([www.caribbeancookers.com](http://www.caribbeancookers.com)) — они не дешевые, но вы, если купите, никогда не пожалеете. Думаю, что и через двадцать лет использования они будут также хорошо работать, а выглядеть даже лучше.



## Как зажечь огонь

Когда будете наводить порядок в саду, не выбрасывайте мелкие сухие веточки. Сложите их в гараж или под навес, чтобы они просохли окончательно — тогда они будут загораться как спички! По моему мнению, специальные жидкости для разведения огня испускают отвратительный запах (и кроме того, один мой друг, например, раз по невнимательности и сам загорелся, брызгая какой-то бензиновой ерундой на огонь). Веточки, деревяшки, старая газета и уголь — вполне достаточно для того, чтобы создать правильный огонь.

Убедитесь, что барбекю очищено от мусора, что открыты вентиляционные отверстия снизу. Положите в него скомканную газету, сверху накидайте хвороста, но так, чтобы снизу был приток воздуха. Затем положите несколько угольков, бумагу и опять хворост. Сложите горку высотой сантиметров тридцать и подожгите ее у основания со всех сторон. Возьмите какую-нибудь картонку формата примерно А5 и используйте ее как веер, раздувая огонь.

Через 10 минут огонь уже будет весело полыхать, но вы все равно продолжайте размахивать веером. Уголь должен слегка побелеть — это значит, что он достаточно нагрелся. Тогда можно подсыпать еще немного угля, столько, чтобы не загасить случайно огонь. Когда угля будет достаточно, слегка сдвиньте его горкой так, чтобы с одной стороны он практически касался решетки гриля. Дождитесь, пока уголь не побелеет, а огонь совсем не потухнет. Процесс займет от 30 минут до часа — в зависимости от того, какого размера кусочки угля. У моего друга есть старое нерабочее барбекю, он называет его «горячей коробкой». Туда он складывает горячие угли, когда готовит для большого количества людей, и периодически добавляет их в другое барбекю, в то, на котором готовит.

## О том, как готовить рыбу на гриле

Купите несколько сортов белой рыбы — треску, морского окуня, камбалу или тюрбо, вся эта рыба подходит для гриля. А еще — красная кефаль или морской лещ. Кальмары и небольшие сардины тоже очень вкусны! Не надо бояться готовить рыбу на гриле! Главное — купить свежую рыбу и не пережарить ее. Я могу дать несколько советов, но в конечном итоге все будет зависеть от того, какое у вас барбекю и какой температуры угли.

Прежде чем начать, смажьте прутья решетки маслом. А в Италии делают так: рыбу приправляют и дают ей полежать минут пятнадцать — соль вытягивает много жидкости, и рыба не прилипает. Очень умно.

Если вы купили рыбу разных сортов и размеров, — имейте в виду, она будет готовиться по-разному. Крупная рыба на кости потребует дополнительно полчаса для того, чтобы «дойти». Ее нужно просто отодвинуть в сторону от углей. Но что-то маленькое, например, филе красной кефали, приготовится мгновенно. Разложите рыбу на решетке так, чтобы та, которая готовится дольше, была с одного края решетки, а остальная — с другого. Заранее подготовьте приправы и положите их рядом с барбекю. *(продолжение на стр. 194)*









На горячем барбекю филе толщиной 1 см готовится буквально пару минут с каждой стороны. Если филе в 2 раза толще, готовить его, очевидно, надо в 2 раза дольше. Кроме того, для контроля можно всегда поддеть филе ножом, в самом толстом месте. Если вы готовите целую рыбу, начать нужно при очень горячей температуре и потом отложить ее в сторону на некоторое время. Если мясо легко отделяется от кости, то рыба готова. Креветки и гребешки всегда получаются очень вкусными, их можно предварительно нанизать на шпажки. Я обычно использую разные приправы для каждого вида рыбы, чтобы каждая имела свой особенный вкус.

Когда рыба приготовится, сбрызните ее оливковым маслом и свежесжатым лимонным соком и выложите на блюдо, стоящее в центре стола. Рядом поставьте несколько мисочек с водой и кусочками лимона — это для рук.

### *Salmoriglio (соус с майораном)*

Положите 2 горсти свежих листьев майорана или орегано в ступку и разомните в пасту. Как следует приправьте оливковым маслом. Влейте немного лимонного сока, попробуйте, приправьте солью и перцем. Если захотите добавить еще лимонного сока, пожалуйста. Такое масло для готовки рыбы незаменимо. Им можно смазать рыбу до гриля или сразу после. Особенно хорошо подходит к тунцу или рыбе-меч. А еще попробуйте его с курицей или белым мясом.

### *Розмариново-апельсиновая соль*

Эту ароматную соль вы должны обязательно попробовать — даже не представляете, насколько это вкусно. Только купите настоящую морскую соль, а не столовую. Сицилийцы любят обильно солить. Предлагаю вам просто взять рыбу, натереть ее солью, смазать оливковым маслом и запечь на гриле. Такой солью можно приправить свинину, а также салат из свежих помидоров с базиликом. И еще она хорошо пойдет с обжаренными на сковороде креветками.

2 веточки свежего розмарина,  
только листья  
цедра 1 апельсина

цедра 1 лимона  
100 г размолотой морской соли

В ступке или в блендере измельчите листья розмарина до состояния пасты. Мелко натрите цедру лимона и апельсина, добавьте ее к розмарину. Добавьте соль и размешайте ее рукой. Выложите полученную смесь на противень, она будет вначале немного сырая, но когда высохнет — станет тверже. Такую соль можно использовать сразу же или дать ей просохнуть в течение 5–6 часов, а потом перетереть руками. Хранить ее можно в течение месяца, а если в герметичном контейнере, то и того больше.









## pesce spada alla griglia con la salsa di giovanna

4 порции

*Рыба-меч на гриле с salsa di Giovanna*

Анна Таска Ланза — управляющая поместьем Регалеали на Сицилии и один из самых известных кулинаров в Италии. Соус Giovanna — одна из основ ее кухни. Анна использует его с рыбой — и это фантастически хорошо, особенно с тунцом, рыбой-меч и акулой. Он также здорово подойдет к обжаренным кальмарам или креветкам. Честно говоря, если вы перед запеканием обмажете курицу соусом giovanna с головы до ног — вам тоже будет чем гордиться.

сок 1 лимона  
оливковое масло extra virgin  
морская соль и свежемолотый черный перец  
3 зубчика чеснока, очистить и нарезать на тонкие ломтики

веточка свежей мяты, только листья, слегка измельчить  
веточка свежего орегано, только листья, слегка измельчить  
4 ломтика филе рыбы-меч или тунца толщиной 1 см

Выдавите сок лимона в миску, добавьте в 3 раза больше по объему масла, приправьте солью и перцем. Смешайте с чесноком, мятой и орегано.

Раскалите сковороду-гриль или обычную сковороду. Приправьте рыбу солью и перцем, поместите в сковороду и обжарьте с обеих сторон, примерно по 1 минуте; рыба в середине останется розоватой. Но если так вам не нравится, готовьте ее немного дольше. Разложите рыбу по тарелкам, полейте соусом.





Рынок Тгарані на Сицилии —  
знаменит тунцом и сардинами



# pesce intero al forno in crosta di sale

6–8 порций

## Цельная рыба, запеченная в соли

На юге Италии часто готовят рыбу целиком, и особенно любят запечь ее в соли. Любую цельную рыбу можно запечь в соли, но вначале ее надо выпотрошить и очистить. Удостоверьтесь в том, что соль не попадает в полость рыбы и под кожу. И самое главное: соль в данном случае используется не как приправа, она помогает при запекании. Происходит вот что: в духовке соль превращается в плотную корку, в то время как мясо рыбы предохраняется от пересыхания. И рыба получается очень сочной, насыщенной ароматами.

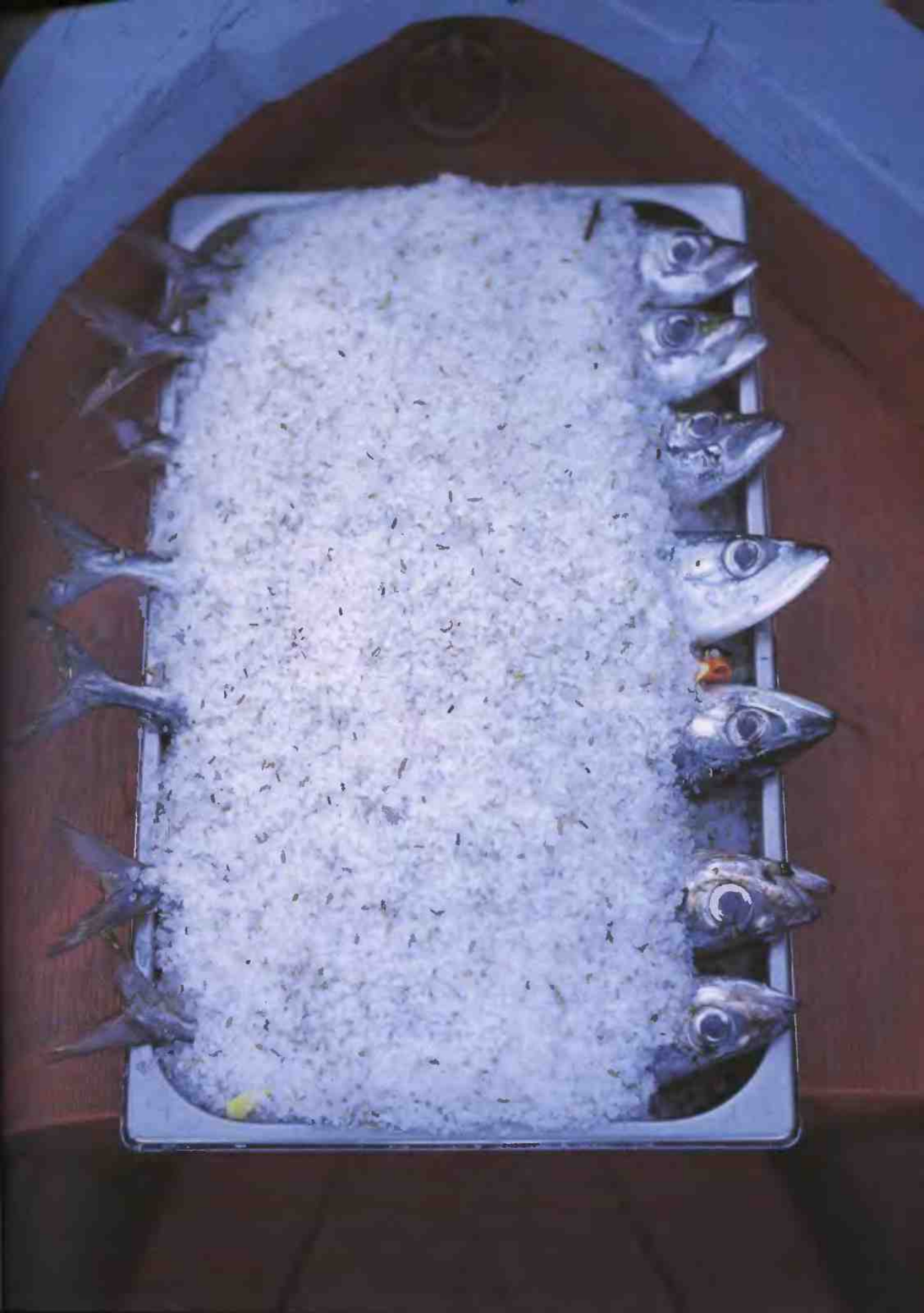
Базовый метод запекания в соли предполагает добавление небольшого количества воды и дальнейшее обмазывание рыбы тем, что получилось. Если вы собираетесь готовить небольшого леща, кефаль или сардины, слой соли должен быть толщиной 1 см, а для большой рыбины, килограмма на три (сибаса, например) слой соли должен быть порядка 3 см. Я решил добавить в соль яйцо, чтобы «футляр», в котором запекается рыба, стал очень плотным и твердым. Я также добавляю семена фенхеля вместе с лимонной и апельсиновой цедрой, чтобы рыба, помимо прочего, приобрела легкий цитрусовый аромат.

рыба весом 2 кг, очищенная  
и выпотрошенная  
несколько веточек свежей зелени  
(базилика, петрушки, зелени  
фенхеля)  
2 лимона, один — нарезать на ломтики,  
другой — очистить от кожуры

3 кг грубой морской соли (на каждый  
килограмм рыбы требуется 1,5 кг соли)  
цедра 1 апельсина  
1 яйцо, взбить  
горсть семян фенхеля  
оливковое масло

Разогрейте духовку до 220 °С. Нафаршируйте рыбу смесью трав и ломтиками лимона. Перемешайте соль с апельсиновой и лимонной цедрой, яйцом и семенами фенхеля. Влейте немного воды и перемешайте. Смесью должна быть похожа на мокрый песок. Насыпьте соль слоем 1 см в форму для запекания, удостоверьтесь, что для каждой рыбины ее хватает. Смажьте рыбу маслом, положите в форму. Оставшуюся соль насыпьте сверху, прижмите ладонями. Хвосты и головы покрывать не обязательно.

Запекайте рыбу в духовке 20–40 минут. Продолжительность запекания зависит от толщины солевого слоя, от вашей духовки, от сорта и размера рыбы. Просчитать время приготовления на 100 процентов точно — довольно сложно. Поэтому придется пробовать. Проткните самую толстую часть рыбы вилкой, подержите ее там 10 секунд, затем очень быстро вытащите вилку и приложите к губе. Если вилка теплая — рыба готова, если нет, нужно еще подождать. Если вы и сейчас не уверены, разгребите соль и проверьте, хорошо ли отстает мясо от кости. Если нет, снова отправьте рыбу в духовку. На стол подавайте прямо в форме, как есть. Разломите солевой слой так, чтобы гости стали свидетелями этого действия (и приготовьте отдельную емкость, куда вы будете складывать соль).









# le migliori polpette di tonno

4 порции

## Лучшие фрикадельки из тунца

Все мои знакомые обожают фрикадельки. Так что я решил написать рецепт, который будет немного отличаться от всего, к чему мы привыкли. Я видел, как готовили что-то похожее на Сицилии из смеси рыбы-меч и тунца — конечно, свежего тунца, не консервированного. Я советую поступать так же — готовить эти фрикадельки из свежей рыбы, приправлять ароматной зеленью и приправами.

для томатного соуса:

оливковое масло

1 небольшая луковица,

очистить и измельчить

4 зубчика чеснока,

очистить и измельчить

1 чайная ложка сухого орегано

2 банки (800 г) консервированных  
сливовидных томатов в собственном  
соку

морская соль и свежемолотый черный  
перец

красный винный уксус

небольшой пучок плосколистной  
петрушки, только листья,  
слегка измельчить

для фрикаделек:

400 г тунца

оливковое масло

50 г кедровых орешков

1 чайная ложка (без горки) молотой  
корицы

морская соль и свежемолотый черный  
перец

1 чайная ложка сухого орегано

горсть плосколистной петрушки,  
измельчить

100 г хлебных крошек (из черствого  
хлеба)

50 г свеженатертого пармезана

2 яйца

цедра и сок 1 лимона

Вначале приготовьте соус. Поставьте на огонь сковороду, влейте масла, положите лук, чеснок и обжаривайте их на медленном огне 10 минут. Добавьте орегано, помидоры, соль и перец. Варите 15 минут, затем измельчите в блендере. Попробуйте — может быть, надо добавить немного уксуса, соли и перца.

Пока соус готовится, нарежьте тунца на кусочки размером 2,5 см. В большую сковороду влейте 2 столовые ложки масла и поставьте ее на плиту. Положите тунца вместе с орешками и корицей, приправьте солью и перцем. Слегка обжарьте, снимите с огня и переложите в отдельную миску. Дайте остыть 5 минут. Добавьте орегано, петрушку, крошки, пармезан, яйцо, лимонную цедру и сок. Тщательно перемешайте руками, после чего скатайте шарики размером чуть меньше мячика для гольфа. Если вы смочите одну руку водой, снаружи шарик получится очень гладким. Если смесь слишком липкая — добавьте еще немного крошек, если сухая — еще одно яйцо. Старайтесь сделать так, чтобы все фрикадельки получились одного размера. Выложите их на смазанный растительным маслом поднос и поставьте на час в холодильник.

Поставьте на огонь сковороду, в которой готовился тунец, влейте немного оливкового масла и слегка обжарьте фрикадельки со всех сторон. Добавьте томатный соус, разложите фрикадельки по тарелкам, посыпьте петрушкой и полейте оливковым маслом. Подавайте со спагетти или лингвини.

# tonno di nonna fangitta

4 порции

*Тунец от Нонны Фангитты*

Милая леди по имени Нонна Фангитта приготовила как-то это неопишемое блюдо, когда я пребывал на острове Фавиньяна, неподалеку от Сицилии. Оно настолько вкусное! А если вдруг почему-то съели не всё — остатки можно использовать на следующий день, добавив их в пасту или в салат. Лучше купить один большой кусок тунца вместо нескольких маленьких.

1 кг помидоров (красных, желтых  
и оранжевых, если сможете достать)  
400 г филе свежего тунца, одним  
куском  
3 зубчика чеснока, очистить  
и измельчить  
2 веточки свежего розмарина  
1 свежий красный перчик чили,  
удалить семена, измельчить,  
или 1 сухой перчик чили,  
раскрошить  
оливковое масло

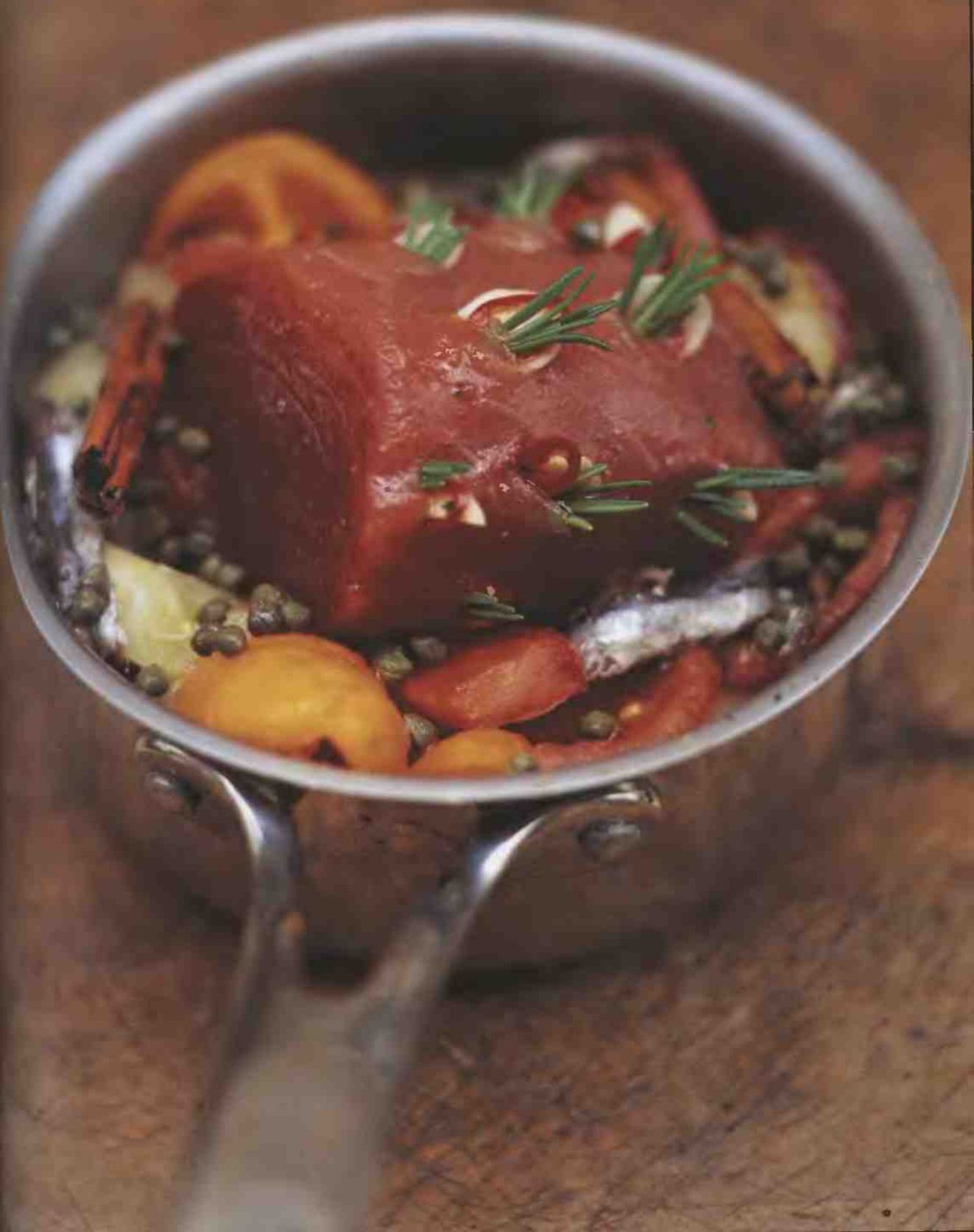
небольшая горсть каперсов, промыть  
6 филе анчоусов  
1 чайная ложка с горкой сухого орегано  
1 палочка корицы  
1 банка (400 г) консервированных  
сливовидных томатов в собственном  
соку  
морская соль и свежемолотый черный  
перец  
при желании: небольшая горсть  
плосколистной петрушки, слегка  
измельчить

Подберите подходящую по размеру жаропрочную форму — очень важно не использовать слишком большую емкость, чтобы тунец не пересох, а тушился в соусе. Поставьте форму на плиту, влейте в нее чайник кипящей воды. Опустите помидоры в кипяток на 40 секунд, после чего воду слейте. Выложите помидоры в емкость с холодной водой на 30 секунд, затем отложите их на время, прежде чем очистить от кожицы и семян. В это время сделайте в куске тунца, с одной стороны, 8–9 неглубоких надрезов под углом. В надрезы вложите (как показано на картинке) ломтик чеснока, веточку розмарина и немного чили (оставшийся чеснок, розмарин и чили добавьте в томатный соус.)

Поставьте форму снова на плиту, влейте немного оливкового масла. Положите оставшийся чеснок, чили и розмарин вместе с каперсами, анчоусами, орегано и палочкой корицы. Готовьте на медленном огне до тех пор, пока чеснок не размягчится. Добавьте свежие и консервированные помидоры, доведите до кипения, убавьте огонь до минимума. Слегка разомните помидоры деревянной ложкой, после чего приправьте соус солью и перцем. Аккуратно погрузите рыбу в соус так, чтобы она оказалась полностью покрыта. Накройте крышкой, но не очень плотно, и — на плиту, на медленный огонь, минут на 25 (в зависимости от толщины куска тунца). Пока тунец тушится, можно приподнять крышку и поддеть его вилкой, чтобы проверить готовность.

Когда будет готово, снимите форму с огня, дайте остыть немного, но крышку пока не открывайте. В Италии это блюдо подают как основное, сбрызнув маслом и присыпав петрушкой. Но его можно также подать на кростини. Мне вот нравится просто поставить форму в центр стола, рядом с корзинкой свежего хлеба.









## couscous con pesce di nonna giusy

4 порции

### *Рыба с кускусом от Nonna Giusy*

Когда я был на острове Мареттимо, узнал, что он знаменит особенными блюдами из кускуса и что связано это с африканским влиянием. Там я познакомился с одним парнем, который посоветовал попробовать кухню Nonna (это, я так понимаю, его бабушка) Giusy. Она делала кускус сама, перетирая грубую мающую крупу в миске и понемногу добавляя воду, пока она не приобретала консистенцию грубых крошек. Но я не уверен в возможности найти подобную крупу где-то за пределами Италии. Так что я рекомендую просто купить качественный кускус.

Таким вот образом женщины острова Мареттимо готовят то, что их мужчины каждый день добывают в море. Когда они видят, что лодки возвращаются к берегу, то ставят кускус на пар. Когда приходит время готовить рыбу, кускус уже готов. Очень интересный метод и чертовски вкусные блюда! В доме Nonna я провел 3 часа, наблюдая, как она готовит. И от души могу сказать теперь: «Спасибо, Nonna!» (А еще она готовит запредельную лимончеллу, это такой ликер.)

#### *для кускуса:*

1 небольшая луковица, очистить  
½ головки чеснока  
горсть свежей петрушки, измельчить  
400 г натурального кускуса

#### *для рыбы:*

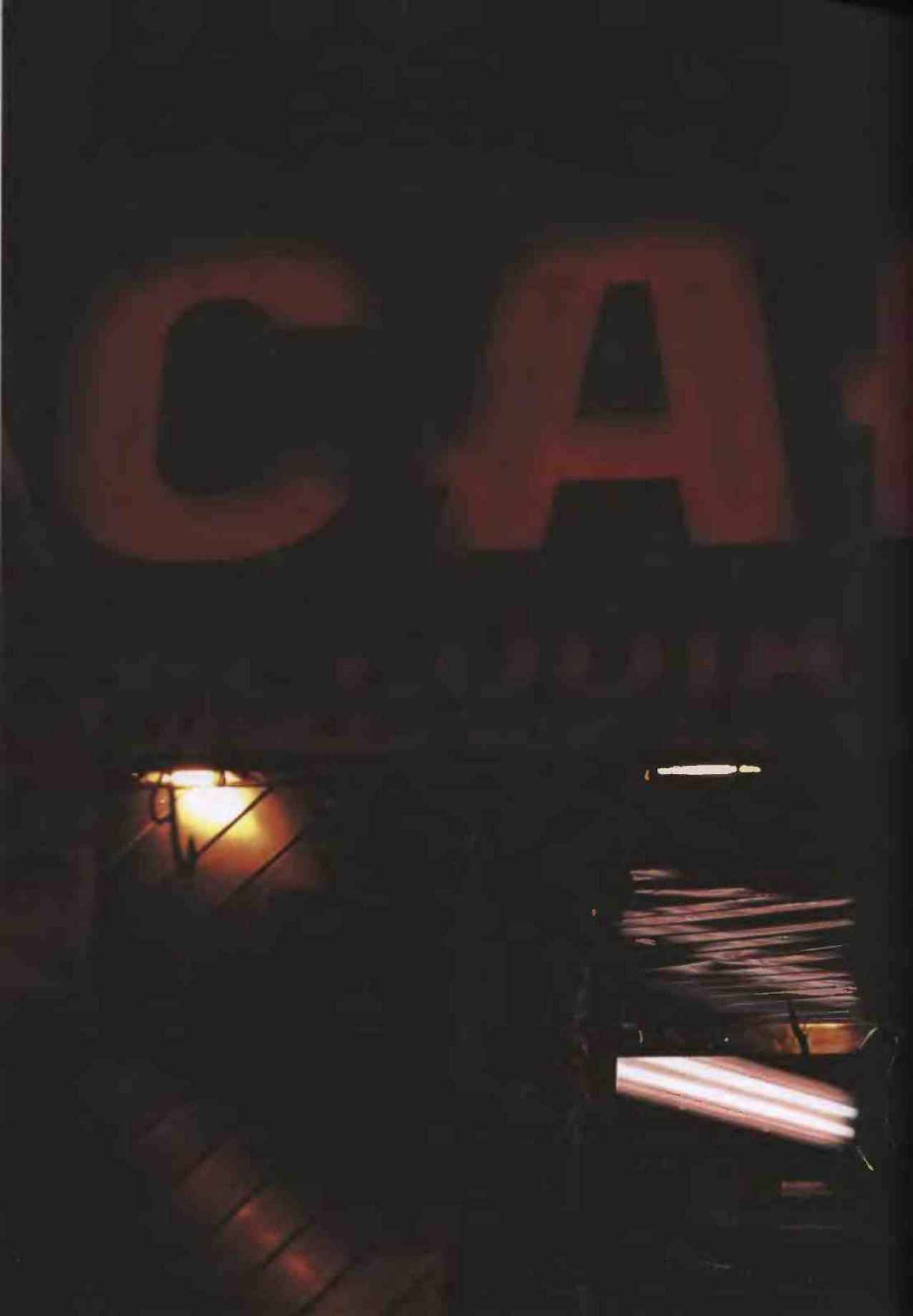
оливковое масло  
1 крупная белая луковица,  
очистить и нарезать ломтиками

4 зубчика чеснока, очистить и нарезать  
на ломтики  
½ сушеного перчика чили, растереть  
2 красной кефали или леща, каждый  
по 300–400 г, потрошеного и очищенного  
2 банки (1400 г) пассаты  
(протертой мякоти томатов)  
морская соль и свежемолотый черный  
перец  
горсть свежей петрушки, измельчить

Приготовьте кускус. Измельчите лук, чесночки и петрушку в блендере. Перемешайте с кускусом, поместите в пароварку или в дуршлаг, поставленный над кастрюлей с кипящей водой, и готовьте на пару в течение получаса. Переложите на блюдо.

Тем временем поставьте сковороду на медленный огонь. Влейте немного масла, положите нарезанный лук и чеснок, затем чили и готовьте 5 минут. Уложите рыбу, влейте пассату и такое же количество воды. Рыба должна быть полностью покрыта соусом. Приправьте солью и перцем и готовьте на медленном огне в течение 20 минут. Снимите с огня и аккуратно переложите рыбу на блюдо, затем перелейте половину соуса в миску с кускусом и перемешайте. Nonna в этот момент накрывает кускус полотенцем, чтобы он оставался теплым и впитал весь соус. Можете сделать так же, а можете просто накрыть миску фольгой и поместить ее в теплую духовку, разогретую до 80 °C, на 30 минут.

Отделите рыбное филе от костей, переложите его в отдельное блюдо. Залейте филе оставшимся соусом, присыпьте петрушкой и подавайте вместе с кускусом. Пусть каждый положит себе в тарелку столько, сколько душа пожелает.







# Мясо

Я — в высшей степени в курсе, что картинка напротив выглядит отвратительно. И я сначала объясню, почему решил использовать ее в этой книге и почему вообще эта глава содержит такие вот фотографии. То, что вы видите — самая что ни на есть нормальная картина для Италии. Когда начинаешь говорить с итальянцами о мясе, они часто рассказывают, где и как животное росло, какими замечательными травами или орехами питалось и как за ним хорошо ухаживали. И все это вам говорится еще до того, как будет решено животное забить. Даже дети в Италии понимают, что животных держат не в качестве домашних любимцев, а именно для того, чтобы потом съесть. Итальянцы относятся к животным очень гуманно, даже, я бы сказал, с уважением, несмотря на факт, что рано или поздно их все равно употребят в пищу; и мне такое отношение нравится.

Для меня было очень важно поместить такую фотографию в книгу, потому что это честное отражение того, что я видел в Италии. И еще потому, что в Великобритании многие мясоеды закрывают глаза на такие неприглядные вещи. Большинство людей не хотят видеть мертвое животное, им достаточно абстрактного понимания того, какую часть туши они хотят купить. И многие производители мяса этим пользуются: раз не видят, значит, и не думают. Условия на фермах, где держат животных, не подходят для нормальной здоровой жизни и питания, поэтому их на протяжении всей жизни кормят антибиотиками. Но зато вы можете купить аппетитный кусок мяса или куриный окорочок в красивой упаковке, и ваши дети никогда не догадаются, откуда это мясо взялось. У этого мяса красивая упаковка, при этом в него закачали кучу добавок и красителей. Этим и объясняется тот факт, что в Британии год от года падает продолжительность жизни. Ну что? Вы шокированы?

Итальянский фермер на этом снимке зарабатывает меньше, чем средний британец получает в качестве государственного пособия, однако мясо, которое он ест, подают к столу разве что в королевском дворце. По продолжительности жизни Италия стоит на третьем месте после Японии и Исландии. Как так получается? Дело, думаю, в том, как итальянцы относятся к окружающему миру, в том числе — к земле и ко всему, что на ней растет, в том числе к животным. Именно это ответственное, честное отношение позволяет итальянцам выбрать правильную диету и в итоге — правильную жизнь.

Я думаю, что теперь вы иначе взглянете на представленные фотографии. Если после этого вы все равно решите остаться вегетарианцем, — я отнесусь к этому с уважением. Но если у вас появится желание есть качественное, здоровое мясо, — я зауважаю вас вдвойне! В конце концов, мы — последнее звено пищевой цепи, после всех. Но, пожалуйста, перестаньте поддерживать негодяев, которые производят дешевую безвкусную еду, это намного менее естественно, чем вы можете себе представить. Посетите мой сайт по адресу: [www.jamieoliver.com](http://www.jamieoliver.com) и зайдите по ссылке на The Meatix. Это очень короткий фильм, но он несет в себе много смысла. Покажите его своим детям. И в следующий раз, покупая мясо, обратите внимание на то, что именно вы покупаете.







## Знаменитое охотничье жаркое с перцем

Старое, очень мощное тосканское блюдо. Пусть вас не смущает количество чеснока и перца, peroso не острее какого-нибудь сдержанного карри, зато запах у него — фантастический. Попробуйте приготовить мясо в течение ночи, в теплой духовке, утром оно будет буквально таять во рту. Это блюдо еще иногда называют «завтрак охотника», и в самом деле, на утро после охоты так позавтракать, должно быть, хорошо. А если подать его на брускетте (как показано на картинке), то — будьте уверены, более энергичной брускетты в природе не существует!

Я видел, как готовили это блюдо, а потом нарезали мясо вместе с костью — немного похоже на оссо букко. Нарезка через кость — вещь непростая, не каждый мясник для вас это сделает. Можно и по-другому — просто кушить голень и дома толстыми кусками срезать с нее мясо. Но кость не выбрасывать, а поместить в духовку вместе с готовящимся peroso, результат будет почти тот же, что и с мясом на кости.

2,5 кг говяжьей или ягнячьей голени  
на кости  
20 зубчиков чеснока, очистить  
4 столовые ложки с горкой  
свежемолотого черного перца  
морская соль

5 веточек свежего розмарина  
2 бутылки кьянти или другого красного  
вина с фруктовым ароматом  
2 лавровых листа

Нарежьте мясо на толстые куски, отделите кость. Разогрейте духовку до 150 °C. Приготовьте глубокую жаропрочную форму, такую, в которую поместятся все составляющие блюда. На дно выложите слой нарезанного мяса, сверху разбросайте несколько зубчиков чеснока, присыпьте перцем и солью. Добавьте 1–2 веточки розмарина, повторите слои. Залейте вином, сверху положите кость и лавровые листья. Если мясо не полностью покрыто вином, влейте немного воды.

Доведите до кипения, накройте двойным слоем фольги, поместите в духовку на 6 часов или больше — мясо должно стать очень мягким. Если вы хотите приготовить его ночью (а именно так поступают многие итальянцы), включите духовку на 140 °C и запекайте 8 часов или даже больше. В итоге мясо должно легко распадаться на волокна. Фольгу тщательно заверните по краям, соки не должны так просто испаряться.

Когда мясо приготовится, снимите фольгу, аккуратно соберите жир с поверхности, удалите кость, лаврушку и ветки розмарина. Мясо должно получиться очень мягким, подливка — легкой, но очень насыщенной. Попробуйте, при желании добавьте соли и перца. Разделите мясо ложкой и подавайте на брускетте, предварительно сбавив оливковым маслом, — замечательный согревающий поздний завтрак для холодного зимнего утра. Или подайте мясо с отварной морковкой, картошкой и капустой каволо неро — обед получится совсем правильным. А еще в качестве гарнира хорошо подойдет полента, слегка приправленная хорошим оливковым маслом extra virgin.



## maiale alla griglia e arrosto

12 порций

*Свинина, запеченная на гриле и в духовке*

Когда я был в Альтамуре, в Пулин, вместе с компанией итальянских друзей, мы взяли этот волшебный кусок свиного филея, поджарили его на гриле, а потом еще и запекли. Замечательное блюдо для любой вечеринки — сначала гриль, по 15 минут на каждую сторону, потом просто поместить мясо в духовку и спокойно расслабляться в течение часа. Подать такое мясо можно и холодным, и горячим. Мой руководитель в River Cafe Роуз Грей приправляла свинину уксусом на травах и лавровым листом — замечательная комбинация, попробуйте при желании. Или вместо лаврушки возьмите розмарин. В Италии мы дополнили блюдо фенхелем, сушеным чили, солью и перцем. Я привожу рецепт из расчета на 12 человек, количество можно при желании уменьшить или увеличить. Готовить его очень просто, а если мясник поможет вам правильно подготовить мясо, то даже очень-очень просто. Попросите у него двухкилограммовый филей, без кости, очищенный от кожи и пленок.

2 столовые ложки с горкой семян  
фенхеля  
2–3 сушеных красных перчика чили  
2 кг свиного филея, подготовить  
(см. выше)  
оливковое масло

морская соль и свежемолотый черный  
перец  
10 столовых ложек красного винного  
уксуса  
пучок свежего розмарина,  
листья отделить

Вначале перетрите семена фенхеля и разотрите в ту же ступку сухой чили по вкусу. Выложите филей на разделочную доску, надрежьте крест-накрест. Натрите его маслом, присыпьте фенхелем с чили. Накройте мясо и уложите на противень, если оно только-только из холодильника — подождите, пока не нагреется до комнатной температуры, так лучше впитаются все ароматы специй.

За час до начала запекания разведите огонь в барбекю (см. заметки на стр. 191). Я советовал бы готовить именно на горячих углях, а не в духовке. Так мясо получится очень ароматным (а если все же выбрали запекание в духовке, времени вам понадобится примерно час двадцать). В любом случае приправьте мясо солью и перцем и поместите его на решетку гриля, прослойкой жира вниз. Растопленный жир будет капать на угли и провоцировать огонь, поэтому, думаю, вскоре мясо надо будет перевернуть. К этому времени решетка гриля уже будет достаточно промаслена, жир начнет подгорать, а ведь этого-то нам и надо! Обжаривайте мясо 10–15 минут, в зависимости от температуры углей, и продолжайте периодически его переворачивать.

Снимите мясо с решетки, выложите на противень и поставьте в духовку, разогретую до 200 °С. Через полчаса добавьте уксус и розмарин, пошевелите мясо так, чтобы оно приправилось со всех сторон, и готовьте еще 20 минут. Достаньте противень и отставьте на 10 минут. Нарезьте мясо на ломтики. Выделившимся при запекании соком можно будет приправить его сразу перед подачей. Такая свинина хорошо пойдет и на ужин, горячая или холодная, как хотите.







Разделка свиной туши в Тоскане.  
Мы сейчас будем ее запекать  
в дровяной печи.





# spiedini di salsiccia e manzo

4 порции

## Кебабы из колбасок и говядины

Простой и очень неожиданный итальянский кебаб. Говядину можно заменить на свинину, а панчетту на качественный копченый бекон. Но если вы решите найти замену потрясающим итальянским колбаскам, причем пойдете в сторону удешевления проекта, лучше даже и не беритесь за этот рецепт. Итальянские колбаски имеют довольно грубую текстуру и состоят из сырого и частично вяленого мяса. Если не сможете их приобрести, подойдут качественные колбаски Cumberland. Если попробуете колбаски слегка примять руками, вы обнаружите, что мясо немного выступает из них по краям. Не переживайте, так и надо. В качестве шампуров можно использовать деревянные палочки (предварительно вымочите их в воде) или металлические, или купите длинные ветки розмарина, или вот еще: по дороге домой посмотрите по сторонам — может быть, кусты розмарина растут в вашей округе.

Такие кебабы можно запечь или на барбекю, или еще проще — в духовке. Подать можно с большой тарелкой поленты. И если с полентой вы еще не знакомы, самое время познакомиться (см. стр. 269).

12 кубиков (со стороной 2,5 см)  
говяжьей или свиной вырезки  
4 крупные итальянские колбаски  
4 толстых ломтика панчетты или  
копченого бекона  
18 свежих листьев шалфея  
2 зубчика чеснока, очистить

1 лимон, цедру натереть, лимон  
разделить пополам  
оливковое масло extra virgin  
морская соль и свежемолотый черный  
перец  
4 длинные толстые ветки розмарина  
(или обыкновенные шампуры)

Сложите кусочки мяса в отдельную емкость. Возьмите колбаски и, аккуратно проворачивая в них мясо, разделите каждую на три части и добавьте их к мясу. Нарежьте панчетту или бекон на квадратные кусочки со стороной 2–3 см — у вас получится 4–5 кусочков с одного ломтика — и также положите их к мясу. Добавьте 12 листьев шалфея, отложите несколько штук для кебабов, а остальные перетрите в ступке с чесноком и лимонной цедрой. У вас должна получиться влажная паста. Влейте 4 столовые ложки оливкового масла и сок половины лимона. Тщательно перемешайте и заправьте этой смесью мясо. Хорошо бы оставить его мариноваться на час-другой в холодильнике, но если времени нет, то и не надо — сразу запекайте.

Разогрейте духовку до самой высокой температуры. Теперь можно приготовить spiedini. Если вы решили использовать ветки розмарина, удалите листья, оставив немного на самом кончике ветки. Зачистите веточки острием ножа, заострите кончики. Теперь все, что нужно сделать, — это насадить ингредиенты в таком порядке: панчетта, лист шалфея, кусочек колбаски, мясо. Повторите несколько раз, заканчивая панчеттой. Положите кебабы на смазанный маслом противень и поставьте в духовку. Сразу же снизьте температуру до 200 °C — так вы создадите для запекания самые лучшие условия. Готовьте 20 минут. Сбрызните оставшимся лимонным соком и подавайте на стол.









## salsicce con lenticchie verdi e salsa di pomodoro

4 порции

*Колбаски с зеленой чечевицей и томатной сальсой*

Итальянский эквивалент английских колбасок с картофельным пюре — запеченные колбаски с чечевицей di Castelluccio и пикантной красной сальсой, гениальная комбинация.

8 итальянских колбасок для жарки  
2–3 веточки свежего тимьяна  
500 г фиолетовой брокколи  
сок половины лимона  
оливковое масло extra virgin  
морская соль и свежемолотый черный перец

для «сальса росса»:  
оливковое масло  
небольшая красная луковица, очистить  
и мелко нарезать  
небольшая палочка корицы  
1–2 сушеного перчика чили,  
раскрошить

2–3 столовые ложки красного винного  
уксуса плюс еще немного для заправки  
2 банки (800 г) консервированных томатов  
в собственном соку

для чечевицы:  
400 г чечевицы Castelluccio или «Пюи»  
2 зубчика чеснока, очистить  
1 лавровый лист  
горсть плосколистной петрушки,  
листья нарезать, стебли сохранить  
красный винный или хересовый уксус  
небольшая горсть веточек тимьяна

Сначала — сальса. Влейте немного масла в сковороду, положите лук и чеснок, палочку корицы и хорошую щепотку чили. Обжаривайте на медленном огне 10 минут, пока лук не станет мягким. Теперь увеличьте температуру, влейте уксус — как пойдет пар, можете немного прокашляться. Добавьте нарезанные томаты и оставьте на полчаса на крошечном огне.

Поставьте на огонь кастрюлю с водой для брокколи. Разогрейте духовку до 200 °C. В отдельную кастрюлю насыпьте чечевицу, залейте ее водой, добавьте 2 зубчика чеснока, лавровый лист и связанные в пучок стебли петрушки. Варите на медленном огне 20 минут, удостоверьтесь, что чечевица полностью покрыта водой. Колбаски сбрызните маслом и положите на противень. Поставьте противень в духовку, запекайте 20–25 минут, пока они не подрумянятся. Опустите брокколи в кипящую воду на несколько минут, откиньте на дуршлаг, а затем перемешайте с лимонным соком и оливковым маслом.

Когда чечевица будет готова, удалите из воды стебли петрушки и лавровый лист, воду слейте. Разомните чеснок, перемешайте с чечевицей, заправьте 4 столовыми ложками оливкового масла и 1–2 ложками уксуса. Добавьте измельченные листья петрушки, приправьте и перемешайте.

Снимите колбаски с противня, вытопившийся жир слейте. Разложите чечевицу по тарелкам. Удалите палочку корицы из сальсы, добавьте соль и перец. Выложите сальсу поверх чечевицы, а сверху — по 2 колбаски. Посыпьте тимьяном и подавайте. Рядом поставьте миску с брокколи.

## pollo alla cacciatora

4 порции

*Курица, тушенная по-охотничьи*

Курица качиаторе, похоже, хорошо известна в Британии. Ее можно купить в виде полуфабриката в супермаркетах, в отделах итальянской кухни (честно говоря, ничего такого в этих полуфабрикатах нет). Но вот если приготовить это блюдо со всем старанием и любовью у себя дома, вы почувствуете разницу. Качиаторе значит «охотник». Должно быть, такое блюдо готовит жена охотника для своего усталого, но милого парня, когда он возвращается домой после целого дня в лесу. Отличное блюдо для больших сборищ и вечеринок, готовится в духовке, не требуя особого внимания. На картинке оно изображено в количестве, достаточном для двенадцати человек.

2 кг куриных окорочков  
или разделанная на части курица  
морская соль и свежемолотый черный  
перец  
8 лавровых листов  
2 веточки свежего розмарина  
3 зубчика чеснока, очистить,  
1 раздавить, 2 — тонко нарезать  
½ бутылки кьянти

мука, для присыпки рабочей поверхности  
оливковое масло extra virgin  
8 филе анчоусов  
горсть зеленых и черных оливок  
с косточками  
2 банки (800 г) качественных томатов  
в собственном соку

Приправьте кусочки курицы солью и свежемолотым черным перцем и сложите их в миску. Добавьте лавровый лист, розмариновые веточки и раздавленный чеснок, залейте вином. Оставьте мариноваться на час, а лучше на ночь в холодильнике.

Разогрейте духовку до 180 °C. Достаньте кусочки курицы из маринада, промокните их бумажным полотенцем. Маринад сохраните. Присыпьте курицу мукой, излишки стряхните. Разогрейте форму для запекания, влейте немного оливкового масла, обжарьте кусочки курицы до золотистого цвета, отложите их.

Поставьте форму снова на плиту и обжарьте нарезанный чеснок до золотистого цвета. Положите анчоусы, оливки, размятые ложкой помидоры и кусочки курицы вместе с маринадом. Доведите до кипения, накройте крышкой или двойным слоем фольги и запекайте в разогретой духовке 1,5 часа.

Снимите лишний жир с поверхности, перемешайте, попробуйте на соль, перец. Удалите розмарин и лаврушку. Подавайте с салатом или фасолью каннеллини и большим количеством кьянти.







## arrosto misto

8–10 порций

*Гриль микс*

Концепция arrosto misto очень проста и интересна. Вместо того чтобы зажарить целого цыпленка или большой кусок говядины, берем все мясо, какое только можно купить, по-разному приправляем и маринуем, жарим его и укладываем все на один поднос. Получается такое «выбери себе сам»! Есть что-то крайне обаятельное в такой комбинации всевозможного мяса, поданного на одном подносе. Ваши друзья обязательно оценят все, что вы сделали. При желании можно приготовить блюдо и из одного сорта мяса (я составил рецепт таким образом, что вы легко выделите часть, вас интересующую). Хотя для особенных случаев я рекомендовал бы все же приготовить несколько видов. Каждый сорт мяса можно по-своему приправить — травами или специями. Конечно, на приготовление различных сортов мяса требуется разное время, поэтому выкладывать мясо на гриль нужно в определенном порядке — так, чтобы все приготовилось одновременно. В Италии, когда дело доходит до такого вот подноса, никто особо не задумывается на тему прожарки мяса. Вместо этого все используемое мясо прожаривается полностью, без крови — очень вкусно.

*для кролика:*

14 тонких ломтиков панчетты

1 среднего размера кролик, кожу снять

оливковое масло

морская соль и свежемолотый черный перец

4 веточки свежего розмарина

*для начинки:*

2 итальянские колбаски

горсть хлебных крошек

цедра половины апельсина

щепотка мускатного ореха

1 сухой красный перчик чили, растереть

небольшой пучок шалфея, листья

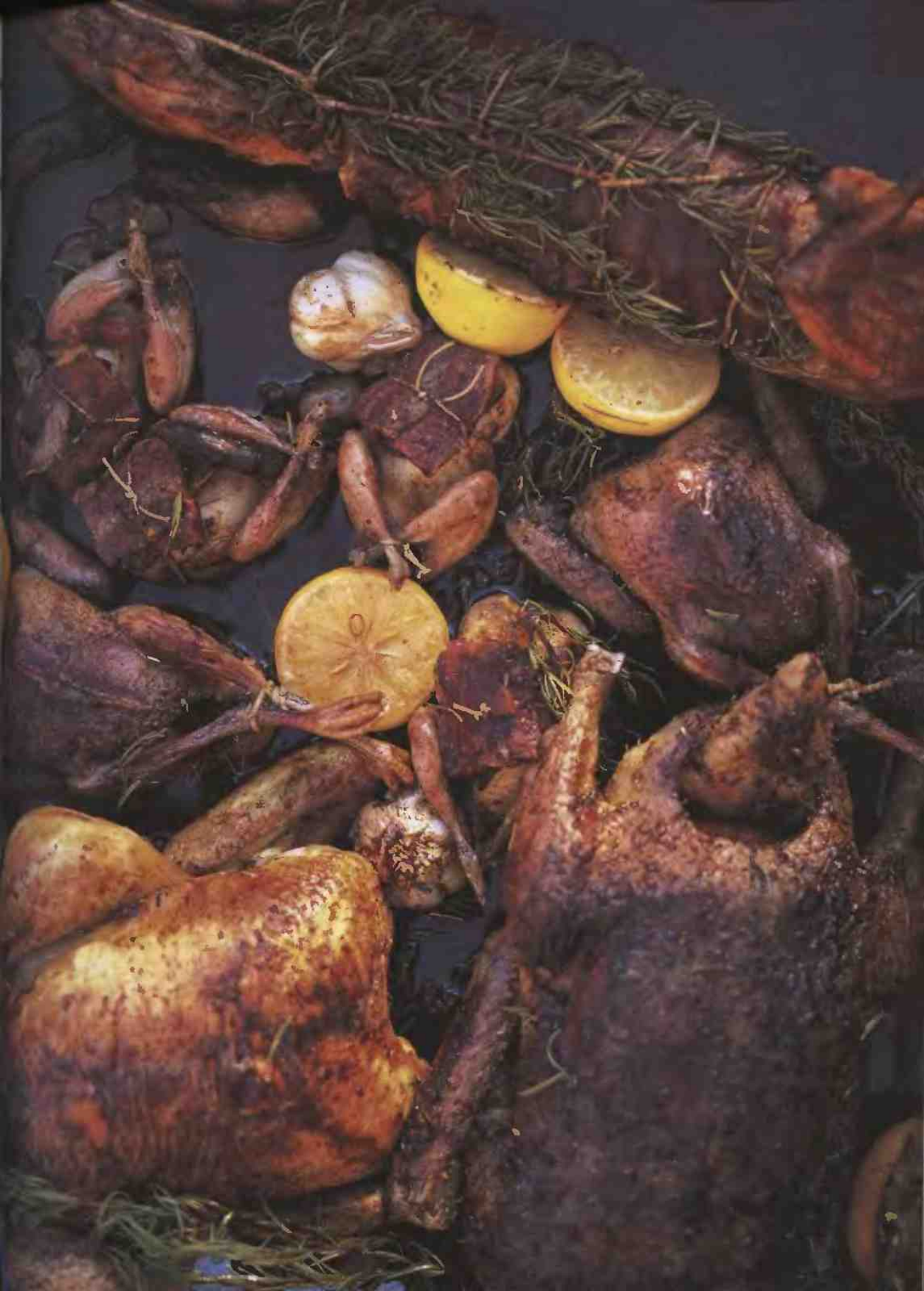
отделить, измельчить

Разогрейте духовку до 190 °C. Уложите ломтики панчетты на лист промасленного пергамента так, чтобы они слегка заходили друг на друга, поместите в холодильник.

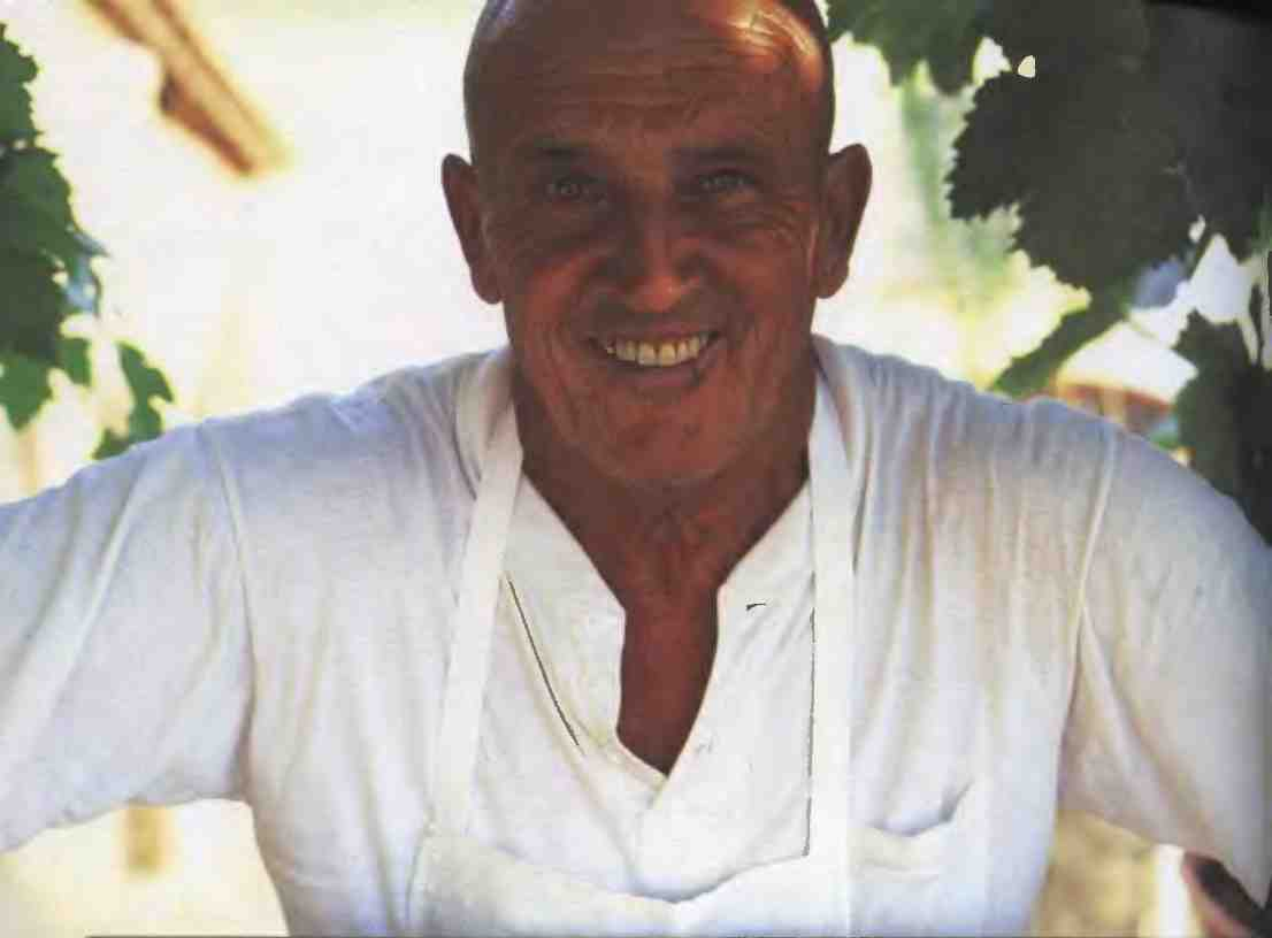
Смажьте кролика маслом, приправьте солью и перцем. Теперь нужно приготовить начинку. Надрежьте оболочку колбасок, извлеките мясо, выложите его в миску вместе с хлебными крошками, апельсиновой цедрой, мускатным орехом, чили и шалфеем. Приправьте начинку перцем, тщательно перемешайте. Нафаршируйте кролика.

Достаньте пергамент с панчеттой из холодильника. Оберните им живот кролика так, чтобы панчетта осталась на кролике. Аккуратно снимите пергамент. Сверху уложите веточки розмарина и перевяжите тушку бечевкой в двух местах. Поместите кролика на противень и готовьте в разогретой духовке 1 час. Когда пройдет 30 минут, выложите на противень оставшийся апельсин, ломтики панчетты, любые травы, затем полейте мясо выделившимся соком и поставьте обратно в духовку.

*(продолжение на стр. 227)*









*для утки:*

1 утка весом 2 кг

оливковое масло

морская соль и свежемолотый черный  
перец

веточка свежего шалфея

палочка корицы

3 или 4 зубчика неочищенного чеснока

½ апельсина

Разогрейте духовку до 190 °С. Смажьте утку маслом, приправьте солью и перцем, начините шалфеем, палочкой корицы, зубчиками чеснока и половинкой апельсина. Поместите на противень и готовьте в разогретой духовке в течение 2 часов. Когда пройдет 1 час, добавьте на противень все, что осталось — чеснок, половинку лимона, после чего полейте мясо соками и верните его в духовку.

*для курицы:*

1 курица весом 1,8 кг

оливковое масло

морская соль и свежемолотый черный  
перец

6 листочков лаврушки

3 зубчика неочищенного чеснока

1 лимон, разделенный напополам

Разогрейте духовку до 190 °С. Натрите курицу маслом, приправьте солью и перцем, начините лавровыми листьями, чесноком и половинками лимона. Поместите на противень и готовьте в разогретой духовке в течение 1,5 часа. В середине процесса добавьте на противень все, что есть подходящего в холодильнике — половинки лимона, зубчики чеснока, травы. Полейте мясо соком, выделившимся при запекании, и снова поставьте в духовку.

*для голубей и перепелок:*

2 голубя по 300 г

4 перепелки по 200 г

оливковое масло

морская соль и свежемолотый черный  
перец

пучок тимьяна

головка чеснока, разделить на зубчики,  
не чистить

6 полосок апельсиновой кожуры

8 полосок лимонной кожуры

8 свежих листьев шалфея

4 квадратика панчетты или бекона

с прожилками жира, со стороной 2,5 см

Разогрейте духовку до 190 °С. Натрите голубей и перепелок маслом, приправьте солью и перцем, начините несколькими веточками тимьяна, зубчиками чеснока и полосками апельсиновой кожуры. Уложите полоски лимона поверх перепелиных грудок, привяжите их бечевкой. Поместите на противень и готовьте в разогретой духовке 35 минут. В середине процесса выложите на противень оставшийся чеснок, половинки лимона и апельсина, ломтики панчетты и травы. Полейте мясо выделившимися при запекании соками и снова поставьте в духовку.

*Как подать:*

подавайте выбранное вами мясо или ассорти на большом блюде, украсив запеченными зубчиками чеснока и половинками лимона или апельсина. Печеные овощи на гарнир тоже подойдут. Снабдите каждого ножом и салфеткой, а также расставьте мисочки с водой. И, конечно, кьянти!

## Что я думаю о кролике

Если вы спросите англичанина, доводилось ли ему когда-нибудь пробовать крольчатину, он, скорее всего, поморщится. Будьте уверены — не приходилось. Но вот что интересно: если блюдо из кролика появляется в ресторанном меню, оно расходуется лучше, чем все остальное. Если крольчатина появляется в супермаркете, большинство покупателей проходит стороной и никогда ее не покупает. А вот моя бабушка, например, ела крольчатину всю свою жизнь, особенно после войны, когда это мясо было дешевым и доступным. Моя мама тоже выросла на нем. Она помнит кроликов, висящих в лавке мясника, без шкурки — сейчас вы такого больше не увидите, а жаль. Я очень хотел бы вдохновить вас на приготовление замечательного, здорового мяса, немного похожего по вкусу на куриное.

Можно купить кроликов, выращенных на небольших частных фермах, их мясо будет очень мягким, или диких — их мясо более ароматное. Попробуйте все-таки достать дикого кролика. Если вы будете его покупать, вероятно, купить надо будет целую тушку. Поэтому попросите мясника разделить его — ножки и лопатки, отдельно живот, а седло надо разрубить на четыре части. Замечательный вкус у кроличьих печени и почек, не забудьте о них. Скорее всего, продавец вам не откажет. Если вы все же решитесь сделать это сами, особо не старайтесь в попытке сделать все очень правильно. В Италии я пробовал кролика, разделанного «как получилось», и он был прекрасен.





## coniglio marinato alla griglia

2 порции

### Маринованный кролик на гриле

Этот рецепт я написал специально для барбекю, на нем вы сможете приготовить настоящее ароматное мясо. Хотя попробуйте также запечь мясо кролика в духовке при температуре 200 °С. Если будете готовить в духовке, не забывайте время от времени переворачивать кусочки, чтобы они подрумянились со всех сторон. Если будете готовить на гриле или барбекю — вам понадобятся 5 деревянных или металлических шампуров (деревянные предварительно вымочите в воде). На картинке показано, какая часть тушки кролика сколько времени готовится.

1 кролик весом 1,2 кг, лучше дикий,  
разделанный  
горсть свежего тимьяна и розмарина,  
листья отделить  
4 зубчика чеснока, очистить  
оливковое масло

цедра и сок 1 лимона  
чайная ложка меда  
4 толстых ломтика панчетты  
морская соль и свежемолотый черный  
перец

Сложите разделанного кролика в миску. В ступке или блендере измельчите листочки тимьяна и розмарина, добавьте чеснок. Влейте 8 столовых ложек оливкового масла и лимонный сок, положите лимонную цедру и мед. Залейте кролика полученной смесью. Отставьте мясо на некоторое время и займитесь разведением огня (см. стр. 191).

Возьмите несколько веточек тимьяна и перевяжите их бечевкой так, чтобы получилась кисточка. Каждый раз при переворачивании мяса окунайте ее в маринад и смазывайте мясо сверху, так вы добьетесь получения ароматной хрустящей корочки. Кролик получится действительно очень вкусным!

Извлеките кусочки мяса из маринада, приправьте солью и перцем. Когда будете насаживать кусочки на шпажки, между частями живота проложите кусочки панчетты, как показано на картинке, и насадите их на 3 шампура. Вначале выложите на барбекю ножки и лопатки, после 10 минут обжаривания — кусочки живота, еще через 10 минут — ребра и спинку. Не забудьте постоянно переворачивать мясо и контролировать огонь, и обязательно смазывайте кролика маринадом. Сделайте надрезы в почках примерно на  $\frac{1}{2}$  толщины, они раскроются, как книжка. Разрежьте печень на 4 части и наденьте их на шпажки вместе с почками.

Когда мясо на барбекю уже приобрело красивый цвет, можно поставить готовиться печень и почки вместе с оставшимися кусочками панчетты. Обжаривайте их до золотистого цвета. Когда панчетта подрумянится — снимите ее с решетки и поместите поверх остального мяса, немного в стороне от горячих углей.

Подать кролика можно с белой фасолью, печеным картофелем, овощами, приготовленными на барбекю, или салатами — все зависит от вашего желания и, конечно, от погоды.



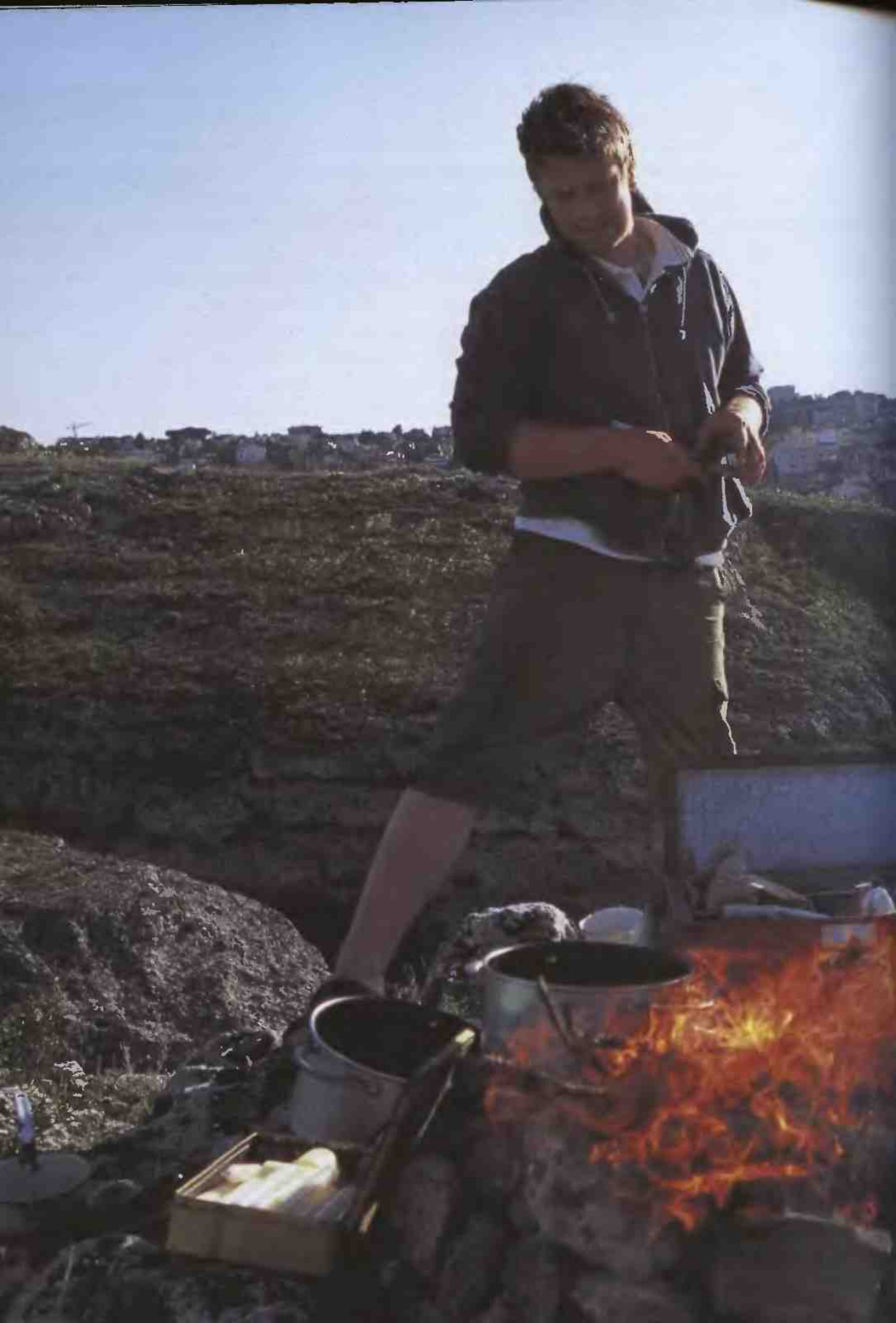
живот:  
25—30 минут

почки и печень:  
4 минуты

седло и ребра:  
15—20 минут

ножки и лопатки:  
35—40 минут









## costolette di maiale con salvia

4–6 порций

*Свиная отбивная с шалфеем*

Свиную отбивную в Италии готовят часто и по-разному. Но этот рецепт — один из моих любимых. Помню, что первый раз я увидел, как его готовят в траттории, во Флоренции. Молодая женщина, обжаривая мясо, переворачивала его, проткнув насквозь ножиком так, что внутри отбивной образовался небольшой кармашек. Сразу и не поймешь, что кармашек не простой, туда вкладывалось сливочное масло, или кусочки панчетты, или тертые каштаны и грецкие орехи (в зависимости от времени года). А еще очень правильно добавлять свежий шалфей и, может, немного чеснока. Я всегда кладу еще немного лимонной цедры, цедра — лучший друг свинины. Обязательно попробуйте эту штуку с кармашком.

1 кг рассыпчатого картофеля,  
очистить и нарезать кубиками  
морская соль и свежемолотый черный  
перец  
4 толстые свиные отбивные на кости  
24 свежих листочка шалфея  
1 головка чеснока  
4 ломтика prosciutto

50 г сливочного масла, нарезанного  
на кубики  
4 сушеных абрикоса, измельчить  
оливковое масло extra virgin  
6 толстых ломтиков панчетты или  
копченого бекона (если возможно,  
толщиной в 1 см), или 200 г бекона,  
нарезанного на кубики

Разогрейте духовку до 220 °C. Поместите картофель в кастрюлю с подсоленной водой и доведите до кипения. Подождите буквально 3–4 минуты — мы не хотим его варить, — затем слейте воду и отставьте кастрюлю. Уложите отбивные на разделочную доску, проткните ножом горизонтально так, чтобы получился небольшой кармашек. Аккуратно, не прорежьте мясо насквозь. И пальцы тоже берегите!

Возьмите 8 самых больших листьев шалфея. Еще 8 положите в блендер вместе с зубчиком чеснока, prosciutto, сливочным маслом, абрикосами, щепоткой соли и перца. Измельчите. Этим маслом теперь можно наполнить кармашки.

Смажьте 8 отложенных шафрановых листьев оливковым маслом, присыпьте мукой. Прижмите листочки мучной стороной вниз, к отбивным (по 2 листочка на каждую). Уложите мясо на тарелку, накройте пищевой пленкой и оставьте на время. Займитесь картофелем.

Панчетту нарежьте соломкой, очень тонкой. Разложите на большой противень, сверху уложите кубики картофеля, добавьте оставшиеся листья шалфея и неочищенные зубчики чеснока. Сбрызните оливковым маслом, поставьте противень в духовку. Через 10 минут поставьте на плиту большую сковороду, плиту включите на максимум. Влейте немного оливкового масла и обжаривайте отбивные 10 минут, до тех пор, пока мясо не подрумянится с обеих сторон. Затем выньте противень из духовки — картофель к этому времени должен был подрумяниться — и уложите сверху отбивные. Поставьте противень обратно в духовку минут на 10–15, в зависимости от толщины отбивных. Когда отбивные будут готовы, подавайте их сразу же.







## stracotto di fagiano

4–6 порций

### Жаркое из фазана

Это несложное жаркое я приготовил из фазана, которого застрелил в Тоскане, охотясь вместе с егерями. Чтобы получился густой и ароматный соус, я решил добавить в жаркое немного каштанов. В Лондоне и Нью-Йорке печеные каштаны найти очень просто — ими торгуют на каждом углу. При случае купите пакетик. Или найдите их в супермаркете, они часто продаются в вакуумной упаковке; такие каштаны, правда, сильно отличаются по вкусу от печеных. Подать такое блюдо можно как жаркое или, если срезать мясо с кости, — с пастой, паппарделли, например. А если мясо мелко нарезать, оно хорошо пойдет с ригатони или *rici* (см. стр. 105).

3 фазана (лучше самки),  
разделить на ножки и грудки  
морская соль и свежемолотый черный  
перец  
6 можжевельных ягод, растереть  
3 столовые ложки муки  
оливковое масло  
небольшая красная луковица, очистить  
и мелко нарезать

1 морковь, очистить и мелко нарезать  
3 стебля сельдерея, нарезать  
4 зубчика чеснока  
400 мл красного вина  
3 лавровых листа  
веточка свежего розмарина  
200 г печеных и очищенных каштанов  
2 столовые ложки маскарпоне

Разогрейте духовку до 200 °С. Приправьте кусочки фазана солью и перцем, растертыми ягодами можжевельника, слегка присыпьте мукой. На плите разогрейте большую сковороду (подходящую для духовки), влейте немного оливкового масла. Обжарьте куски фазана до золотистого цвета, выложите их на блюдо.

В той же сковороде, слегка убавив огонь, обжарьте лук, морковь, сельдерей и чеснок. Овощи должны стать мягкими и слегка подрумяниться. Добавьте вино, лавровые листья и розмарин, затем куски фазана вместе с каштанами. Доведите до кипения, накройте двойным слоем фольги или крышкой и запекайте в разогретой духовке в течение 2 часов.

Выньте мясо из сковороды. Снимите лишний жир с поверхности, удалите веточки розмарина и лавровый лист, добавьте маскарпоне. Готовьте, пока соус опять не загустеет. Сложите мясо в сковороду, дайте ему разогреться. Подавайте с полентой.









## **schacciata di manzo con** 4 порции в качестве закуски **aglio, rosmarino e funghi** 2 — как основное блюдо

*Говядина, мгновенно запеченная с чесноком,  
розмарином и лисичками*

Schiacciata — сестра карпаччо. Но если карпаччо готовят из сырого мяса, здесь мы мгновенно запекаем говядину в духовке только до момента изменения цвета. Чем лучше мясо, тем вкуснее блюдо. Подать schiacciata можно в качестве закуски или вместе с различными салатами. Трюфельное масло — необязательный компонент, хотя аромат будет действительно интересным, так что попробуйте. А само блюдо точно произведет впечатление, точно. Чертовски вкусное блюдо!

500 г качественного говяжьего филе,  
пленки удалить, нарезать на ломтики  
толщиной 1 см  
оливковое масло extra virgin  
при желании — несколько капель масла  
с ароматом трюфеля  
2 веточки свежего розмарина,  
листья отделить  
1 зубчик чеснока, очищенный  
и измельченный

3 горсти листьев руколы  
большая горсть салатных листьев,  
включая радиччо или радиччо di Treviso  
горсть очень крепких лесных грибов,  
например лисичек  
бальзамический уксус  
морская соль и свежемолотый черный  
перец  
кусоч пармезана

Итак, начнем. Разогрейте духовку до максимума. Мы запечем мясо прямо на блюде, на котором будем его подавать. Поэтому возьмите дешевое или старое металлическое блюдо или поднос. Если хотите использовать тарелки, удостоверьтесь, что их можно ставить в духовку. Смажьте поднос или тарелки оливковым или трюфельным маслом. Поместите кусочек мяса между двумя слоями плотного полиэтилена и скалкой раскатайте его так, чтобы оно увеличилось в размерах в четыре раза и стало тоньше во столько же раз.

Сложите мясо на блюдо. Если края немного свисают, ничего страшного. Поместите листья розмарина в дуршлаг, обдайте горячей водой, чтобы его запах раскрылся сильнее. Выложите розмарин в отдельную миску, добавьте 3–4 столовые ложки масла, разотрите листья руками. Замешайте чеснок, смажьте мясо полученным маслом. Мясо можно приготовить за несколько часов до подачи к столу и держать после этого в холодильнике.

В большой миске смешайте салатные листья, слегка порвав их руками. Нарезьте грибы на тончайшие ломтики, добавьте их в миску.

Schiacciata готовится непосредственно перед подачей. Поместите мясо в разогретую духовку на 1–3 минуты. К моменту, когда вы заправите салат маслом, уксусом, солью и перцем и положите в центр стола кусоч пармезана и терку, мясо уже можно будет вытаскивать из духовки, оно подрумянится и прогреется. Надо не обжаривать его, а только хорошо прогреть. Сверху украсьте салатом. Присыпьте стружкой пармезана. Запивайте хорошим вином.

# spiedini di involtini di agnello e funghi

4 порции

## Кебабы из ягнятины и грибов

В Италии существует огромное количество вариаций на тему кебабов. Фаршированное и скрученное в рулетики мясо, рыба, овощи — все это нанизывается на металлические шпажки или на веточки розмарина. Это не только вкусно, но и красиво, а готовить такую еду и в самом деле интересно — хотя традиционно она считалась пищей бедняков. Они старались, чтобы дешевые овощные кебабы выглядели не хуже, чем недоступные блюда из дичи, и старались растянуть удовольствие, нанизывая на шпажки совсем немного мяса и сочетая его с самыми разными комбинациями овощей и трав, вкусными, но недорогими.

Идея такая: взять ломтик мяса (с ноги ягненка, или свинину, или курицу) и тщательно его раскатать между двумя слоями плотного полиэтилена. Ломтик получится тоньше, мясо — нежнее. После раскатывания мясо можно начинять, сворачивать и нанизывать на шпажки. Я еще и лавровые листочки добавляю. Комбинация, которую я предлагаю в этом рецепте, очень ароматная — грибы, орегано или майоран, очень просто и вкусно. А если вам повезет достать свежих грибов порчини, то просто замечательно. Но честно говоря, любой крепкий дикий гриб подойдет.

оливковое масло

700 г ягнятины, нарезать на ломтики и тщательно их раскатать

1 зубчик чеснока, очистить

8 филе анчоусов

большая горсть свежего орегано или майорана, только листья

цедра и сок 1 лимона

соль и свежемолотый черный перец

4 веточки розмарина или лаврушки или 4 деревянные шпажки

8 порчини, белых или других диких грибов, разрезать пополам или на четвертинки

Рабочую поверхность смажьте маслом. Уложите ломтики мяса в линию. В ступке измельчите листья орегано и майорана, добавьте чеснок и филе анчоусов, перетрите в пасту. Влейте лимонный сок и вдвое больше по объему оливкового масла. Перемешайте, попробуйте — вкус может показаться вам кисловатым, но ничего страшного, в процессе готовки излишняя кислота уйдет. Кусочки мяса приправьте солью и перцем, смажьте ароматным маслом, присыпьте лимонной цедрой.

Разогрейте духовку до 200 °C. Приготовьте involtini. Скатайте каждый кусочек мяса в небольшой рулетик размером в полсигары, только толще. Если вы собираетесь использовать розмариновые или лавровые ветки как шпажки, срежьте с них листья и заострите кончики. Сначала нанизывайте гриб, затем мясо; продолжайте, пока на каждой шпажке не окажется по 3 кусочка мяса. Поместите кебабы на противень, сбрызните оливковым маслом. Запекайте в разогретой духовке 7 минут или приготовьте на барбекю, по 3 минуты с каждой стороны. Подавайте, сбрызнув маслом, как часть мясного ассорти или просто с салатом, хлебом и долькой лимона.









## cosciotto d'agnello ripieno di olive, 6 порций pane, pinoli e erbe aromatiche

*Нога ягненка, начиненная оливками, хлебом,  
кедровыми орешками и травами*

Попробуйте купить кусок хорошей ягнятины в мясной лавке на рынке или в супермаркете. Скажите им, что вам нужна хорошая ножка ягненка, с сохраненной крестцовой и предварительно удаленной бедренной костью. Это значит, что из верхней половины ноги кости удалены (кроме так называемой таранной кости) и ее можно будет легко начинить.

1 головка молодого чеснока,  
разделить на зубчики, не чистить  
3 горсти смеси свежих трав  
(мята, петрушка, орегано, тимьян),  
только листья  
6 ломтиков панчетты  
3 филе анчоусов  
100 г крестьянского хлеба, поломать  
на кусочки размером 2,5 см  
большая горсть кедровых орешков  
горсть зеленых оливок,  
косточки удалить

морская соль и свежемолотый черный  
перец  
1 нога ягненка весом 2 кг,  
подготовленная как описано выше  
большой пучок свежего розмарина  
оливковое масло  
2 кг картофеля для запекания, очистить,  
клубни разделить пополам  
ветка лавровых листьев  
бутылка красного вина

Очистите пару зубчиков чеснока, измельчите их в блендере, добавьте травы. Забросьте в блендер панчетту и анчоусы, еще раз взбейте. Переложите смесь в миску, а в блендер положите хлеб и также измельчите. Переложите хлеб в миску вместе с орешками и оливками, приправьте, тщательно перетрите руками. Если смесь слишком сухая, влейте немного горячей воды. Нафаршируйте полость ноги ягненка. Теперь ногу можно запекать, а можно еще и перетянуть мясо бечевкой, подсунув под нее веточки розмарина. Смажьте маслом, посолите, поперчите.

Перемешайте картофель и оставшийся чеснок с лавровыми листьями, розмарином и ложкой масла, приправьте. Выложите ногу ягненка в центр противня, а вокруг — картофель. Мы будем запекать в течение полутора часов, при 200 °С. Поверьте, мясо получится очень сочным и вкусным! После получаса запекания итальянцы время от времени сбрызгивают мясо и овощи вином, вплоть до готовности. Если овощи запеклись раньше, переложите их на отдельное блюдо и поставьте в теплое место.

Когда ягнятина приготовится, выньте ее из духовки и оставьте на 15 минут отдохнуть. Соус итальянцы обычно не готовят, вместо него они просто поливают мясо выделившимся при жарке соком.







# sugo di cinghiale di mercatello

6–8 порций

*Соус из кабана из mercatello*

Эта девочка была в восторге, когда ее отец разделывал кабана, добытого на охоте. Она знала, что зверя нужно освежевать и разделать, прежде чем начать готовить, но что меня действительно поразило, так это абсолютная нормальность происходящего для всех игравших неподалеку детей. Можете себе представить, что все это происходит в Великобритании? И только посмотрите, как изобретательно используется детский плавательный бассейн!

Понятно, что кабана так запросто не достанешь, если, конечно, вы не знакомы с хорошим мясником или поблизости от вас не располагается звероферма. Но по этому рецепту можно приготовить и оленину, и свинину, и говядину, и ягнятину, и любой из этих видов мяса получается очень-очень вкусным! Лучше всего использовать лопатку. Если мясо нарезать кусочками со стороной 2,5 см, его можно подать вместе с соусом, как жаркое, с хлебом и полентой (см. стр. 269). Кусочки мяса со стороной 1 см отлично выглядят с паппарделле. А если нарежете его еще мельче, тогда подавайте с тальятелле.

1 кг лопатки кабана или оленины,  
очищенной от пленок и сухожилий  
2 крупные морковки  
2 луковицы  
6 стеблей сельдерея  
горсть свежего шалфея, только листья  
1 чайная ложка можжевельных ягод  
соль и свежемолотый черный перец

бутылка белого вина  
4 ломтика панчетты или копченого  
бекона, мелко нарезать  
2–3 небольших сухих перчика чили  
оливковое масло  
1 банка (700 г) пассаты  
(протертой мякоти томатов)  
по желанию: горсть свеженатертого  
пармезана

Решите, как именно вы хотите подать блюдо, и нарежьте мясо кусочками соответствующего размера (см. выше), переложите в миску. Возьмите половину моркови, лука и сельдерея, крупно нарежьте и добавьте к мясу. Перетрите листья шалфея с ягодами можжевельника, смешайте с мясом и овощами. Приправьте солью и перцем, влейте половину белого вина, добавьте немного воды. Оставьте мясо мариноваться на ночь.

На следующий день обжарьте панчетту и чили на сковороде с добавлением оливкового масла. Нарежьте оставшиеся овощи и также положите их в сковороду. Готовьте 10–15 минут, пока овощи не станут мягкими. Выньте мясо из маринада (маринад и овощи из него можно выбросить). Увеличьте огонь, положите мясо к овощам. Готовьте, пока вся жидкость не выпарится, затем влейте оставшееся белое вино. Перемешайте и готовьте, пока жидкость не выпарится почти полностью. Влейте пассату и немного воды. Приправьте солью и перцем, убавьте огонь и готовьте 1,5–2,5 часа (в зависимости от размера кусочков). Если соус получается слишком густой, добавьте немного воды.

Если вы подаете мясо с пастой, отварите ее в подсоленной кипящей воде. Перемешайте пасту с соусом, добавьте немного пармезана. Разложите по тарелкам, посыпьте пармезаном.



AVIS





contorni      гарниры



## Гарниры

В Италии, если вы закажете горячее, принесут просто кусок мяса или рыбы, политый оливковым маслом или в собственном соку. Очень просто и очень вкусно, но еще лучше, если рядом поставят тарелочку с гарниром. Обычно готовят его так, что он хорош и сам по себе, и в качестве закуски — например, просто отваренная фасоль, картошка или зелень. Эта глава, надеюсь, вдохновит вас на приготовление простых гарниров, подходящих и к рыбе, и к мясу. В Италии их обычно подают в отдельном блюде, которое ставят в центр стола так, чтобы каждый мог дотянуться и взять сколько хочется. Основной акцент такой — готовьте овощи просто, не усложняйте процесс.

Около 75 процентов свежих овощей и фруктов в Италии производят в Пулии, на юго-востоке страны. Это равнинный регион, где процветает фермерское хозяйство. Однако и в холмистых регионах страны, в местах, где ухаживать за землей гораздо сложнее, овощи также выращивают и продают их на местных рынках.

Фасоль в Италии — культовый продукт. Ее любят все! Готовят ее свежей, прямо из стручков, и процесс занимает совсем мало времени. На стр. 256 приводятся способы приготовления фасоли в итальянском стиле. Описано, как наилучшим образом ее можно приготовить — в зависимости от сорта и от того, сухая она или свежая. Борлотти и каннеллини обычно супят, чтобы готовить зимой, и используют для супов или гарниров. Времени на эти блюда уходит побольше, чем на блюда из свежей фасоли, но если фасоль качественная, то вкус получается просто отменный.

Полента — тоже нечто особенное. Готовят ее слегка влажной или подсушенной и подают в качестве гарнира к мясу или рыбе, так же как в Англии подают картошку. Если вы ее никогда не ели, обязательно попробуйте.







## vignole

4 порции

### *Ragu из весенних овощей*

Vignole, или vignarola — римские словечки, описывающие это потрясающее овощное жаркое; не блюдо, а настоящий праздник! Попробуйте его однажды приготовить, и будете готовить снова и снова! Если у вас нет готового куриного бульона, не расстраивайтесь — используйте воду, в которой варились фасоль, порей и мангольд. Готовую prosciutto можно вынуть из блюда перед подачей к столу, а можно оставить как есть. Очень здорово в сочетании с готовой пастой. И еще один совет: попробуйте vignole со спаржей.

4 небольших фиолетовых артишока  
морская соль и свежемолотый черный перец

350 г молодой фасоли

6 стеблей молодого лука-порея

или 1 стебель обыкновенного лука-порея, грубые зеленые листья удалить, стебель нарезать полосками длиной 8 см, промыть

200 г шпината или мангольда, промыть  
оливковое масло extra virgin

небольшая белая луковица,

очистить и измельчить

300 мл куриного бульона

350 г молодого зеленого горошка

4 толстых ломтика ветчины prosciutto

небольшой пучок мяты, только листья

небольшой пучок плосколистной

петрушки, только листья

Поместите артишоки в кастрюлю с холодной водой, поставьте ее на огонь и дайте закипеть. Готовьте в течение 10 минут или до тех пор, пока они не станут мягкими (проверьте, слегка проткнув артишок ножом). Воду слейте. Дайте остыть, затем срежьте внешние, жесткие листья, а бледные внутренние листья оставьте. Сердцевинку артишока выньте ложкой. Разделите ее на 4 части.

Подсоленную воду доведите до кипения, положите фасоль, варите ее 1 минуту, затем выньте шумовкой. Бланшируйте порей в течение 3–4 минут, до мягкости. Шпинат или мангольд достаточно просто ошпарить.

Разогрейте сковороду или кастрюлю, достаточно большую, чтобы поместились все ингредиенты, влейте в нее немного оливкового масла и как следует разогрейте. Положите репчатый лук, обжаривайте его минут десять, после чего влейте куриный бульон и добавьте горошек. Дайте снова закипеть, сверху уложите ломтики prosciutto. Готовьте на среднем огне еще 10 минут, до тех пор, пока горошек не станет мягким.

Нарежьте (или нарвите) порей на полоски, добавьте его в горошек вместе со шпинатом, артишоками и фасолью. Доведите до кипения и потушите овощи на медленном огне еще минут десять.

Попробуйте, приправьте солью и перцем. Положите в рагу пряные травы, перемешайте. Перед тем как подать к столу, сбрызните оливковым маслом.



## funghi al cartoccio al forno

4 порции

*Грибы, запеченные в конверте*

Это одно из фантастических быстро приготавливаемых блюд. Когда откроете конверт, вас будет ждать награда в виде непередаваемых ароматов печеных грибов и трав. Очень здорово. Травы лучше перетянуть бечевкой.

**P.S.** Можно приготовить семейный ужин и запечь грибы в одном большом конверте вместо четырех небольших.

несколько веточек лавра, шалфея,  
розмарина и тимьяна  
4 ломтика prosciutto  
400 г крепких диких грибов, очистить

морская соль и свежемолотый черный  
перец  
оливковое масло extra virgin  
1 яйцо, слегка взбить  
150 мл сухого вермута или белого вина

Разогрейте духовку до 200 °C и поместите противень на средний уровень.

Чтобы придать этому блюду яркий аромат, я обычно связываю ароматные травы в крохотный букетик и запекаю его вместе с грибами, в одном конверте. Так что заранее свяжите 4 пучка из листьев лаврушки, веточек розмарина, шалфея и тимьяна. А для того чтобы сделать конвертики, возьмите 4 листа пергамента размером А3 или квадратные листы со стороной 40 см. Уложите ломтик prosciutto с одной стороны листа, недалеко от центра, сверху положите приготовленный пучок травок и горку грибов. Посолите, поперчите, сбрызните оливковым маслом. Смажьте края бумаги взбитым яйцом и сложите ее так, чтобы получился конвертик. Сложите края бумаги еще 2 или 3 раза, чтобы конвертик стал многослойным и крепким. Непосредственно перед тем как полностью запечатать конвертик, влейте внутрь вино или вермут.

Удостоверьтесь в том, что конвертики сделаны на совесть, поместите их в ряд на разогретый противень и готовьте в духовке в течение 15 минут, пока они не надутся.

подавайте грибы в конвертиках так, чтобы каждый смог открыть свое «письмо» сам. Помните сами и предупредите своих гостей, что ароматные букетики есть не надо — они только для запаха. Подать грибы можно с рыбой или мясом или просто как закуску.



## radicchio di treviso marinato alla griglia con aglio e aceto balsamico

6 порций

*Салат радиччо тревизо, обжаренный на гриле  
и маринованный, с чесноком и бальзамическим уксусом*

Это одно из настоящих итальянских блюд, обязательно его попробуйте. Сорт Treviso — настоящий «Астон Мартин» в семействе салатов радиччо. Очень вкусный, особенно если его разогреть и подать теплым, как и предлагается в этом рецепте. Попробуйте вырастить свой салат. Семена можно приобрести здесь: [www.seedsofitaly.com](http://www.seedsofitaly.com)

2 кочана салата радиччо di Treviso  
(или просто салат радиччо)  
морская соль и свежемолотый черный  
перец  
2 зубчика чеснока,  
очистить и измельчить

качественный бальзамический уксус  
оливковое масло extra virgin  
3 веточки свежего розмарина, листья  
измельчить  
небольшая горсть листьев петрушки

Отделите листья салата, промойте их, обсушите и отложите. Смешайте чеснок со щепоткой соли, лезвием ножа перетрите его в пасту. Переложите эту пасту в миску, добавьте пару столовых ложек бальзамического уксуса. Влейте 4 столовые ложки масла, приправьте солью и перцем. Добавьте измельченный розмарин и как следует размешайте.

Сильно разогрейте сковороду-гриль и быстро обжарьте листья салата в течение 10 секунд; они должны сникнуть и начать поджариваться. Сразу же положите их в заправку. Тщательно перемешайте, посыпьте петрушкой и подавайте на стол.



## fagioli all'italiana

4 порции

### *Фасоль по-итальянски*

Очевидно то, что итальянцы — большие любители фасоли, я не говорю здесь о разнообразных консервированных версиях в соусе или без. Нет, в Италии различные сорта фасоли подают в качестве гарниров, и часто они претендуют на звание главных на столе. Фасоль, например, очень подчеркивает вкус мяса. Способ приготовления фасоли традиционен, вне зависимости от того, готовите вы каннеллини, борлотти, золфини или сливочные бобы. Отличаться будет только время приготовления. На приготовление свежей фасоли уйдет 25–30 минут, и я, конечно, отдаю предпочтение ей. Но и сухая фасоль может быть замечательной на вкус. Ее необходимо предварительно, в течение ночи, вымочить в воде. Фасоль впитает влагу и станет очень похожей на свежую. Познакомьтесь с одним из лучших способов приготовления фасоли, я узнал о нем в Италии.

500 г сухой или 1 кг свежей фасоли  
(борлотти, каннеллини или другой)  
1 картофелина, очистить  
2 зрелых помидора, слегка размять  
0,5 головки чеснока

букетик свежей пряной зелени,  
перетянутый бечевкой (розмарин,  
лаврушка, шалфей и тимьян)  
оливковое масло extra virgin  
уксус с травами  
морская соль и свежемолотый черный  
перец

Если вы взяли сухую фасоль, замочите ее на ночь в холодной воде, затем воду слейте. Положите фасоль, сухую или свежую, в глубокую кастрюлю. Залейте холодной водой, но ни в коем случае не солите. Добавьте картофель, помидоры (они тоже размягчают кожицу фасоли), чеснок, букетик зелени. Сбрызните оливковым маслом, поставьте на плиту и доведите до кипения. Если на поверхности воды появилась пенка, снимите ее. Варите на медленном огне 40 минут, или до тех пор, пока фасоль не размякнет. Если вы готовите свежую фасоль, проверьте ее через 25 минут.

Слейте воду (полстакана сохраните). Удалите картофель, помидоры, чеснок и травы. Чуть приправьте фасоль бульоном, в котором она готовилась, сбрызните оливковым маслом, приправьте уксусом на травах. Посолите и поперчите. Такую фасоль можно подать в качестве гарнира, а также добавить к блюдам с пастой, к жаркому, в суп, да куда угодно!







## zucchini in padella

4 порции

### *Обжаренные кабачки*

Это блюдо отлично выступит в качестве гарнира к мясу или рыбе или как закуска, поданная на кусочке хлеба. Кабачки можно также размять, смешать со сливками и пармезаном и тогда уже подать с пастой пенне, например. Они также очень хороши в омлете или фриттате.

3 крепких кабачка среднего размера  
оливковое масло extra virgin  
3 зубчика чеснока, очистить  
и измельчить  
 $\frac{1}{2}$  свежего красного перца чили,  
нарезать, или 1 сухой перчик,  
растереть

горсть свежего майорана или орегано,  
только листья, или 1 чайная ложка  
сухого орегано  
морская соль и свежемолотый черный  
перец  
3 качественных филе анчоусов, в масле  
цедра и сок  $\frac{1}{2}$  лимона  
при желании: веточка мяты,  
только листья, измельчить

Нарежьте кабачки на ломтики толщиной 1 см. Если кабачки большие, ломтики можно разрезать пополам.

Поставьте сковороду на огонь, влейте немного оливкового масла. Положите нарезанный чеснок и чили. Через 30 секунд уложите ломтики кабачков и травы, приправьте солью и перцем. Сковорода не должна быть слишком горячей, иначе кабачки приготовятся слишком быстро. Тщательно перемешайте, накройте неплотно крышкой. Чуть встряхните и готовьте еще 10–12 минут, периодически встряхивая сковороду. За 2 минуты до окончания приготовления добавьте анчоусы и лимонную цедру. Как только анчоусы растают, попробуйте блюдо, если нужно, приправьте солью и перцем, влейте лимонный сок, он выровняет вкус чили и специй. Подавайте сразу же. Хорошо бы при подаче к столу посыпать листиками мяты.



## zucca al forno

4 порции

### Запеченная тыква

В течение многих лет я пробовал различные способы приготовления тыквы, и должен отметить, что этот — один из самых достойных. Хотя я привожу тосканский рецепт, вкус этого блюда несколько напоминает традиционные английские чатни. Если тыкву запечь описанным ниже способом, ее можно подать в качестве закуски, положить в суп, или перемешать с пастой, или сервировать как гарнир к мясу. Сорта тыквы, которые хорошо запекаются, это — луковая тыква (у нее жесткая оранжевая кожица) и эйкорн (ее кожица серовато-оранжевого цвета, она более вытянутой формы). Относительно местных сортов тыквы, лучше подходящих для запекания, если вы не уверены, проконсультируйтесь у продавцов на рынке.

1 крупная тыква сорта butternut  
1 сушеный красный перчик чили  
морская соль и свежемолотый черный  
перец

1 большая горсть листьев шалфея  
1 палочка корицы, поломать на кусочки  
оливковое масло

Разогрейте духовку до 180 °C. Разделите тыкву пополам, выньте семечки и отложите их, затем нарежьте тыкву на ломтики или на кусочки, кожицу не счищайте. В ступке пестиком разотрите чили с хорошей щепоткой соли. Добавьте листья шалфея, корицу и достаточно оливкового масла, чтобы получилась влажная смесь. Тщательно смажьте этой смесью тыкву.

Разложите кусочки тыквы на противне в один слой, слегка приправьте солью и перцем. Сверху посыпьте тыквенными семечками, накройте фольгой и запекайте 30 минут, или до тех пор, пока кожица тыквы не размякнет. Снимите фольгу и пеките еще 10 минут. Тыква должна приобрести золотистый оттенок и покрыться хрустящей корочкой. Готово? Тогда уберите корицу и вперед!









## ricetta tipica per verdure verdi

4 порции

### *Зелень в итальянском стиле*

Такую зелень можно есть в холодном виде, как закуску, или в теплом, как овощной гарнир. Замечательно в этом блюде то, что вы можете использовать любую комбинацию листовых овощей: листья молодой капусты, листья свеклы, а также салатные листья. Можете просто купить большую упаковку шпината, руколы, салата корн, а также использовать желтые листья сельдерея и такие травы, как базилик, петрушка, щавель. Зелень фенхеля, в конце концов. У большинства итальянцев есть свой садик, и, вне зависимости от его размера, они всегда выращивают зелень и травы. В этом рецепте более грубую зелень нужно вначале бланшировать, затем смешать с более нежными салатными листьями и приправить травами и чесноком.

6 больших горстей смешанных листьев  
и трав (см. выше)

оливковое масло

2 зубчика чеснока, очистить и тонко  
нарезать

морская соль и свежемолотый черный  
перец

сок 1 лимона

Бланшируйте листья капусты и свеклы в кастрюле с подсоленной кипящей водой в течение двух минут. Затем откиньте на дуршлаг и дайте остыть. В большую сковороду влейте немного оливкового масла, добавьте чеснок. Как только он начнет поджариваться, положите салатные листья, затем свекольные и капустные. Готовьте на среднем огне в течение 4–5 минут, периодически помешивая, затем добавьте травы и готовьте еще минуту. Снимите с плиты, приправьте солью и перцем, оливковым маслом и лимонным соком.





# melanzane alla parmigiana

6 порций

## Баклажаны по-пармски

Классический рецепт с севера Италии. Уложите баклажаны слоями, чередуя с пармезаном и помидорами, и у вас получится непередаваемо вкусное блюдо. Подать его к столу можно и с самым разным мясом, и с рыбой. Один из трюков, к которым я прибегаю, готовя это блюдо, — запекание баклажанов на гриле, чтобы они стали мягкими внутри. Я думаю, это лучше, чем обжаривать их в масле, где они впитывают слишком много жира.

3 крупных крепких баклажана  
оливковое масло  
1 луковица, очистить и мелко нарезать  
½ головки молодого чеснока (если сможете достать) или обыкновенный чеснок, очистить и топко нарезать  
1 чайная ложка с горкой сухого орегано  
2 банки (800 г) томатов в собственном соку или 1 кг свежих

морская соль и свежемолотый черный перец  
немного винного уксуса  
большая горсть свежего базилика  
4 большие горсти свеженатертого пармезана  
2 горсти сухих хлебных крошек  
немного свежего орегано, только листья  
при желании: 1 головка моцареллы буффало весом 150 г

Срежьте основание у баклажанов, нарежьте их на ломтики толщиной 1 см. Вне зависимости от того, используете вы сковороду-гриль или готовите на барбекю, разогрейте их. В это время влейте немного оливкового масла в большую сковороду и поставьте ее на средний огонь. Положите лук, чеснок и сухой орегано и готовьте 10 минут. Если вы взяли консервированные томаты, разомните их ложкой. Если свежие (очевидно, что они будут более ароматными и сладкими, если время года подходящее) — наколите кожицу вилкой, опустите в кастрюлю с кипящей водой на 40 секунд, затем залейте холодной водой на 30 секунд. Снимите кожицу, аккуратно выжмите семена и нарежьте мякоть. Добавьте помидоры в сковороду с луком. Тщательно перемешайте, накройте крышкой и готовьте на медленном огне 15 минут.

В это время обжарьте баклажаны на гриле или на сковороде-гриль с двух сторон; скорее всего, вам придется сделать это в 2–3 приема. Когда томатный соус слегка уварится, приправьте его солью и перцем, влейте немного уксуса, добавьте базилик. Соус можно или измельчить в блендере или оставить как есть.

Возьмите жаропрочное блюдо, выложите слой соуса, затем немного пармезана, слой баклажанов. В такой последовательности выложите все составляющие. Посыпьте пармезаном. Я еще делаю вот как: перемешиваю хлебные крошки с маслом, добавляю орегано и присыпаю блюдо сверху. Иногда сверху укладываю разделенную на кусочки моцареллу. Поставьте блюдо в духовку и запекайте при 190 °С, пока верхний слой не подрумянится. Лучше всего съесть все это сразу, но можно и подать холодным. Таким же способом можно приготовить кабачки и фенхель — очень здорово.









# Полента

4 порции

Поленту готовят из кукурузной крупы. Постарайтесь достать поленту этого сезона, она получится более ароматной. Есть два вида крупы, белая и желтая, оба сорта очень вкусные. Белая полента — из Венеции, у нее более нежный аромат, и ее чаще подают с рыбными блюдами. Традиционно поленту выращивают на севере Италии, но употребляют везде. В каждом регионе есть свой особенный способ подачи поленты. Ее варят, как кашу, приправляют сливочным маслом и пармезаном, едят просто так или в составе густых соусов и рагу. Ее часто подают поджаренной с печеным или тушеным мясом.

Если вы готовите поленту дома, вам вряд ли понравится возиться с ней, когда гости уже пришли. Поэтому сделайте ее заранее. Когда полента достигнет правильной консистенции, перелейте ее в миску, приправьте солью и перцем, сбрызните оливковым маслом и накройте пергаментом. Поместите миску над кастрюлей с кипящей водой так, чтобы она оставалась теплой. Когда надо будет подавать к столу, снимайте бумагу и подавайте.

## Сухая полента

250 г свежей поленты

около 1,7 л воды

В большой кастрюле доведите до кипения подсоленную воду, постепенно вмешивайте поленту. Когда она закипит, то начнет агрессивно вырываться из кастрюли. Так что лучше неплотно накрыть ее крышкой и убавить огонь. Не забывайте помешивать ее каждые 4–5 минут, тщательно счищая крупу со стенок кастрюли. Она станет очень густой — не беспокойтесь, так и надо. Готовьте 40–45 минут.

Попробуйте, приправьте солью и перцем по вкусу, затем смажьте поднос или противень маслом и выложите на него поленту. Тщательно разгладьте ее так, чтобы она улеглась слоем толщиной 2,5 см. Правда, особой гладкости вы все равно не добьетесь. Когда полента будет готова, на дне кастрюли образуется тонкий хрустящий слой — самое вкусное, приз шефу! Счистите этот слой и наломайте его на небольшие кусочки. Присыпьте пармезаном и свежим чили, сбрызните оливковым маслом и попробуйте. Ой, как вкусно! Через полчаса полента остынет, и ее можно будет нарезать на квадратики, ломтики или кубики, в зависимости от того, как вы будете готовить ее дальше — запекать на гриле или жарить на сковороде.

## Полента с маслом и пармезаном

Возьмите то же количество составляющих, что и в предыдущем рецепте. Через полчаса с момента приготовления влейте еще немного воды, чтобы полента по консистенции напоминала очень жирные сливки или чуть жиже. Она должна быть густой, но в то же время легко спадать с ложки. Снимите кастрюлю с огня, добавьте 100 г сливочного масла и 130 г свеженатертого пармезана. Перемешайте, приправьте солью и перцем. Такую поленту можно подавать.



dolci *десерты*

VIA VINCENZO GUINACCI, 33  
00146 ROMA TEL. 06/5565745

ROMA



## Десерты

Вообще-то десерты я готовлю нечасто, только по особым случаям или по выходным вместе с детьми. А если в обычный день нам вдруг захочется сладенького, я готовлю что-то очень простое.

И я несколько удивился, когда узнал, что в Италии тоже не очень принято готовить десерты. Они обычно покупают сладости в хорошем магазинчике, там, где этот самый десерт будет свежим, недавно приготовленным. Это или *gelateria*, где продают мороженое, или *pasticceria*, где огромный выбор сладких булочек и всего такого. Итальянцы не будут захламлять кухню, стараясь приготовить что-то, что намного проще купить, причем у того, кто умеет это делать намного лучше. Обычно, если итальянцы идут к кому-то в гости, они захватят с собой что-то на десерт, как мы обычно берем с собой бутылку вина. Итальянцы особенно себя не утруждают приготовлением сложных десертов, как французы. Но их грубоватые торты и пирожные, их вкуснейшее мороженое и сорбе не так уж просто воспроизвести.

В этой главе я привожу несколько очень простых десертов, начиная с тягучего инжира, который подается с овечьим сыром пекорино, и заканчивая простым в приготовлении ежевичным тортом (он настолько прост, что это даже как-то неприлично! и при этом идеален для летнего дня) и пикантным лимонным шербетом. И, конечно же, классическое тирамису.







## uva fragola surgelata con cioccolato e grappa

*Замороженные ягоды винограда фрагола с шоколадом и граппой*

Мой приятель, мистер Девид Лофтус (фотограф, который иллюстрировал все мои книги, начиная со второй), очень, видимо, любит все, что связано с кухней, — ведь фотографирует он именно еду. Когда мы собирали в Италии материал для этой книги, он попросил меня заморозить виноград, что заставило меня подумать о нем недоброе. Бог знает, что бы сказали мои друзья виноделы. С какой такой радости я буду замораживать свежайшие ароматные ягоды?

Но... я был не прав, его идея была просто фантастической!

Когда Девид выложил замороженный виноград на стол, был жаркий солнечный день, и эти ледяные ягоды оказались очень кстати! Он использовал сладкий и ароматный виноград сорта фрагола, его не так часто встретишь в супермаркетах, но это действительно нечто! Но и любой другой мускатный сорт тоже отлично подойдет. Как только ягоды начинают подмораживаться, мякоть становится похожей на сорбе, в то время как кожица остается плотной (и выглядит это очень красиво).

Лучший способ есть замороженные ягоды — с кусочками хорошего шоколада, после обеда или ужина, и рюмкой граппы. Если вы, как и я в свое время, немного скептически отнеслись к предложенному, пожалуйста, просто попробуйте. Дейв, молодец!

## sorbetto di pere

### Грушевый сорбе

достаточно для 6 человек

Если вы не хотите дополнительно плотно наесться после ужина, сорбе — это то, что нужно. Его часто подают между блюдами, чтобы освежиться и плавно перейти на другую тему. Готовится сорбе всегда одинаково — это фруктовое пюре, смешанное с сиропом в пропорциях, которые позволяют ему заморозиться. Сорбе должен быть гладким и легко поддающимся ложке.

Приведенный ниже рецепт — комбинация несколько странная, но одна из моих любимых. Попробуйте. Отлично идет со свежими фруктами. Хорошая водка вместо граппы — такое тоже может быть. Звучит тревожно — но и абсент пойдет не хуже. Но, если честно, сейчас почти в любом супермаркете можно достать граппу. Особенно качественный брэнд — Nardini.

Количества, приведенного в этом рецепте, будет достаточно для 6 человек, каждому из которых достанется по паре шариков. Если вас только четверо и вы не осилили все, десерт можно заморозить и съесть в другой день. Я предлагаю использовать мелкие тарелки или толстое фарфоровое блюдо, которое необходимо заранее поместить в морозильник — так сорбе заморозится намного быстрее.

Купите очень спелые груши, пусть даже самые дешевые. Кожицу с них можно снять прямо руками, мякоть переложить в тарелку — и никакой нужды отдельно их готовить. Так я делал в Италии, когда продавец фруктов Pippo, с еженедельного рынка Testaccio Bracciolini, недалеко от Montevarchi, выдал мне целый поднос таких вот груш бесплатно. Будете там — передавайте привет! Может, он и вам чего подарит!

200 г мелкого тростникового сахара  
200 мл воды  
1 кг мягких груш, очистить, разделить  
на четвертинки

сок и цедра 1 лимона  
50 мл граппы или чего-то, что вам больше  
по вкусу

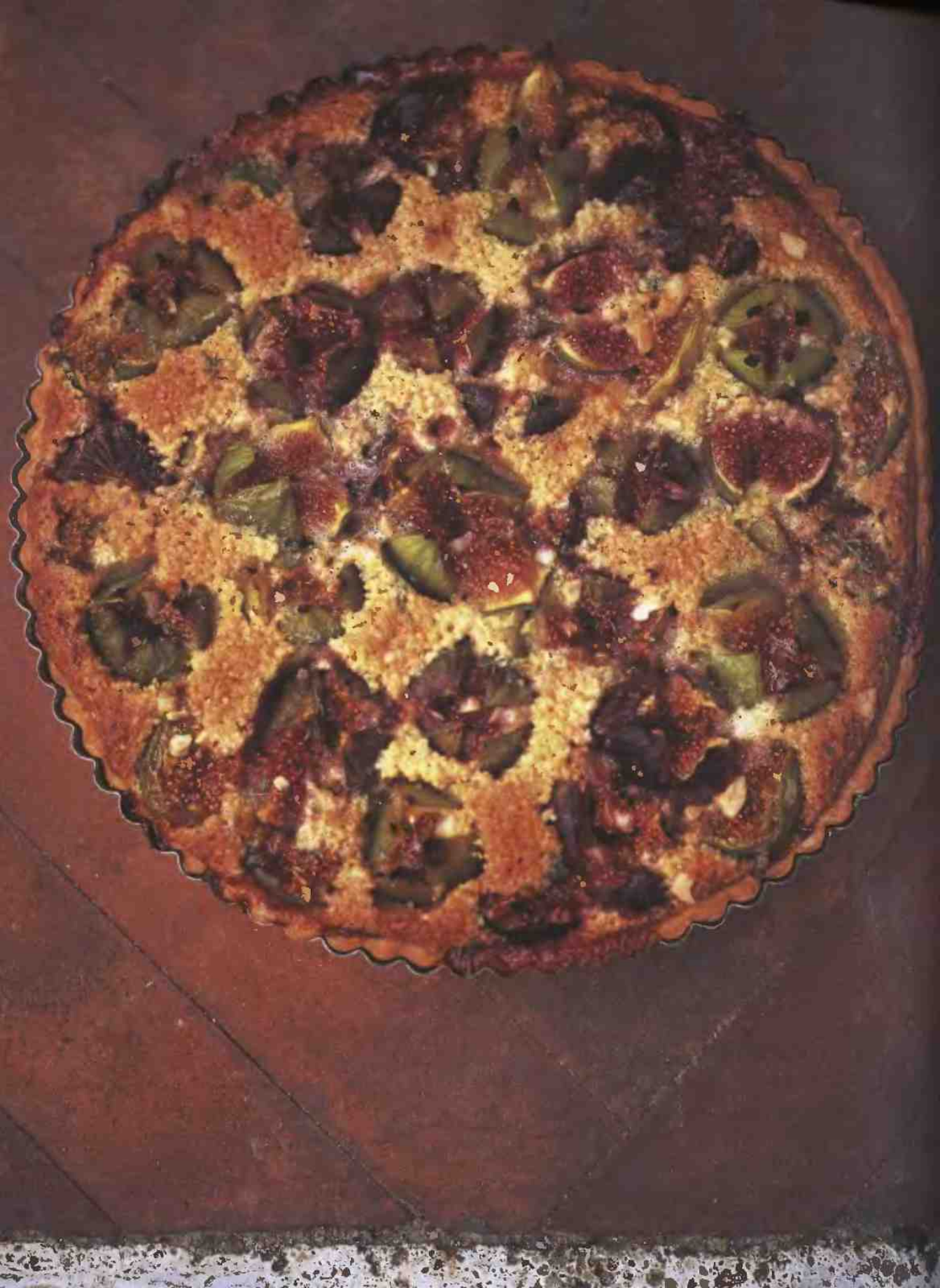
Разогрейте в кастрюле воду с сахаром. Доведите ее до кипения и варите еще 3 минуты. Заложите четвертинки груш и, если они только не супермягкие, готовьте еще 5 минут. Снимите с плиты, отставьте на 5 минут, влейте лимонный сок и цедру. Перелейте в комбайн и измельчите в пюре. Затем перетрите еще раз, используя крупное сито, и выложите на блюдо, в котором будете подавать.

Влейте граппу, тщательно перемешайте. Она очень хорошо сочетается с грушами, но лучше периодически пробовать то, что у вас получается (это ни в коем случае не слова поддержки тому, кто готов влить в сорбе целую бутылку, тем более что в этом случае оно не замрзнет). Поместите блюдо в морозильник, и помешивайте каждые полчаса. Через пару часов блюдо готово. Подавайте с ventagli или другим хрустящим печеньем.

**P.S.** Сорбе может провести в морозильнике буквально пару дней, после чего оно кристаллизуется. И на этом его история закончится.







# crostata di fichi

8 порций

## Пирог с инжиром

Один из моих любимейших тосканских десертов. Отличный способ приготовить зрелый инжир или какие-нибудь фрукты с косточкой, добавив немного корицы для того, чтобы подчеркнуть аромат.

15 ягод инжира, вымыть  
30 г сахарной пудры  
2 столовые ложки воды  
2 веточки свежего тимьяна, только листья  
цедра 1 апельсина

для теста:

120 г сливочного масла  
100 г сахарной пудры  
щепотка соли  
250 г пшеничной муки  
по желанию: стручок ванили,  
надрезать вдоль, выскрести семена

цедра ½ лимона  
2 крупных яичных желтка  
2 столовые ложки холодного молока или воды

для миндального крема *frangipane*:

280 г очищенного цельного миндаля  
55 г пшеничной муки  
250 г мелкого тростникового сахара  
2 крупных яйца, слегка взбить  
1 стручок ванили, надрезать вдоль,  
выскрести семена  
1 столовая ложка граппы

Смажьте сливочным маслом разъемную форму диаметром 28 см. Для теста перетрите вместе сливочное масло, сахарную пудру, соль, муку, семена ванили, лимонную цедру и яичные желтки. Сделать это можно руками или в кухонном комбайне. Когда смесь станет напоминать хлебные крошки, влейте молоко или воду. Сформируйте из теста шар, присыпьте его мукой. Не перестарайтесь, замешивая, иначе тесто станет слишком эластичным. Заверните шар в пищевую пленку, поместите его в холодильник хотя бы на час. Затем раскатайте и уложите на дно формы. Снова поставьте в морозильник на час.

Разогрейте духовку до 180 °C и запекайте тесто в течение 12 минут, или до тех пор, пока оно не подрумянится. Выньте форму из духовки и снизьте температуру до 170 °C.

Чтобы приготовить *frangipane*, измельчите 250 г миндаля в блендере до состояния порошка. Пересыпьте его в миску вместе с мукой. Теперь взбейте вместе сливочное масло и сахар. Добавьте его к миндалю вместе со слегка взбитыми яйцами и семенами ванили, влейте граппу и тщательно перемешайте. Поставьте в холодильник, хотя бы на полчаса. У инжира срежьте плодоножку, каждую ягоду надрежьте крестиком, а затем примните основание большим пальцем так, чтобы ягода раскрылась.

Выложите *frangipane* в форму, сверху поместите инжир, надрезанной стороной вверх. Нагрейте воду с сахаром и сбрызните инжир полученным сиропом. Слегка нарежьте оставшийся миндаль, присыпьте им инжир, посыпьте также цедрой и листьями тимьяна. Запекайте в духовке 40 минут, или пока *frangipane* не подрумянится. Он должен стать хрустящим снаружи и остаться мягким внутри. Дайте остыть в течение 30–40 минут. Подавайте с ложкой маскарпоне или сметаны.









## bustrengo

8 порций

### *Болонский пирог с полентой и яблоком*

Влажный пирог, немного похож на французский clafoutis, но с добавлением поленты и хлебных крошек, и это делает его очень итальянским. Такой хлебномасляный итальянский пудинг. Итальянцы готовят его вечером, в печи, на уже тлеющих углях.

кусочек сливочного масла  
100 г поленты  
200 г пшеничной муки, просеять  
100 г черствых хлебных крошек  
100 г мелкого сахарного песка  
плюс еще немного для присыпания  
500 мл жирного молока  
3 крупных яйца,  
предпочтительно от свободно  
пасшейся курицы

100 г жидкого меда  
50 мл оливкового масла  
100 г сушеного инжира, нарезать  
100 г обыкновенного или крупного изюма  
500 г крепких яблок, очистить от кожуры,  
крупно нарезать  
½ чайной ложки молотой корицы  
цедра двух апельсинов  
цедра двух лимонов  
чайная ложка соли

Разогрейте духовку до 180 °C. Смажьте маслом разъемную форму для выпекания диаметром 28 см. Смешайте поленту с мукой, хлебными крошками и сахаром. В отдельной миске смешайте молоко, яйца, мед и оливковое масло. Соедините обе смеси, тщательно перемешайте. Добавьте инжир, изюм, яблоки, корицу, апельсиновую и лимонную цедру, посолите и опять перемешайте.

Переложите тесто в форму, поставьте в духовку на 50 минут. Присматривайте за тестом; может быть, вам придется накрыть форму фольгой на каком-то этапе, если края начнут подгорать. Перед подачей к столу присыпьте мелким сахарным песком. Подавайте пирог теплым с *crème fraîche* и бокалом *vin santo*!





## torta di riso

8 порций

### Флорентийский рисовый пирог

Этот рецепт я был просто обязан дать в книге, настолько он вкусный. И еще, не часто найдется десерт, который будет в такой степени транспортабельным. Первый раз я натолкнулся на него в кафе во Флоренции — его купили сразу несколько человек. Ну и я купил себе кусочек. Этот пирог сначала напомнил мне один португальский десерт с кустардом, но попробовав его, я понял, что похож он скорее на английский рисовый пудинг. А еще я подумал, насколько же тесен мир кухни и еды. Очень вкусное сочетание ванили и апельсина — как раз то, что нужно. А если подать это с десертным вином, так вообще нет слов!

Обычно такие пироги присыпают сахарной пудрой и едят теплыми или холодными — отлично, так поступают со многими итальянскими блюдами. И кофе, конечно! Еще одна важная вещь, которую нельзя упустить — лучший результат получится, если рисовый пудинг будет приготовлен за день до подачи к столу.

**P.S.** Когда будете готовить тесто для пирога — попробуйте вместо лимонной цедры использовать цедру половинки апельсина.

тесто по рецепту на стр. 279

для наполнения:

50 г сливочного масла

2 стручка ванили

300 г риса для ризотто

3 столовые ложки мелкого  
сахарного песка

цедра 3 апельсинов

бокал белого вина

1 л жирного молока

2 крупных яйца,

предпочтительно от свободно  
пасшейся курицы, взбить

2 столовые ложки сахарной пудры

Смажьте маслом разъемную форму для выпекания диаметром 28 см. Приготовьте тесто, уложите в форму и поставьте в морозильник на 1 час. Разогрейте духовку до 180 °C и запекайте подготовленное тесто в течение 12 минут. Достаньте форму из духовки. Увеличьте температуру нагрева духовки до 200 °C.

Возьмите более глубокую форму для запекания с толстым дном, с крышечкой. Растопите в ней сливочное масло. Надрежьте стручки ванили вдоль, извлеките семена (стручки можно положить в сахарницу — получится ванильный сахар). Добавьте семена ванили в сливочное масло и перемешайте. Продолжайте готовить в течение минуты на медленном огне, затем добавьте рис вместе с сахаром и апельсиновой цедрой. Увеличьте температуру, перемешайте еще раз и влейте вино. Продолжайте перемешивать до тех пор, пока алкогольный запах не пропадет. Теперь постепенно влейте молоко. Готовьте на среднем огне в течение 15 минут. Дайте рису слегка остыть, после чего вбейте в него яйца. Перелейте полученную смесь в форму с тестом, посыпьте сахарной пудрой и запекайте 20 минут, до тех пор, пока тесто не подрумянится хорошенько. Подавайте с *crème fraîche*, чуть присыпав апельсиновой цедрой.









## torta di more

### Ежевичный пирог

8–10 порций

Когда я работал с Антонио Карлуччо в лондонском ресторане на Neal Street, я приготовил, наверное, тысячу таких пирогов. Мы пекли их для Королевской Оперы, и зрители покупали их, расфасованными в роскошные коробки. Однажды я пошел на «Лебединое озеро» и имел счастье наблюдать людей, сидящих на дорогих местах, в ложах, с коробками моего торта на коленях, в то время как я жевал фруктовые пастилки из пакетика, сидя в более дешевом секторе. Не то чтобы я завидовал. Я просто знал, насколько вкусные ежевичные пироги лежат у них на коленях! Их очень просто готовить, особенно если в морозильнике есть пара готовых к запеканию коржей. Делать такой пирог можно практически с любыми ягодами — малиной, ежевикой, клубникой или черникой, даже с крыжовником, если его предварительно чуть отварить. Это настоящее лакомство!

тесто по рецепту на стр. 279

для наполнения:

1 стручок ванили

500 г маскарпоне

100 мл сливок жирностью 20%

3 столовые ложки сахара

3 столовые ложки граппы

или «вин санто»

300 г ежевики

(или других ягод, см. выше)

2 столовые ложки ежевичного

или малинового джема

небольшая горсть листьев свежей мяты

Смажьте маслом разъемную форму для выпекания диаметром 28 см. Замесите тесто, раскатайте его, уложите в форму и поставьте в морозильник. Разогрейте духовку до 180 °C и запеките основание пирога в течение 12 минут.

Чтобы приготовить начинку, разрежьте стручок ванили пополам вдоль, извлеките семена. Смешайте маскарпоне, сливки, семена ванили, сахар и граппу, чуть взбейте. Попробуйте, вкус должен быть очень насыщенным, с легким ароматом граппы. Если вы не смогли купить граппу, можно взять сладкое вино «вин санто».

Когда основание пирога остынет, возьмите лопаточку и распределите крем по основанию. Попробуйте разложить его равномерно. После чего сверху положите ягоды — вдавливать их не надо. Если вы человек щедрый, дайте себе волю и добавьте еще ягод или используйте сразу несколько сортов ягод. Теперь в отдельной кастрюльке растопите пару ложек джема, смешав его с 3–4 ложками воды. Тщательно перемешайте, чтобы получился легкий сироп. Теперь кисточкой чуть смочите ягоды сиропом.

Перед подачей к столу посыпьте листьями свежей мяты. Отлично пойдет к чаю. Подать можно сразу же. Или поставьте пирог в холодильник и подайте его позже.

## semifreddo con cioccolato e riso

достаточно для 8 человек

### *Шоколадный рисовый semifreddo*

Итальянцы относятся к рису как таковому с любовью и уважением, вне зависимости от того, используют они его для пудинга или для ризотто. Если вы прогуляетесь по Флоренции или по любому другому городу в Италии, вы встретите большое количество различных *gelaterias* (такие палатки-кафешки, где продают мороженое). И совершенно нормально увидеть там на витрине ванильно-рисовое мороженое. Я считаю это блюдо исключительным. Вот я и решил попробовать создать что-то свое. Я смешал рисовый пудинг с традиционными итальянскими ягодами (которые обычно замораживают), с кусочками шоколада и фисташками. Затем добавил все это к *semifreddo* (в переводе «полузамороженный») — он несколько легче обычного мороженого. Здорово пойдет на вечеринке, только сделать его лучше заранее.

*для рисового пудинга:*

30 г сливочного масла

1 стручок ванили

150 г риса для ризотто

50 г сахара

150 мл белого вина

700 мл жирного молока

4 крупных яйца, предпочтительно от  
свободно пасшейся курицы, желтки  
отделить от белков

500 мл жирных сливок

щепотка соли

150 г цукатов, измельчить

100 г темного шоколада (70% содержания  
какао), наломать на кусочки

100 г фисташек, очистить от скорлупы,  
слегка нарезать ножом

Поместите большое глиняное блюдо (25–30 см) или несколько маленьких формочек в морозильник. Возьмите сковороду с толстым дном и высокими стенками, растопите в ней сливочное масло. Надрежьте стручок ванили вдоль, извлеките семечки. Добавьте их в горячее масло. Продолжайте готовить еще минуту, после чего добавьте сахар и рис. Убавьте огонь до среднего, еще раз перемешайте и влейте вино. Продолжайте готовить до тех пор, пока вино частично не выпарится. Теперь постепенно влейте молоко. Продолжайте готовить на медленном огне, периодически помешивая, 18–20 минут. Снимите сковороду с огня, дайте остыть.

Для того чтобы приготовить *semifreddo*, вам понадобятся три емкости. В одной из них взбейте сахар и яичные желтки до состояния густой бледной пены, во второй — сливки, они тоже должны загустеть, в третьей — яичные белки со щепоткой соли, они превратятся в густую белую пену.

Теперь быстро смешайте сливки и белки с сахарно-яичным кремом. Добавьте цукаты, шоколад, фисташки и рисовый пудинг. Переложите смесь в охлажденные формы (или форму), накройте пленкой и поместите в морозильник. На заморозку уйдет порядка 4 часов. Прежде чем подавать на стол, переложите формы в холодильник, смесь должна слегка отойти. Она должна быть нежной и легко поддающейся ложке. Непередаваемо вкусно со свежими ягодами.







## fichi secchi

### *Тягучий итальянский инжир*

Несмотря на то что я поместил этот рецепт в раздел про десерты и есть это блюдо лучше после ужина, я иногда ем его и на завтрак, и на ланч. Оно всегда вкусное, так что ешьте когда заблагорассудится.

В сентябре в Тоскане продается много зеленого и фиолетового инжира. Он растет повсюду, и вы можете самым естественным образом срывать его с деревьев и есть на ходу. Инжир этот очень сладкий и сочный, его можно добавлять в различные салаты (хорошо идет с моцареллой), пудинги, мороженое. Но если вы решили есть его после ужина, то лучшее сочетание — выдержанный сыр. (Честно говоря, просто не люблю есть с сыром фрукты с ярким кисловатым привкусом, а вот этот инжир для меня — то, что надо).

Однажды я набрал так много инжира, что уже и не знал, куда его деть. Я разорвал ягоды пополам, положил их на решетку и поставил ее в духовку, разогретую до 50 °C (самая низкая возможная температура). Через 2 часа они были готовы. Вы можете оставить ягоды инжира в духовке и на всю ночь, не проблема. На следующее утро они преобразуются в лучшие в мире сладости. Я пробовал их вместе с медом, на кусочке поджаренного хлеба — какое замечательное получилось утро! Тягучий инжир можно также добавить в жаркое или смешать с пастой, но лучше всего есть его как он есть, с выдержанным сыром из овечьего молока или другим выдержанным сортом сыра, с бокалом «вин санто». Одно из величайших удовольствий в моей жизни!

**P.S.** Такой инжир хорошо добавить в миндальный пирог. И он также хорошо сочетается с печеной курицей и дичью. Инжир здорово работает даже в густом мясном соусе, делая его слаще и насыщеннее.

## fragole con limone e menta

*Клубника с лимоном и мятой*

Положите несколько ягод клубники в охлажденный бокал. Сверху выдавите немного лимонного сока, чуть посыпьте мелким сахарным песком и лимонной цедрой. Украсьте листиками мяты. Исключительно с prosecco.

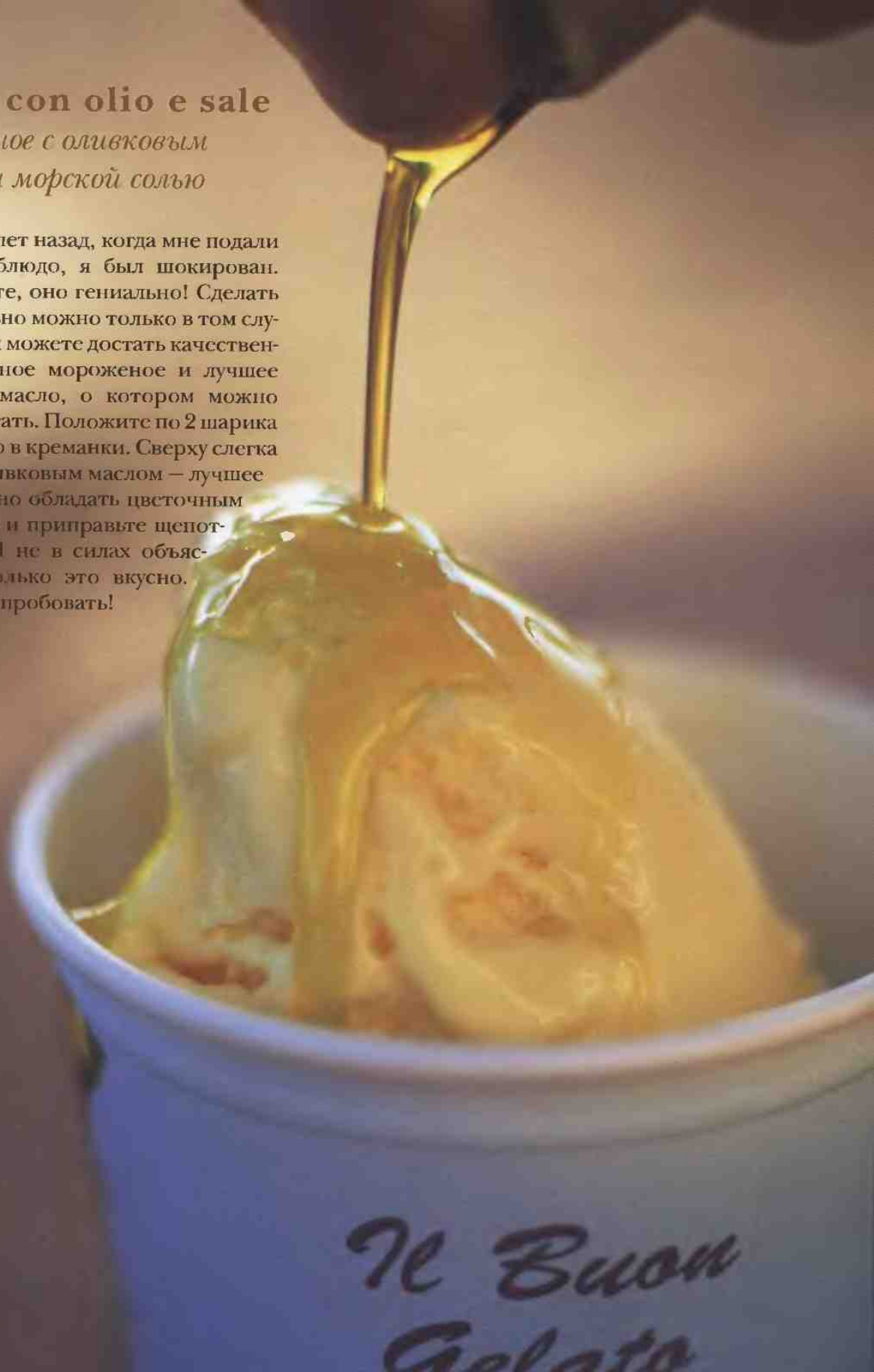




## gelato con olio e sale

*Мороженое с оливковым  
маслом и морской солью*

Несколько лет назад, когда мне подали такое вот блюдо, я был шокирован. Но, поверьте, оно гениально! Сделать его правильно можно только в том случае, если вы можете достать качественное ванильное мороженое и лучшее оливковое масло, о котором можно только мечтать. Положите по 2 шарика мороженого в креманки. Сверху слегка полейте оливковым маслом — лучшее масло должно обладать цветочным ароматом — и приправьте щепоткой соли. Я не в силах объяснить, насколько это вкусно. Это надо попробовать!



*Il Buon  
Gelato*

## torta di nada

10 порций

### *Пирог от Нады*

Нада — настоящая красавица. И к тому же главная движущая и интеллектуальная сила в бизнесе моего друга Луки в Вилла Петроло, в Тоскане. Если вам захочется красиво и уединенно отдохнуть, имейте в виду — эта семья сдает 3–4 виллы, обратиться к ним можно в любое время года. И человеком, который договорится с вами обо всем, и будет Нада. Она готовит классический тосканский пирог с виноградом, исключительно вкусный — это видно даже на картинке. Мягкий нежный бисквит, который выпекается с оливковым и сливочным маслом сразу, и сладкий запеченный виноград.

Для этого пирога Нада берет виноград сорта фрагола с довольно мелкими ягодами, созревающими в Италии в сентябре. Но в Британии его сложно достать, и это заставило меня слегка изменить рецепт. Я предложил использовать свежую чернику, у нас она появляется в середине лета. Такой пирог похож на тот, который печет Нада, и со вкусом у него тоже все в порядке.

немного сливочного масла  
и муки для подготовки формы  
4 крупных яйца комнатной температуры  
270 г сахара  
180 г несоленого сливочного масла, подтаявшего  
110 мл оливкового масла extra virgin  
150 мл молока

1 стручок ванили, семена удалить, или  
1 чайная ложка ванильной эссенции  
400 г пшеничной муки  
1,5 чайные ложки пекарского порошка  
хорошая щепотка соли  
цедра 2 лимонов, натереть  
цедра 2 апельсинов, натереть  
600 г свежих ягод черники  
или виноград сорта фрагола

Разогрейте духовку до 175 °C. Щедро смажьте сливочным маслом форму для выпекания диаметром 25 см, проложите ее дно пергаментом. Взбейте яйца с сахаром, смесь получится бледно-желтого цвета, затем добавьте сливочное и оливковое масло, молоко и ваниль. Хорошо перемешайте. Просейте муку, соль и пекарский порошок, смешайте в миске с яйцами и маслом. Добавьте апельсиновую и лимонную цедру, перемешайте деревянной ложкой. Отставьте на 10 минут — это позволит муке впитать достаточное количество влаги.

Замешайте четверть ягод в тесто, выложите его в форму и разровняйте лопаткой. Поставьте форму в центр разогретой духовки и запекайте 15 минут, затем выньте форму, сверху разбросайте оставшиеся ягоды. Аккуратно вдавите их в пирог и поставьте в духовку еще на 30–40 минут, до тех пор, пока он не запечется и не подрумянится. Поставьте пирог в форме на решетку, дайте остыть. Через 10 минут аккуратно проведите лезвием ножа по периметру формы и выньте пирог.















## sorbetto di limone

достаточно для 6 человек

### Особенный лимонный шербет

Верите вы мне или нет, мы сейчас попробуем настоящий шербет. Вы знаете, что на свете существует granita, ее делают из мелкого льда, а еще есть сорбе — оно нежное, как мороженое, только без сливок, и готовят его на основе сахарного сиропа. Что касается мороженого, это замороженный десерт на яично-кремовой основе. Если в него добавить сливки, десерт становится все более и более гладким, приятным на язык, и вот этого-то мы и попытаемся добиться от шербета. Это один из моих самых любимых десертов. Шербет можно насытить любыми ароматами на выбор, главное, чтобы фрукты были слегка кисловатыми. Лимон, лайм, ананас и грейпфрут — лучшие в этом деле.

Я понимаю, что мороженое и другие замороженные десерты сейчас купить не проблема. Но сто или более лет тому назад, когда мороженое уже появилось на свет, зимой бедняки собирали лед для того, чтобы поместить его в специальные контейнеры для хранения мороженого или шербета. Понятно, что это было очень затратным мероприятием, и по деньгам, и по времени. Поэтому они с особенным вниманием относились к тому, из чего делается это самое мороженое или шербет. Я думаю, к мороженому в те времена относились как сегодня к шампанскому или устрицам.

200 г сахара

200 мл воды

200 мл лимонного сока

цедра 1 лимона

1 столовая ложка с горкой маскарпоне

Поместите в морозильник неглубокую емкость диаметром 20–25 см (на картинке изображена небольшая сковорода, которую я решил подключить к этому процессу) — так шербет заморозится намного быстрее.

В кастрюлю влейте воду, засыпьте сахар и доведите до кипения, затем убавьте огонь и продолжайте варить еще 5 минут. Когда сахар полностью растворится, снимите кастрюлю с огня и дайте остыть, минут 15, после чего добавьте лимонный сок и цедру. Теперь добавьте маскарпоне. Очень важно на этом этапе попробовать смесь. Все зависит от того, насколько кислые лимоны вам попались. Именно поэтому сложно вначале четко определить количество всех составляющих — все, что я могу сказать, это: обычно такого количества сахара хватает. Но если смесь настолько кислая, что ее невозможно даже попробовать без гримасы, знайте — нужно просто добавить немного сахара.

Вылейте смесь в ранее охлажденную емкость и поставьте ее в морозильник — хотя бы на час, прежде чем проверить первый раз. Если смесь начала замораживаться, перемешайте ее вилкой. Повторяйте процесс каждый час, еще три раза, после чего блюдо будет готово. Пару дней оно может спокойно храниться в морозильнике, накрытое пищевой пленкой. Захотите держать его там дольше — ничего не получится, начнет кристаллизоваться. Подать такой шербет можно в креманке или в бокале. В качестве соуса отлично будет выглядеть свежая малина, протертая через сито. Просто полейте ею шербет.

## la torta della giovane sara

8 порций

### *Торт Сары из Тосканы*

Это рецепт милой итальянской девушки по имени Сара, она помогала нам на кухне в Тоскане (нашего фотографа она просто сразила — это видно по картинке напротив). Рецепт она узнала от своей матери, и я готов поклясться, что не поместил бы его в книгу, если бы он не был настолько исключительным! Несмотря на то что девушка совсем еще молода, чуть старше двадцати, она получила замечательное кулинарное образование (для Британии, кстати, очень редкий случай), и вот пожалуйста, убедитесь — замечательный десерт.

250 г сливочного масла, подтаявшего,  
плюс еще немного для смазывания  
формы

500 г муки сорта «00»

4 яйца, предпочтительно от свободно  
пасшейся курицы

400 г сахара

цедра и сок 1 лимона

пакетик дрожжей (7 г)

100 г кедровых орешков

Разогрейте духовку до 180 °С. Смажьте маслом разъемную форму диаметром 30 см, проложите дно пергаментом. Чуть присыпьте мукой. В миске взбейте яйца, затем добавьте сахар, муку, лимонную цедру и сок, сливочное масло и дрожжи. Перемешайте, перелейте в форму. Сверху разбросайте кедровые орешки. Запекайте в разогретой духовке в течение 40 минут, или до тех пор, пока торт не подрумянится.







## tiramisù veloce

4 порции

### *Тирамису быстрого приготовления*

Существует множество рецептов приготовления тирамису. Этот сочетает в себе лучшее из оригинальных рецептов, и помимо прочего в нем можно использовать покупное бисквитное печенье. Попробуйте — и вы получите фантастические результаты.

Слово *tiramisù* переводится как «обрати на меня внимание» (это если в мягкой форме).

15 готовых печений *savoiardi*  
250 мл хорошего крепкого кофе,  
только что сваренного  
4 столовые ложки мелкого сахарного  
песка  
500 г маскарпоне

2 стручка ванили  
140 мл сладкого вина «вин санто»  
или сладкого хереса  
цедра и сок 1 апельсина  
100 г темного шоколада  
(70% содержания какао)

Возьмите миску среднего размера или блюдо диаметром 20–25 см и уложите печенье слоями в виде горки. Добавьте в кофе 2 ложки сахара. Аккуратно залейте бисквиты сладким кофе, постарайтесь сделать это так, чтобы досталось каждому кусочку — печенье будет работать как губка. Пока происходит этот незамысловатый процесс, положите маскарпоне в отдельную емкость и взбейте его с оставшимся сахаром.

Надрежьте стручки ванили вдоль, извлеките семена и смешайте их с маскарпоне. Стручки можно поместить на время в сахарницу — у вас получится ароматный ванильный сахар. Продолжайте взбивать маскарпоне, постепенно влейте «вин санто» или херес. Вы должны добиться консистенции легкого крема, гладкого и нежного. Если вам кажется, что крем слишком густой, влейте немного апельсинового сока. Остатками сока залейте бисквит. Выложите ванильный маскарпоне поверх печенья. Шоколад натрите или нарежьте в виде стружки; посыпьте им крем. Присыпьте тирамису тертой апельсиновой цедрой. Поставьте десерт в холодильник до момента подачи к столу.









## macedonia di frutta all'amalfitana

4 порции

### *Фруктовый салат из Амалфи*

Интересно, что помогает итальянцам преобразовать скучнейший фруктовый салат из самых обычных составляющих в довольно интересное и даже сексуальное блюдо? Думаю, у вас тоже получится. Купите крупные апельсины. Или грейпфруты. Затем включите воображение и возьмите фрукты, которые сейчас на самом пике сезона. Первый раз я сделал этот салат в Италии, тогда в изобилии продавалась лесная земляника. Вы же можете использовать то, что продается на вашем местном рынке.

В итальянских ресторанах, когда дело доходит до десерта, приходится делать выбор между бисквитным пирожным, мороженым и фруктами. Фрукты будут поданы весьма просто — в таком, я бы сказал, китайском стиле. Ананасы и дыни, нарезанные крупными полумесяцами. Я первый соглашусь с тем, что подавать мороженое в половинках фруктов весьма пахивает модой восьмидесятых, но согласитесь: летним днем отведать свежайшей клубники со сладким апельсином и ванильным сахаром, в апельсиновой чашечке и, конечно, с бокальчиком белого вина — уже совсем другое дело.

2 крупных апельсина, если есть листья, сохранить

2 большие горсти крупной лесной земляники (или обычной клубники, разрезать на четвертинки)

2 чайные ложки ванильного сахара или мелкого сахарного песка  
немножко граппы или лимончелло

Разрежьте апельсины пополам, отрежьте кусочек кожуры у основания так, чтобы половинки легко стояли на столе. Аккуратно выньте мякоть, стараясь не сломать «чашечку». Очистите дольки от пленок и косточек, положите мякоть апельсина в миску вместе с клубникой. Если вы готовите блюдо заранее, на этой стадии все можно поставить в холодильник. Перед подачей к столу посыпьте фрукты ванильным сахаром (следуйте своему вкусу, все зависит от кислоты ягод) и влейте немного алкоголя — я обычно беру граппу или лимончелло. Перемешайте и выложите фрукты вместе с соком в половинки апельсинов. Сразу же подавайте на стол.



# grazie mille!

Огромное спасибо всем замечательным людям,  
которые помогли мне составить эту книгу.



Спасибо моей красавице-жене Джулс и двум моим дочерям, Поппи и Дейзи, за вдохновение, которое меня не покидало. Я люблю вас. Спасибо маме и папе за то, что они сделали на Южном Пирсе тридцать лет назад.

Стараясь втиснуть в эту книгу сразу побольше всего, я почти свел с ума всех сотрудников Penguin. Спасибо вам большое, что смогли все это выдержать. John Hamilton, Tom Weldon, Anni Lee, Keith Taylor, Chris Callard, Sophie Hewat, Tiina Wastie, Sophi Brewer, Alex Clarke, Jessica Jefferys, Rob Williams, Tora Orde-Powlett. Naomi Fidler и команда продвижения: Clare Pollock, Jane Opoku, Mariateresa Boffo, Jen Doyle и Sarah Hulbert! Кто бы мог десять лет назад подумать, что мы будем работать над уже шестой по счету книгой!

Крепкие, насколько возможно, объятия и поцелуи — моей команде. Я счастлив с вами работать и очень вас всех ценю — милая Lindsey Evans, Ginny Rolfe, аккуратный до невозможности Peter Begg, Anna Jones, Bobby Thomson, Danny McCubbin, Louise Holland, Carly Skinner, Paul Rutherford и Suzanna de Jong. Спасибо также Frosty, Tara и Tessa.

Большой респект David Loftus, фотографу. Ты лучше всех в мире умеешь снимать еду, я правда так думаю. Спасибо Chris Terry за его замечательные портреты. Спасибо, ребята!

Спасибо моему другу Jekka McVicar, которая привела в порядок растущие в моем саду травы (обязательно купите у нее семян или растений [www.jekkasheerbfarm.com](http://www.jekkasheerbfarm.com)). Спасибо Mick Peart, мастеру на все руки, — он соорудил прицеп-кухню для моего каравана и еще производит лучшие в мире барбекю Caribbean Cookers ([www.caribbeancookers.com](http://www.caribbeancookers.com)). Спасибо Marco из Ily Coffee UK. Он поддерживал ресторан Fifteen с первого дня работы, а сейчас начал импортировать восхитительные семена овощей из Италии, они продаются здесь — [www.seedsofitaly.com](http://www.seedsofitaly.com). Спасибо также Gretchen Andersen, Ewan и Agnes из Lacquer Chest, а также Anna Brown за дополнительную помощь в переводе.

Спасибо Luke, Peter, Paul и Carl. Без вас я бы и строчки не написал. Спасибо вам за помощь в поддержании на ходу моего автобуса «фольксваген-караван» 1956 года рождения, который в результате работал на славу. Спасибо Luc и Mark и всей команде Tefal за прекрасные кастрюли и сковородки, они всегда прибывали вовремя, в самую дальнюю итальянскую глушь.

Моему лучшему другу и профессиональному сутенеру, газовщику Andy Slade — без тебя моя жизнь была бы просто неполноценной! Хотя ты, конечно, буйнопомешанный. Спасибо тебе за длинные пьяные сообщения, которые приходили на мой телефон глубокой итальянской ночью, будили меня и напоминали обо всех оставшихся дома друзьях.

Мне также хочется поблагодарить мою творческую команду, которая, где бы мы ни находились, всегда по-настоящему помогала мне. Спасибо, Andrew Conrad, Robert Thirkell, Helen Simpson, Guy Gilbert, Katy Fryer, Victoria Bennetts, Benedict Protheroe, Carla de Nicola, Sarah Tildesley, Toby Ralph, Richard Munns, Tracy Garrett, Vanya Barwell, Tom Dalzell, Paolo Chianta, Guendalina Ghironi, Emma Cockshutt, John Dewar, Sabrina Licata, Sunshine Kackson и Paddy Lynas.

И, наконец, спасибо всем замечательным людям, с которыми я познакомился, путешествуя по Италии. Их так много, что на перечисление всех просто не хватит места. Спасибо за вашу доброту. Я вас всех очень люблю.



## Алфавитный указатель

номер страницы в жирном начертании  
указывает на наличие иллюстрации  
v означает, что блюдо вегетарианское

### а

#### Алтамур

гороховый суп **80, 81**

#### Амалфи

печеные лимоны **20, 21**

v салат Амалфи **164, 165**

v фруктовый салат из Амалфи **306, 307**

#### анчоус

анчоусы в томатном соусе с пастой **118, 119**

рыба соль, запеченная тремя способами **186, 187**

салат от Женнаро **162, 163**

хрустящий шалфей с анчоусами **18, 19**

#### апельсин(-ы)

v салат Амалфи **164, 165**

v сицилийская заправка из красного апельсина **39**

#### артишок(-и)

v bruschette **5, 6**

v ризотто **136, 137**

яйцо, прошутто, артишоки, оливки, моцарелла,  
томатный соус и базилик **55, 56**

### б

#### bruschette 4

v баклажан и мята **5, 6**

v молодые артишоки **5, 6**

v печеные овощи **5, 7**

v помидоры с базиликом **5, 7**

#### базилик

v bruschette с помидорами и базиликом **5, 7**

v ризотто бьянко с песто **132, 133**

v спагетти в стиле трапанезе **120, 121**

v шелковые платочки с соусом песто **110, 111**

#### баклажан(-ы)

v bruschette с баклажаном и мятой **5, 6**

v баклажаны по-пармски **266, 267**

v паста «Норма» **88, 89**

v тушеные баклажаны по-сицилийски **8, 9**

#### бальзамический уксус

v салат радиччо тревизо с чесноком **254, 255**

#### бобы, фасоль

v crostini с бобами cannellini и чесноком **24, 25**

v моя любимая ribollita **72, 73**

v пюре из зеленого горошка и хлебных бобов  
с сыром пекорино **24, 25**

v фасоль по-итальянски **256, 257**

v болонский пирог с полентой и яблоком **282, 283**

#### брокколи 11

буффало моцарелла *смотрите* моцарелла

v бьянко, ризотто **130**

v бьянко, ризотто с песто **132, 133**

быстрого приготовления, тирамису **302, 303**

### В

#### виноград

v замороженные ягоды винограда фрагола  
с шоколадом и траппой **274, 275**

v зеленый и красный виноград, розмарин,  
кедровые орешки и рикотта **54, 56**

### Г

#### гарниры 248–269

v баклажаны по-пармски **266, 267**

грибы, запеченные в конверте **252, 253**

v запеченная тыква **260, 261**

v зелень в итальянском стиле **264, 265**

обжаренные кабачки **259**

v полента **268, 269**

рагу из весенних овощей **250, 251**

v салат радиччо тревизо с чесноком  
и бальзамическим уксусом **254, 255**

v фасоль по-итальянски **256, 257**

#### говядина

говядина, мгновенно запеченная с чесноком,  
розмарином и лисичками **238, 239**

знаменитое охотничье жаркое с перцем **212, 213**

кебабы из колбасок и говядины **218, 219**

суши кьянти **15**

тосканские picci с соусом **105–106, 107**

#### голубь

гриль микс **225, 226, 227**

#### горох

v crostini с пюре из зеленого горошка и хлебных  
бобов с сыром пекорино **24, 25**

гороховый суп из Алтамур **80, 81**

#### грибы

говядина, мгновенно запеченная с чесноком,  
розмарином и лисичками **238, 239**

грибы, запеченные в конверте **252, 253**

v запеченные, фаршированные рикоттой **26, 27**  
кебабы из ягнатины и грибов **240, 241**

v ломтики с сыром моцарелла и тимьяном **28, 29**  
паста, запеченная с курицей и грибами **112, 113**

v ризотто с грибами и петрушкой **142, 143**

#### гриль

маринованный кролик **230, 231**

рыба **190–191, 192–193, 194**

рыба-меч с salsa di Giovanna **196, 197**

v салат радиччо тревизо с чесноком  
и бальзамическим уксусом **254, 255**



- свинина, запеченная на гриле и в духовке 214, 215
- грушевый сорбе 276, 277

## Д

- дедушкины лингвини с мидиями 93
- десерты 272–307
- болонский пирог с полентой и яблоком 282, 283
- грушевый сорбе 276, 277
- ежевичный пирог 286, 287
- замороженные ягоды винограда фрагола с шоколадом и граппой 274, 275
- клубника с лимоном и мятой 292, 292
- мороженое с оливковым маслом и солью 293, 293
- особенный лимонный шербет 298, 299
- пирог от Нады 294, 295
- пирог с инжиром 278, 279
- тирамису быстрого приготовления 302, 303
- торт Сары из Тосканы 300, 301
- тягучий итальянский инжир 290, 291
- флорентийский рисовый пирог 284, 285
- фруктовый салат из Амалфи 306, 307
- шоколадный рисовый semifreddo 288, 289
- дичь
- соус из кабана из mercatello 245

## Е

- ежевичный пирог 286, 287

## Ж

### жаркое

- охотничье жаркое с перцем 212, 213
- Женнаро, салат 162, 163

## З

- закуски 2–29
- bruschette 4–7, 5
- caponata 8, 9
- crostini 22–25, 23
- запеченные грибы, фаршированные рикоттой 26, 27
- зелень, приготовленная наилучшим образом 10, 11
- ломтики грибов с расплавленным сыром моццарелла и тимьяном 28, 29
- печенные лимоны с Амалфи 20, 21
- пирожки из рикотты с салатом из помидоров 12, 13
- суши кьянти 15
- хрустящий шалфей с анчоусами 18, 19
- замороженные ягоды винограда фрагола с шоколадом и граппой 274, 275
- зелень
- crostini 22, 23

- зелень в итальянском стиле 264, 265
- приготовленная наилучшим образом 10, 11
- знаменитая итальянская запеченная свинина 46, 48, 49
- что я думаю о porchetta 46
- знаменитое охотничье жаркое с перцем 212, 213

## И

### инжир

- crostini с прошутто, инжиром и мятой 22, 23
- пирог с инжиром 278, 279
- тягучий итальянский инжир 290, 291
- по-итальянски рыба в наихрустейшем кляре 42
- по-итальянски фасоль 256, 257
- в итальянском стиле зелень 264, 265

## К

### crostini 22–25

- бобы cannellini с чесноком 24, 25
- зелень 22, 23
- моццарелла буффало и чили 22, 23
- помидоры и оливки 24, 25
- прошутто, инжир и мята 22, 23
- пюре из зеленого горошка и хлебных бобов с сыром пекорино 24, 25
- смесь пряных трав 24, 25

### кабан

- соус из кабана из mercatello 245

### кабачки обжаренные 259

### кальмар

- обжаренный, с лимонами и пангратадой 188, 189
- салат с помидорами, фенхелем и кальмаром 166, 167
- спагетти с кальмарами 94, 95

### картофель

- салат от Женнаро 162, 163
- картофель, моццарелла, розмариин, тимьян и помидоры, наполнитель для пиццы 54, 56

### каштаны

- жаркое из фазана 236

### кебабы

- кебабы из колбасок и говядины 218, 219
- кебабы из осьминога 182, 183
- кебабы из ягнятины и грибов 240, 241

### кедровые орешки

- нога ягненка, начиненная оливками, хлебом, кедровыми орешками и травками 242, 243
- торт Сары из Тосканы 300, 301
- клубника с лимоном и мятой 292, 292

### кляр

- рыба по-итальянски в наихрустейшем кляре 42
- хрустящий шалфей с анчоусами 18, 19

### колбаски

- карбонара с колбасками 90, 91

кебабы из колбасок и говядины 218, 219

колбаски с зеленой чечевицей

и томатной сальсой 220, 221

ризотто со сладким белым луком,

cotechino и тимьяном 148, 149

#### креветки

спагетти с креветками и руколой 116, 117

фриттата с креветками и петрушкой 44, 45

#### кролик

гриль-микс 224, 225, 226

маринованный кролик на гриле 230, 231

что я думаю о кролике 228

#### курица

гриль микс 225, 226, 227

курица, тушенная по-охотничьи 222, 223

паста, запеченная с курицей и грибами 112, 113

#### кускус

рыба с кускусом от Nonna Giusy 206, 207

#### кьянти суши 15

## Л

лазанья по-охотничьи 124

#### лимон

v клубника с лимоном и мятой 292, 292

печенье с Амалфи 20, 21

обжаренный на сковороде кальмар

с лимонами и панграттатой 188, 189

v особенный лимонный шербет 298, 299

v ломтики грибов с расплавленным сыром

моцарелла и тимьяном 28, 29

#### лук

ризотто со сладким белым луком,

cotechino и тимьяном 148, 149

лучший чесночный хлеб 57

лучшая в мире фриттата с креветками

и петрушкой 44, 45

лучшие фрикадельки из тунца 202, 203

лучший на Сицилии суп из омара 78–79, 79

## М

майоран, соус для рыбы на гриле 194

мгновенно запеченная с чесноком, розмарином

и лисичками говядина 238, 239

#### меч-рыба

рыба-меч на гриле, с salsa di Giovanna 196, 197

#### мидии

дедушкины лингвини с мидиями 93

микс гриль 224–227, 225, 226

#### минестроне

минестроне ранней осени 66, 67

что я думаю о минестроне 65

моря дары, ризотто 134, 135

v мороженое с оливковым маслом и солью 293, 293

#### моцарелла

v crostini с моцареллой буффало и чили 22, 23

v ломтики грибов с расплавленным сыром

моцарелла и тимьяном 28, 29

наполнители для пиццы 54–55, 56–57

v паста с помидорами и моцареллой 114, 115

печеные лимоны с Амалфи 20, 21

v салат с Капри 170, 171

#### мясо 210–245

говядина, мгновенно запеченная с чесноком,

розмарином и лисичками 238, 239

гриль микс 224–7, 225, 226

жаркое из фазана 236

знаменитая итальянская свинина 46, 48, 49

знаменитое охотничье жаркое с перцем 212, 213

карбонара с колбасками 90, 91

кебабы из колбасок и говядины 218, 219

кебабы из ягнятины и грибов 240, 241

колбаски с зеленой чечевицей и томатной

сальсой 220, 221

кролик 228

курица, тушенная по-охотничьи 222, 223

лазанья по-охотничьи 124, 125

маринованный кролик на гриле 230, 231

нога ягненка, начиненная оливками, хлебом,

кедровыми орешками и травками 242, 243

паста, запеченная с курицей и грибами 112, 113

ризотто со сладким белым луком,

cotechino и тимьяном 148, 149

свинная отбивная с шалфеем 234, 235

свинина на гриле и в духовке 214, 215

соус из кабана из mercatello 245

суши кьянти 15

тоscanские picci с соусом 105–106, 107

#### мята

v bruschette с баклажаном и мятой 5, 6

v crostini с пропущто, инжиром и мятой 22, 23

v клубника с лимоном и мятой 292, 292

## Н

Nonna Giusy, рыба с кускусом 206, 207

v Нады пирог 294, 295

нежный осьминог 180, 181

нога ягненка, начиненная оливками, хлебом,

кедровыми орешками и травками 242, 243

Nonna Фангитта, тунец 204, 205

#### нут

v жареные пирожки из нута 40

паста с нутом 76, 77

## О

v обжаренная пицца 58, 59

v обжаренные в масле пирожки из рикотты,



с салатом из помидоров 12, 13

обжаренные кабачки 259

овощи

v bruschette с печеными овощами 5, 7

рагу из весенних овощей 250, 251

v салат из фарро с печеными овощами 172, 173

также смотрите салаты, гарниры; и отдельные овощи

оливки

v crostini с помидорами и оливками 24, 25

нога ягненка, начиненная оливками, хлебом, кедровыми орешками и травками 242, 243

оливковое масло

v мороженое с оливковым маслом и солью 293, 293

омар

лучший на Сицилии суп из омара 78–79, 79

v особенный лимонный шербет 298, 299

осьминог

кебабы из осьминога 182, 183

нежный осьминог 180, 181

осьминог в бульоне 183

салат из осьминога 183

по-охотничьи лазанья 124

по-охотничьи тушенная курица 222, 223

## П

pancetta

копченая pancetta, моццарелла, свежий чили и помидоры 55, 57

рыба соль, запеченная тремя способами 186, 187

пармезан, сыр

v баклажаны по-пармски 266, 267

паста 84–124

анчоусы в томатном соусе с пастой 118, 119

дедушкины лингвини с мидиями 93

v зажаренные спагетти 36, 37

карбонара с колбасками 90, 91

лазанья по-охотничьи 124

v основной рецепт яичного теста для пасты 86

v паста «Норма» 88, 89

v паста с помидорами и моццареллой 114, 115

паста с нутом 76, 77

паста с сардинами 102, 103

паста, запеченная с курицей и грибами 112, 113

v ротоло со шпинатом, тыквой и рикоттой 96–98, 99

v спагетти в стиле трапанезе 120, 121

спагетти с кальмарами 94, 95

спагетти с креветками и руколой 116, 117

тосканские рісі с соусом 105–106, 107

v «шелковые платочки» с соусом песто 110, 111

перенел

гриль микс 225, 226, 227

перец

хлебный тосканский салат с помидорами и перцем 154–156, 155, 157

песто

v ризотто бянько с песто 132, 133

v «шелковые платочки» с соусом песто 110, 111

петрушка

v ризотто с грибами и петрушкой 142, 143

фриттата с креветками и петрушкой 44, 45

пицца 51–59

мои мысли о пицце 51

наполнители для пиццы 53, 54–55, 56–57

v обжаренная пицца 58, 59

v тесто для пиццы 52

пицца, наполнители 53, 54–55, 56–57

запеченная свинина, с тимьяном, сыром taleggio и руколой, заправленной лимоном 53, 54

v зеленый и красный виноград, розмарин, кедровые орешки и рикотта 54, 56

v картофель, моццарелла, розмарин, тимьян и помидоры 54, 56

копченая pancetta, моццарелла, свежий чили и помидоры 55, 57

моццарелла, анчоусы, чили, каперсы и петрушка 55, 57

острая салями, кабачок, базилик, помидор и моццарелла 53, 54

яйцо, прошутто, артишоки, оливки, моццарелла, томатный соус и базилик 55, 56

полента 268, 269

v болонский пирог с полентой и яблоком 282, 283

v хрустящая полента с розмарином и солью 34, 35

помидоры

v bruschette с помидорами и базиликом 5, 7

v crostini с помидорами и оливками 24, 25

анчоусы в томатном соусе с пастой 118, 119

колбаски с зеленой чечевицей и томатной сальсой 220, 221

v паста с помидорами и моццареллой 114, 115

v пирожки из рикотты с салатом из помидоров 12, 13

рыба соль, запеченная тремя способами 186, 187

v салат с Капри 170, 171

салат с помидорами, фенхелем

и кальмаром 166, 167

v спагетти в стиле трапанезе 120, 121

тосканские рісі с соусом 105–106, 107

v хлебно-томатный суп 68, 69

хлебный тосканский салат с помидорами и перцем 154, 155

прошутто

crostini с прошутто, инжир и мята 22, 23

яйцо, прошутто, артишоки, оливки, моццарелла, томатный соус и базилик, наполнитель для пиццы 55, 56









**P**

- v ribollita 70–72, 73

что я думаю о ribollita 70

party

рагу из весенних овощей 250, 251

ради ччо

- У салат радиччо и рукола 161, 161
- У салат радиччо тревизо с чесноком и балзамическим уксусом 254, 255

ранней осени министроне 66, 67

## ризотто 129–149

- v ризотто бянка 130
- v ризотто бянка с песто 132, 133
- v ризотто с артишоком 136, 137
- ризотто с дарами моря 134, 135
- v ризотто с грибами и цетрушкой 142, 143
- v ризотто с фенхелем, рикоттой и чили 144, 145
- ризотто с цветной капустой 140, 141
- ризотто со сладким белым луком, cotechino и тимьяном 148, 149

**рикотта**

- у грибы, фаршированные рикоттой 26, 27
- у пирожки из рикотты с салатом из помидоров 12, 13
- у ризотто с фенхелем, рикоттой и чили 144, 145
- у рогатки со шпинатом, тыквой и рикоттой 96–98, 99

## DHC

- флорентийский рисовый пирог 284, 285  
шоколадный рисовый semifreddo 288, 289  
*смотрите также* ризотто

розмарин

говядина, мгновенно запеченная с чесноком,

розмарином и лисичками 238, 239

розмариново-апельсиновая соль 194

- хрустящая полента с розмарином и солью 34, 35

рукола

- салат радиччо и рукола 161, 161  
спагетти с креветками и руколой 116, 117

## рыба 177-207

- анчоусы в томатном соусе с пастой **118, 119**  
 бабушкины лингвини с мидиями **93**  
 кальмар с лимонами и панграттатой **188, 189**  
 кебабы из осьминога **182, 183**  
 лучшие фрикадельки из тунца **202, 203**  
 лучший на Сицилии суп из омара **78, 79**  
 нежный осьминог **180, 181**  
 осьминог в бульоне **183**  
 паста с сардинами **102, 103**  
 ризотто с дарами моря **134, 135**  
 рыба на гриле **190–194, 192–193**  
 рыба по-итальянски в наихрустейшем кляре **12**  
 рыба с кускусом от Nonna Giusy **206, 207**  
 рыба соль, запеченная тремя способами **186, 187**  
 рыба-меч на гриле, с salsa di Giovanna **196, 197**

салат из осьминога 183

салат от Женнаро **162**, 163

салат с помидорами, фенхелем  
и кальмаром 166, 167

спагетти с кальмарами 94, 95

спагетти с креветками и руколой 116, 117

суп из соленой трески 74, 75

тунец от Нонны Фангитты 204, 205

тюрбо с фенхелем 178, 179

фриттата с креветками и петрушкой 44, 45

хрустящий шалфей с анчоусами 18, 19

цельная рыба, запеченная в соли 200, 201

**C**

## салаты 152–173

- у «амалфи» 164, 165
- от Женнаро 162, 163
- у с Капри 170, 171
- из осьминога 183
- у пирожки из рикотты с салатом из помидоров 12, 13
- с помидорами, фенхелем и кальмаром 166, 167
- у радиччо и рукола 161, 161
- у уличный салат 38, 39
- у из фарро с печеными овощами 172, 173
- фестивальный салат-микс 158, 159
- хлебный тосканский салат с помидорами и перцем 154–156, 155, 157
- сальса, помидоры 220, 221
- саями
  - острая саями, кабачок, базилик, помидор и моццарелла, пицца, наполнитель 53, 54
- сардины
  - паста с сардинами 102, 103
- свинина
  - запеченная на гриле и в духовке 214, 215
  - запеченная с тимьяном, сыром taleggio и руколой, наполнитель для пиццы 53, 54
  - знаменитая итальянская запеченная 46, 48, 49
  - свинная отбивная с палфеем 234, 235

**по-сицилийски тушенные баклажаны 8, 9**

**на сковороде обжаренный кальмар с лимонами  
и панграттатой 188, 189**

соленая треска, суп 74, 75

**СОЛЬ**

- v мороженое с оливковым маслом и солью **293, 293**
- v розмариново-апельсиновая соль **194**
- цельная рыба, запеченная в соли **200, 201**
- соль, рыба**
  - рыба соль, запеченная тремя способами **186, 187**
- v **сорбе грушевый 276, 277**
- спагетти**
  - v в стиле трапанезе **120, 121**
  - гороховый суп из Алтамуры **80, 81**
  - v зажаренные спагетти **36, 37**



- из соленой трески **74, 75**
- лучший на Сицилии суп из омара **78–79, 79**
- минестроне ранней осени **66, 67**
- ✓ моя любимая *ribollita* **72, 73**
- паста с нугом **76, 77**
- с кальмарами **94, 95**
- с креветками и руколой **116, 117**
- ✓ хлебно-томатный суп **68, 69**
- супы **63–81**
- сыр
  - ✓ *crostini* с моцареллой буффало и чили **22, 23**
  - ✓ баклажаны по-пармски **266, 267**
  - ✓ грибы, фаршированные рикоттой **26, 27**
  - ✓ ломтики грибов с расплавленным сыром моцарелла и тимьяном **28, 29**
  - ✓ паста с помидорами и моцареллой **114, 115**
  - ✓ печеные лимоны с Амалфи **20, 21**
  - ✓ пирожки из рикотты с салатом из помидоров **12, 13**
  - ✓ пюре из зеленого горошка и хлебных бобов с сыром пекорино **24, 25**
  - ✓ ризотто с фенхелем, рикоттой и чили **144, 145**
  - ✓ ротоло со шпинатом, тыквой и рикоттой **96–98, 99**
  - ✓ салат с Капри **170, 171**

## Т

### телятина

тосканские *ricci* с соусом **105–106, 107**

### тимьян

- ✓ ломтики грибов с расплавленным сыром моцарелла и тимьяном **28, 29**
- ризотто со сладким белым луком, *cotechino* и тимьяном **148, 149**
- ✓ тирамису быстрого приготовления **302, 303**

### томаты

*смотрите* помидоры

### ✓ торт

- ✓ торт Сары из Тосканы **300, 301**

тосканские *ricci* с томатно-мясным соусом **105–106, 107**

тосканский хлебный салат с помидорами и перцем **154–156, 155, 157**

### травки

- ✓ *crostini* **24, 25**
- нога ягненка, начиненная оливками, хлебом, кедровыми орешками и травами **242, 243**

### треска

суп из соленой трески **74, 75**

### тунец

лучшие фрикадельки из тунца **202, 203**  
салат от Женнаро **162, 163**  
тунец на гриле, с *salsa di Gioppina* **196, 197**  
тунец от Нонны Фангитты **204, 205**

тушение, рагу, жаркое

жаркое из фазана **236**

знаменитое охотничье жаркое с перцем **213, 214**

курица, тушенная по-охотничьи **222, 223**

рагу из весенних овощей **250, 251**

- ✓ тушенные баклажаны по-сицилийски **8, 9**

### тыква

запеченная **260, 261**

- ✓ ротоло со шпинатом, тыквой и рикоттой **96–98, 99**

тюрбо с фенхелем **178, 179**

- ✓ тягучий итальянский инжир **290, 291**

## У

уличная еда **32–49**

- ✓ жареные пирожки из нута **40**
- зажаренные спагетти **36, 37**
- итальянская запеченная свинина **46, 48, 49**
- рыба по-итальянски в наихрустейшем кляре **42**
- ✓ уличный салат **38, 39**
- ✓ фриттата с креветками и петрушкой **44, 45**
- ✓ хрустящая полента с розмарином и солью **34, 35**
- ✓ уличный салат **38, 39**
- утка
  - гриль микс **225, 226, 227**

## Ф

фазан, жаркое **236**

- ✓ из фарро салат с печеными овощами **172, 173**

фасоль, бобы

- ✓ *crostini* с бобами *cannellini* и чесноком **24, 25**
- ✓ моя любимая *ribollita* **72, 73**
- ✓ пюре из зеленого горошка и хлебных бобов с сыром пекорино **24, 25**
- ✓ фасоль по-итальянски **256, 257**

### фенхель

- ✓ ризотто с фенхелем, рикоттой и чили **144, 145**
- салат с помидорами, фенхелем и кальмаром **166, 167**
- тюрбо с фенхелем **178, 179**

фестивальный салат-микс **158, 159**

- ✓ флорентийский рисовый пирог **284, 285**

фрикадельки, тунец **202, 203**

### фриттата

лучшая в мире с креветками и петрушкой **44, 45**

фруктовый салат

- ✓ фруктовый салат из Амалфи **306, 307**

## Х

### хлеб

- ✓ чесночный **57**
- ✓ хлебно-томатный суп **68, 69**

хлебный тосканский салат с помидорами  
и перцем 154–156, 155, 157  
также смотрите bruschette; crostini

## Ц

с цветной капустой ризотто 140, 141

## Ч

черника

v пирог от Нады 294, 295

чеснок

- v crostini с бобами cannellini и чесноком 24, 25  
говядина, мгновенно запеченная с чесноком,  
розмарином и лисичками 238, 239  
v лучший чесночный хлеб 57  
v салат радиччо тревизо с чесноком  
и бальзамическим уксусом 254, 255

чечевица

колбаски с зеленой чечевицей и томатной  
сальсой 220, 221

чили

- v crostini с моцареллой буффало и чили 22, 23  
v ризотто с фенхелем, рикоттой и чили 144, 145

## Ш

шалфей

свинная отбивная с шалфеем 234, 235  
хрустящий шалфей с анчоусами 18, 19

v «шелковые платочки» с соусом песто 110, 111

шоколад

- v замороженные ягоды винограда фрагола  
с шоколадом и граппой 274, 275  
v шоколадный рисовый semifreddo 288, 289

шпинат

- v ротоло со шпинатом, тыквой  
и рикоттой 96–98, 99

## Я

яблоки

- v болонский пирог с полентой  
и яблоком 282, 283

ягненок

кебабы из ягнятины и грибов 240, 241  
нога ягненка, начиненная оливками, хлебом,  
кедровыми орешками и травами 242, 243

яйцо(-а)

прошутто, артишоки, оливки, моцарелла,  
томатный соус и базилик 55, 56  
салат от Женаро 162, 163

Алфавитный указатель названий рецептов  
на итальянском языке

## а

arrosto misto 224–227, 224, 225

## б

v bustrengo 282, 283

## с

- calamari in padella con limone e pangrattato 188, 189  
v caponata 8, 9  
coniglio marinato alla griglia 230, 231  
cosciotto d'agnello ripieno di olive, pane, pinoli e erbe  
aromatiche 242, 243  
costolette di maiale con salvia 234, 235  
couscous con pesce di nonna giusy 206, 207  
v crostata di fichi 278, 279

## ф

- v fagioli all'italiana 256, 257  
v fazzoletti di seta al pesto 110, 111  
v fichi secchi 290, 291  
v fragole con limone e menta 292, 292  
v frittelle di spaghetti 36, 37  
fritto di salvia e alici 18, 19  
funghi al cartoccio al forno 252, 253  
v funghi al forno ripieni di ricotta 26, 27  
v funghi tagliati a fettine sottili,  
con mozzarella fusa e timo 28, 29

## г

v gelato con olio e sale 293, 293

## и

- v insalata amalfitana 164, 165  
v insalata caprese 170, 171  
v insalata di farro con verdure al forno 172, 173  
insalata di gennaio 162, 163  
insalata di polpo 183  
insalata di pomodori, finocchi e seppie 166, 167  
v insalata di radicchio e rughetta 161, 161  
v insalata di strada 38, 39  
insalata tipica delle sagre 158, 159



# I

- lasagne alla cacciatora* 124
- limoni di amalfi cotti al forno* 20, **21**
- linguine alla carbonara di salsiccia* 90, **91**
- linguine con cozze di nonno* 93

# m

- v *macedonia di frutta all'amalfitana* **306**, 307
- maiale alla griglia e arrosto* 214, **215**
- v *melanzane alla parmigiana* 266, **267**
- v *la mia ribollita preferita* 72, **73**
- il miglior brodo siciliano di aragosta* 78–79, **79**
- la migliore frittata di gamberetti e prezzemolo* 44, **45**
- le migliore polpette di tonno* 202, **203**
- minestra di piselli di altamura* 80, **81**
- minestrone d'inizio autunno* 66, **67**

# p

- v *panelle* 40
- panzanella* 154–156, **155**, **157**
- v *pappa al pomodoro* 68, **69**
- v *pasta al forno con pomodori e mozzarella* 114, **115**
- v *pasta alla norma* 88, **89**
- pasta con acciughe e pomodoro* 118, **119**
- pasta con sarde* **102**, 103
- pasta e ceci* 76, **77**
- peposo* **212**, **213**
- pesce alla griglia* 190–191, **192–193**, 194
- il pesce fritto in pastella all'italiana più croccante* 42
- pesce intero al forno in crosta di sale* 200, **201**
- pesce spada alla griglia con la salsa di giovanna* 196, **197**
- pici con ragù* 105–106, **107**
- v *pizza frita* 58, **59**
- v *polenta frita croccante con rosmarino e sale* **34**, **35**
- pollo alla cacciatora* 222, **223**
- polpo in brodo* 183
- polpo semplice* 180, **181**
- porchetta* 46, 48, **49**

# r

- v *radicchio di treviso con aglio e aceto balsamico* 254, **255**
- v *ricetta tipica per verdure verdi* 264, **265**
- v *ricotta frita con piccola insalata di pomodori* 12, **13**
- v *risotto ai carciofi* 136, **137**
- risotto ai cavolfiore* 140, **141**
- v *risotto ai finocchio con ricotta e peperoncino* 144, **145**
- risotto ai frutti di mare* 134, **135**
- v *risotto ai funghi e prezzemolo* 142, **143**
- v *risotto bianco* 130

- v *risotto bianco con pesto* 132, **133**
- risotto con cipolle bianche dolce, cotechino e timo* 148, **149**
- rombo con finocchio* 178, **179**
- v *rotolo di zucca e ricotta* 96–98, **99**

# s

- salmoriglio* 194
- salsicce con lenticchie verdi e salsa de pomodoro* **220**, **221**
- schacciata di manzo con aglio, rosmarino e funghi* **238**, **239**
- v *semifreddo con cioccolato e riso* 288, **289**
- sogliola in tre modi* **186**, **187**
- v *sorbetto di limone* **228**, **229**
- v *sorbetto di pere* 276, **277**
- v *spaghetti alla trapanese* **120**, **121**
- spaghetti con calamari* 94, **95**
- spaghetti con gamberetti e rucola* 116, **117**
- spaghetti tetrazzini* **112**, **113**
- spiedini di involtini di agnello e funghi* 240, **241**
- spiedini di polpo* **182**, **183**
- spiedini di salsiccia e manzo* 218, **219**
- stracotto di fagiano* 236
- sugo di cinghiale di mercatello* 245
- sushi del chianti* 15

# t

- v *tiramisù veloce* 302, **303**
- tonno di nonna fangitta* 204, **205**
- v *la torta della giovanna sara* 300, **301**
- v *torta di more* 286, **287**
- v *torta di nada* 294, **295**
- v *torta di riso* 284, **285**

# u

- v *uva fragola surgelata con cioccolato e grappa* 274, **275**

# v

- v *verdure verdi condite alla perfezione* **10**, **11**
- vignole* **250**, **251**

# z

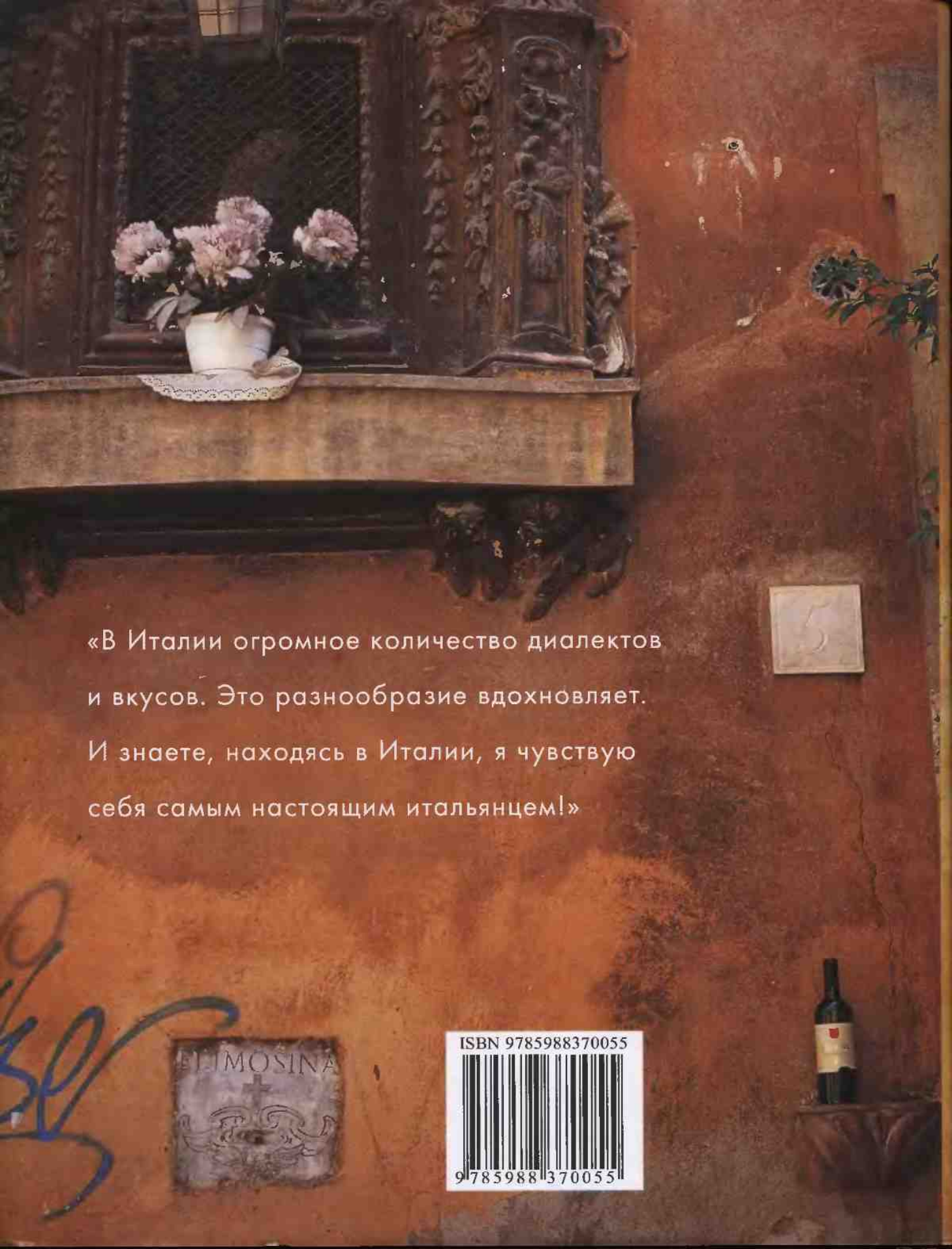
- v *zucca al forno* 260, **261**
- zucchini in padella* 259
- zuppa di baccalà* 74, **75**





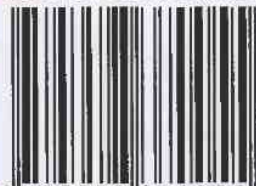
**DIVIETO  
DI FERMATA**

**FINE**



«В Италии огромное количество диалектов  
и вкусов. Это разнообразие вдохновляет.  
И знаете, находясь в Италии, я чувствую  
себя самым настоящим итальянцем!»

ISBN 9785988370055



9 785988 370055