

ЗАСТОЛЬЕ

ПОРА КРОШИТЬ ОКРОШКУ

ЕЛЕНА ЖОГА,
МИХАИЛ КОЙФМАН (ФОТО)

Март еще не радует теплом, но прилавки уже ломаются от зелени и первых весенних овощей — редисочки, огурчиков. Почему бы не приготовить окрошку? Благо, ее вариаций существует множество. И обязательно — с первой, настоящей зеленью.

Традиционной основой этого традиционного русского блюда является хлебный квас. Также существуют рецепты окрошки, в которых вместо него используется пиво, разбавленный уксус, кефир, минеральная вода, мясной бульон, чайный гриб. В принципе, можно использовать любые напитки на основе уксуснокислых бактерий, а также

Шеф-повар
ресторана
«Батьківська хата»
Валентина
Зюзикова
с окрошкой
в ледяной
тарелке



подкисленный свекольный отвар. Но этот холодный суп уже будет называться свекольником, который является украинской версией окрошки.

Итальянская «окрошка» — гаспачо — готовится на черством хлебе, чесноке, масле, уксусе и

Старые блюда по-новому ■ Окрошку налейте в ледяную тарелку, а в уху из красной рыбы добавьте крапиву

воде. Часто в него входят также помидоры, огурцы, сладкие перцы, зеленый лук, зеленые листья и травы. Холодная версия французского супа с картофелем и луком-пореем со сливками — это вишсуаз. Еще уместно было бы вспомнить холодник (по сути — белорусский зеленый борщ), ботвинью на рыбном бульоне с квасом и тюрю с квашеной капустой и редькой, а также узбекский чалоп на простокваше и турецкий сасик на айране...

Шеф-повар ресторана «Батьківська хата» Валентина Зюзикова рекомендует готовить окрошку на кисломолочных продуктах: кефире, сыворотке, разбавленной водой сметане. По ее мнению, именно такая окрошка — самая вкусная. Ингредиенты в зависимости от заливки тоже меняются. Например, с сывороткой лучше делать сугубо овощную окрошку, без мяса или колбасы, с отварным картофелем. С нами Валентина Георгиевна поделилась секретом приготовления очень вкусной окрошки на тале.



Основная начинка окрошки



Хрен и горчица придадут правильный вкус



Изюминка блюда — ледяная тарелка



Готовую окрошку переливаем в ледяную миску

ОКРОШКА В ЛЕДЯНОЙ ТАРЕЛКЕ

На 4 порции

► Ингредиенты:

Внутренняя вырезка из телятины	250 г
Огурцы свежие	100 г
Редис	40 г
Яйца, сваренные вкрутую	2 шт.
Хрен (сухой вес)	10 г
Готовая горчица	10 г
Сметана	100 г
Лук-порей	50 г
Зелень петрушки и укропа	40 г
Соль	5 г
Сахар	10 г
Тан кисломолочный	600 мл

► Время приготовления:

20 мин. (плюс 4 часа для замораживания ледяной миски)

► Приготовление:

Нарежьте кубиками предварительно отваренное мясо, редис, огурец и яйца. Все это выложите в тарелку, тщательно перемешайте и посолите: если «начинка» правильно вберет в себя соль, окрошка получится более ароматной. Затем добавьте сметану, горчицу и хрен, залейте таном и посыпьте мелко нарезанной зеленью. Как только приготовили окрошку, пора доставать из морозилки главную изюминку блюда — ледяную тарелку (с подтарельником, разумеется). Чтобы ее сделать, нужно в глубокую миску (лучше из нержавеющей стали: стекло при низких температурах может «разорваться») примерно до половины налить дистиллированную воду (в замороженном виде она дольше не тает), в которую аккуратно погрузить мисочку поменьше. Край миски скрепить скотчем и поставить в морозильную камеру часа на четыре. Чтобы легче извлечь ледяную тарелку из металлической, нужно на несколько секунд погрузить ее в горячую воду. И не стоит переживать, что ледяная тарелка может растаять — окрошка получится настолько

вкусной, что ваши гости сметут ее в считанные минуты.



«Поющий повар»
Михаил Поплавский
обожает блюда из крапивы

МОЛОДИЛЬНАЯ УХА С КРАПИВОЙ ОТ ПОПЛАВСКОГО



■ Те, кто хоть раз попробовал блюда, приготовленные Михаилом Поплавским, называют его уже не «поющим ректором», а «поющим поваром»: все, приготовленное им, действительно вкусно и главное — необычно, с изюминкой.

Один из самых любимых кулинарных шедевров Михал Михальча — суп из лосося и... крапивы. Его стоит попробовать приготовить по нескольким причинам. Во-первых, вкусно: крапива прекрасно сочетается с рыбой. Во-вто-

рых, очень полезно: молодая крапива очищает кровь, улучшает пищеварение и повышает потенцию (вот он секрет вечной молодости «юного орла»).

Итак, готовим «молодильный» супчик по рецепту Михаила Поплавского. Приготовьте заранее рыбный бульон из филе лосося (семги) со специями (черный перец, тимьян, розмарин). После, на раскаленную сковороду налейте оливкового масла и поджарьте сначала в нем мелко порезанный зубочек чеснока. Затем добавьте туда нарезанные лук-порей, лук-шалот, морковь, стеблевой сельдерей и очищенный от ко-

жицы помидор. Пока готовится заправка, в бульон положите кусочки картофеля и, когда они сварятся, добавьте все, что вы поджарили на сковороде. Мелко порезанные зелень петрушки, укропа и крапивы, а также кусочки отваренного лосося кладутся в самом конце приготовления. Ложечка сметаны вкусу этого весеннего легкого супчика не повредит.