



Как же хорошо, что теперь весь мир... у вас на кухне! И чтобы попробовать итальянский тартар или чешскую гуляшкву с индейкой, не нужно покупать дорогие билеты и вспоминать, где лежит загранпаспорт. Популярный кулинарный блогер Константин Копачинский собрал для вас все вкусы национальных кухонь в одной книжке.

- Турецкий кебаб в духовке
- Тайское зеленое карри с курицей
- Грузинский шашлык из свинины
- Шведский картофель хассельбак

В книгу вошли оригинальные и традиционные рецепты, привезенные из путешествий с целью удивлять и расширять ваши гастрономические границы. Здесь вы найдете не просто перечисление ингредиентов и пошаговую схему готовки, но и историю блюда, авторские фишки, хитрости и советы по подаче. Япония, Иран, Китай, Италия, Греция, Индия, Франция — смело вращайте кулинарный глобус и выбирайте, в какую страну вы отправитесь позавтракать!

kopachinsky.com

www.bookclub.ua

ISBN 978-617-12-7134-0



9 786171 127134 0

КУЛИНАРНОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ

КОНСТАНТИН КОПАЧИНСКИЙ



КУЛИНАРНОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ

КОНСТАНТИН КОПАЧИНСКИЙ

[instagram.com/kopachinsky](https://www.instagram.com/kopachinsky)



КУЛИНАРНОЕ ПУТЕШЕСТВИЕ

КОНСТАНТИН КОПАЧИНСКИЙ

ХАРЬКОВ  КЛУБ
СЕМЕЙНОГО
2020 ДОСУГА

СОДЕРЖАНИЕ

Введение.....	3	Зеленое карри с курицей.....	68
Булочки бао.....	4	Ягненок по-хайнаньски.....	70
Грудинка с хрустящей корочкой.....	6	Бахрир.....	72
Чеснечка.....	8	Акури.....	74
Иранский праздничный плов.....	11	Массаман карри.....	76
Тонкоцу рамэн.....	13	Креветки чили.....	78
Чечевичный хумус.....	16	Морской окунь с картофелем.....	80
Тартар из говядины.....	18	Яичница с бастурмой.....	82
Утка с апельсинами.....	20	Оэвос ротос.....	84
Мухаммара.....	22	Жареный шпинат с яйцом.....	86
Кацудон.....	24	Яйца Орсини.....	88
Тыквенный хумус.....	26	Шакшука.....	90
Гуляшовка с индейкой.....	28	Курица с шалфеем.....	92
Баба гануш.....	30	Фиш'эн'чипс.....	94
Гемиста.....	32	Тажин с черносливом.....	96
Сатай из курицы.....	34	Оджахури.....	98
Лопатка барашка на мангале.....	36	Бак ку тэ.....	100
Сарма.....	38	«Стейк» из цветной капусты.....	102
Гёдза.....	40	Тыквенное ризотто.....	104
Якисоба.....	42	Лохикейтто.....	106
Кролик с чесночным соусом.....	44	Кростини с копченым морским окунем.....	108
Свинные ребрышки в духовке.....	46	Пинчос с тунцом.....	110
Говяжий язык в сметане.....	48	Омлет со спаржей.....	112
Рыба в соли.....	50	Шашлык из свинины.....	114
Бараньи голяшки.....	52	Томатный соус.....	116
Клефтико.....	54	Белая пицца с артишоками.....	118
Креветки в масляном соусе.....	56	Брускетта с баклажаном.....	120
Томленые говяжьи ребра.....	58	Картофель хассельбак.....	122
Курица тандури.....	60	Саганаки.....	124
Лапша вок с говядиной.....	62	Запеченные мидии.....	126
Кебаб в духовке.....	64	Послесловие.....	128
Запеченная рюлька.....	66		

ВВЕДЕНИЕ

Я люблю готовить с детства. С того самого момента, когда мама подарила мне детскую кулинарную книгу, где были собраны несложные рецепты с подробным, пошаговым описанием. А в настоящее увлечение все переросло после моей первой поездки за границу. Это была Италия, так что все закономерно: я был в легком шоке от того, какой удивительной может быть еда и каким невероятно увлекательным — искусство ее приготовления!

В этой книге собраны любимые блюда нашей семьи: оригинальные завтраки, сытные обеды, вкуснейшие ужины и легкие перекусы — все здесь. Каждый рецепт подробно описан и снабжен реальной фотографией возможного оформления.

Мне нравится использовать большое количество специй, комбинировать вкусы и ароматы. Наверное, поэтому я отдаю предпочтение кухне Азии и Ближнего Востока. Блюда этих регионов как раз такие: яркие, пряные, острые. И вы тоже заметите это, листая книгу.

Я привозил рецепты из путешествий, находил в книгах, а некоторые родились у меня на кухне. Все они готовились не раз, прежде чем я понимал, что блюдо достойно стать частью этой книги. Многие из них — мое прочтение классических рецептов, ведь приготовление еды — это творческий процесс, в котором уместно почти все, если результат нравится вам и вашим близким. Помните об этом, когда в вашем холодильнике внезапно не окажется нужного ингредиента! Экспериментируйте, смело пробуйте подобрать замену недостающему или просто обойдитесь без него. Домашняя готовка — это не квантовая физика, которая не терпит ошибок. История знает немало примеров, когда новые блюда, получившиеся по случайному стечению обстоятельств, становились знаменитыми на весь мир.

Огромное спасибо моей семье. В особенности — двум главным критикам: жене Наталии и сыну Никите, которые говорят правду и только правду. Как бы больно она иногда ни звучала, это помогает мне развиваться и добиваться чего-то нового.

Спасибо моей маме, бабушкам и дедушке, которые никогда не перестают верить в меня.

А еще — моим друзьям, которые всегда съедают все до последней крошки и просят добавки.

И спасибо всем тем, кто читает мой блог, заглядывает в *Instagram* и посещает мои странички в социальных сетях.

И еще два важных момента, о которых я хотел бы вам напомнить: всегда читайте рецепт до конца и пробуйте блюдо во время приготовления.

БУЛОЧКИ БАО

Китай

Китайские булочки гуа бао — это в своем роде плоские лепешки, сложенные пополам, которые готовят в пароварке. Они воздушные и очень нежные, чуть сладковатые, прекрасно сочетающиеся с насыщенными мясными начинками — например с грудинкой или уткой по-пекински. В приготовлении булочек есть несколько секретов, которые помогают улучшить результат.

- мука — 360 г
- теплая вода — 80 мл
- молоко — 80 мл
- сухие дрожжи — 1,5 ч. л.
- разрыхлитель — ½ ч. л.
- сахар — 3 ст. л.
- соль — ½ ч. л.
- растительное масло — 1 ст. л.

Смешайте в чаше миксера теплую воду, дрожжи, сахар, масло и дайте постоять 10–15 минут, чтобы в воде появились небольшие пузырьки. Затем добавьте в смесь всю муку, теплое молоко, соль и разрыхлитель. Начните замешивать тесто. Если тесто слишком тугое — добавляйте по столовой ложке воды, продолжая вымешивать, если наоборот — то по столовой ложке муки. Тесто готово, когда не будет прилипать к чаше либо к рукам, если вы замешиваете его вручную; оно должно стать мягким и пластичным. Накройте тесто пищевой пленкой и поставьте в теплое место на 1–2 часа, пока оно не увеличится в объеме примерно в два раза.

Разделите тесто на 6–7 одинаковых кусочков. Сформируйте из каждого кусочка шарик, накройте полотенцем и дайте отдохнуть. Заготовки снова увеличатся в объеме, а их поверхность станет гладкой.

Раскатайте шарики скалкой в лепешки в форме овала, смажьте растительным маслом непрезентабельную сторону, сложите вдвое и слегка прокатайте скалкой — это не даст им развернуться в процессе готовки. Переложите булочки на смазанные маслом небольшие листы пергамента и отправьте в холодную (!) пароварку. Пусть они постоят в ней около 10 минут, чтобы слегка поднялись. Когда все бао увеличатся в объеме, поставьте пароварку поверх кастрюли или вока с опять-таки холодной водой и включите максимальный огонь. Булочки должны медленно прогреваться влажным паром. Это поможет им стать воздушными. Как только вы увидите выходящий пар, уменьшите огонь до среднего и ждите 5–7 минут. Выключите огонь и не открывайте пароварку еще пару минут, тогда булочки не потемнеют.

Добавьте начинку, возьмите холодное пиво и окажитесь в шумном азиатском мегаполисе.

Приятного аппетита!



ГРУДИНКА С ХРУСТЯЩЕЙ КОРОЧКОЙ

Китай

Из недорогих отрубов мяса можно готовить великолепные блюда! Запеченная грудинка, любимая во всех регионах Азии, — одно из таких. Ароматное, нежное и сочное мясо под хрустящей сладковато-пряной корочкой — это что-то! Признаюсь честно, я испортил немало продукта, прежде чем добился хрустящей корочки и сочности мяса. Этот способ — самый простой, с ним у вас получится все и сразу.

- свиная грудинка — 1 кг
- соль — 1 ст. л.
- черный перец — 1 ст. л.
- сычуаньский перец — 1 ст. л.
- молотая корица — 1 ч. л.
- бадьян — 2–3 лепестка
- гвоздика — 2 бутона

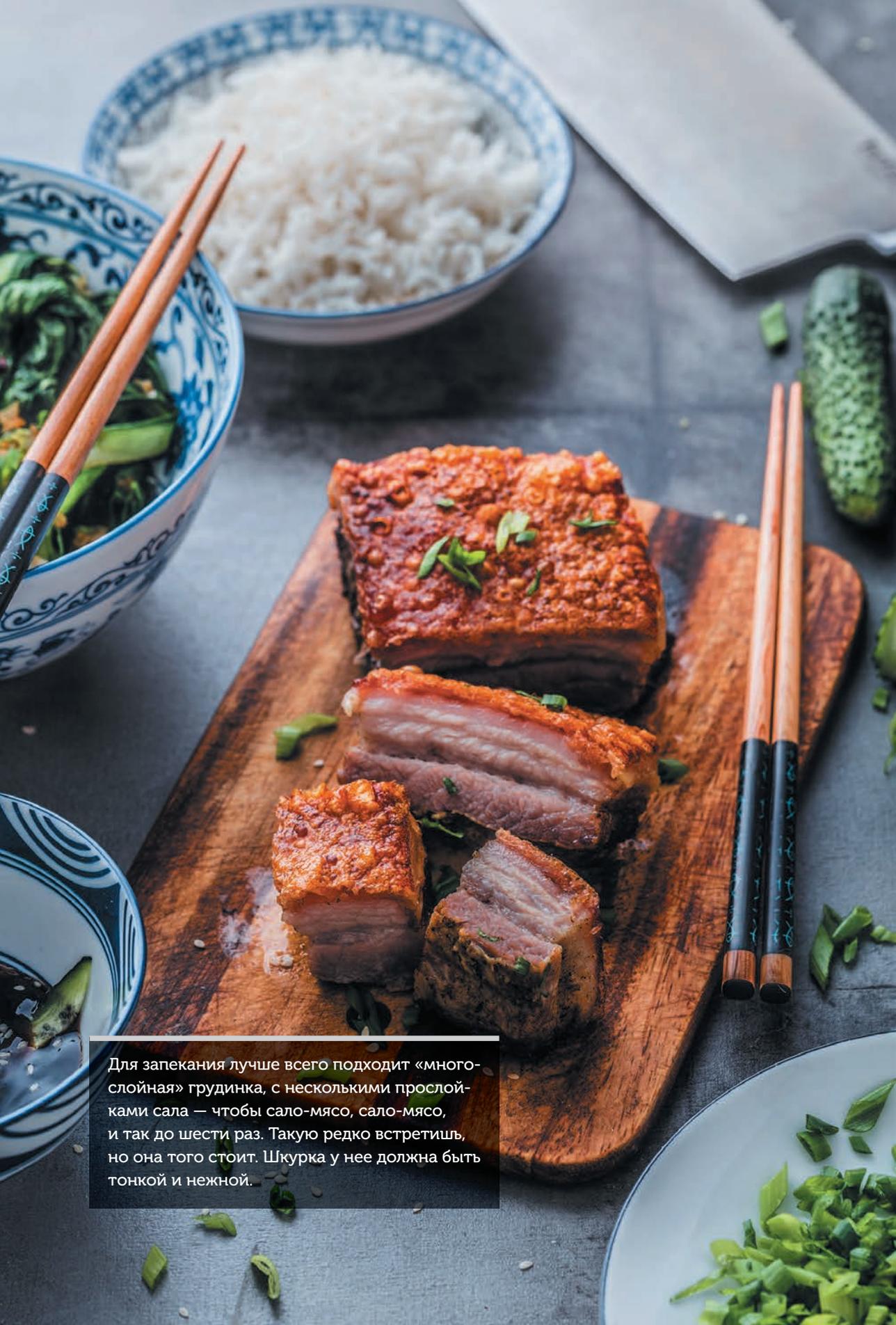
Обдайте грудинку кипятком — двух-трех чайников будет достаточно (старайтесь поливать только кожу). В ступке разотрите все специи с солью и натрите грудинку со стороны мяса. Положите ее на решетку, поставьте в прохладное место (желательно с легким обдувом) примерно на 6 часов, а лучше на ночь, чтобы она подвялилась.

Подвяленную грудинку равномерно засыпьте со стороны кожи тонким слоем соли, немного отступив от края куска — чтобы мясо у края не оказалось пересоленным. Решетку с грудинкой поставьте над формой с водой и отправьте в разогретую до 150 °С духовку на 1 час.

Перед тем как достать, проверьте мясо: оно должно быть мягким и сочным. Подержите еще немного, если оно жестковато. Достаньте грудинку из духовки. Включите нагрев на максимум (у меня это 250 °С). Удалите с кожи соленую корочку. Кожа должна быть довольно плотной и темно-оранжевой.

Как только духовка разогреется до нужной температуры, поставьте в нее грудинку еще на 30–40 минут. Обдув и гриль не нужны. Следите, чтобы мясо не подгорело. За это время кожа станет золотистой и похожей на толстые хрустящие чипсы. Но не пересушите мясо, оно должно остаться сочным и нежным.

Если все так — поздравляю: скорее всего, вы будете готовить такую грудинку постоянно. Подавайте ее со свежей зеленью, зеленым луком и соусом на основе соевого или хойсин.



Для запекания лучше всего подходит «многослойная» грудинка, с несколькими прослойками сала — чтобы сало-мясо, сало-мясо, и так до шести раз. Такую редко встретишь, но она того стоит. Шкурка у нее должна быть тонкой и нежной.

ЧЕШЕЧКА

Чехия

Чешечка — легкий и полезный чешский суп. Идеален для промозглой осенней погоды. Я предпочитаю варить его на курином бульоне, так он получается гораздо вкуснее и ароматнее, но можно использовать просто воду или овощной бульон.

- куриный бульон — 1,5 л
- копчености — 150 г
- картофель — 2 шт.
- чеснок — 1–2 головки
- майоран — 1–2 ч. л.
- соль, черный перец по вкусу
- ржаные сухарики — 2 горсти

Доведите бульон до кипения и отправьте туда нарезанные кубиками копчености: бекон, колбаски, окорок, ребрышки (в общем, то, что есть под рукой). Положите нарезанный картофель. Если используете воду — не забудьте приправить.

В это время очистите и мелко нарежьте зубчики чеснока. Когда картофель станет мягким и начнет развариваться, отправьте в суп чеснок. Варите 2–3 минуты. Выключите огонь, добавьте майоран. Если необходимо, посолите, поперчите и сразу же подавайте со ржаными сухариками.

Вот так просто и быстро!





ИРАНСКИЙ ПРАЗДНИЧНЫЙ ПЛОВ

Иран

Я очень люблю ближневосточную кухню — за многообразие дурманящих специй, за пряный вкус блюд, за яркие краски. Какое бы блюдо ни готовил — получается праздник на столе! Сегодня предлагаю вам перенестись в Иран, страну хлеба и риса, и приготовить одно из самых известных иранских блюд — праздничный плов, или сладкий рис (shirin polo), как называют его на родине. Это разновидность плова с разными орешками и сухофруктами.

Основная сложность приготовления данного блюда — большое количество маленьких процедур, отнимающих достаточно много времени: очистить, промыть, нарезать, обжарить. Пусть это вас не пугает — сложно только в первый раз.

Настоятельно рекомендую использовать исключительно топленое масло, а лучше гхи (оно придает потрясающую ореховую нотку). В крайнем случае — обычное сливочное масло, но только в виде исключения! Любой другой жир недопустим.

-
- рис басмати — 3 стакана
 - молоко — 1–2 стакана
 - вода — 2–3 л
 - тонкий лаваш — 1 шт.

Для сиропа:

- сахар — $\frac{1}{2}$ стакана
- вода — 1 стакан
- цедра 1 апельсина

Для начинки:

- морковь — 1 шт.
- репчатый лук — 1 шт.
- желтый изюм — $\frac{1}{3}$ стакана
- фисташки — $\frac{1}{3}$ стакана
- миндаль — $\frac{1}{3}$ стакана
- барбарис — $\frac{1}{4}$ стакана
- масло гхи или топленое масло — 6–7 ст. л.
- иранский шафран — $\frac{1}{4}$ ч. л.
- соль по вкусу

Промойте рис в нескольких водах (выбирайте именно рис басмати, а не обычный длиннозерный). Вода никогда не будет прозрачной, но она должна стать более или менее чистой. Обычно 5–7 раз достаточно. Замочите рис, пока вы будете готовить начинку.

Для сиропа срежьте цедру с апельсина и дважды обдайте ее кипятком. Нарежьте тонкими полосками. В ковшике доведите до кипения 1 стакан воды, добавьте сахар и цедру. Если у вас есть розовая вода, можно влить в сироп несколько капель. Варите на слабом огне, чтобы цедра пропиталась сиропом и стала полупрозрачной. Сироп должен увариться примерно в 2 раза. Отделите цедру от сиропа и положите в разные миски.

Для начинки миндаль и фисташки залейте кипятком. Через 2 минуты слейте воду, орешки заверните в полотенце и хорошенько потрите руками, чтобы удалить шелуху. Орешки должны быть мокрыми, иначе шелуха прилипнет еще сильнее и их снова нужно будет замачивать.

Фисташки крупно нарубите (на 2–3 части), а миндаль нарежьте тонкими лепестками вдоль. Изюм и барбарис промойте. Морковь нашинкуйте тонкой соломкой, лук — четвертькольцами.

Когда все ингредиенты будут готовы, начинается непосредственно приготовление плова.

Слейте воду, в которой замачивался рис. Залейте свежей водой (2–3 л). Добавьте 1–2 стакана молока и хорошенько посолите. Жидкость должна быть пересолена и рис должен свободно плавать в ней при варке. А так как рис будет вариться совсем недолго, то он должен успеть просолиться, ведь в дальнейшем солить блюдо мы не будем.

Варите рис около 10 минут после закипания. Он должен получиться альденте — серединка уже не хрустящая, но еще слегка жесткая. Слейте воду и промойте рис.

Одновременно с началом варки риса (может, чуть раньше) начните обжаривать продукты для начинки. Растопите на сковороде 1 ст. л. масла гхи и обжарьте лук до прозрачности на среднем огне. Слегка посолите, переложите в миску.

Добавьте в сковороду еще 1 ст. л. гхи и начинайте обжаривать морковь. Немного посолите. Когда морковь станет чуть мягкой, влейте половину сиропа и продолжайте жарить. Морковь должна карамелизоваться. Переложите ее к луку.

Следующий шаг — опять ложка гхи, и в сковороду отправляются орешки. Слегка обжарьте их, сдвиньте в сторону и выложите изюм и барбарис. Добавьте масла, если необходимо. Ягодки пропитаются им, набухнут и будут похожи на янтарь. Верните в сковороду лук с морковью, добавьте цедру из сиропа, перемешайте и прогрейте пару минут.

В глубокой антипригарной кастрюле или сковороде растопите 2 ст. л. масла гхи. Равномерно смажьте дно и стенки. Разорвите или нарежьте на кусочки тонкий лаваш и равномерно разложите (слегка внахлест) по дну и стенкам. Теперь выложите рис и начинку. Блюдо получится вкуснее, если раскладывать их слоями, чередуя, но тогда при подаче начинка перемешается с рисом. Поэтому вам решать, я же выбираю вкус. Выложите слой риса, посыпьте молотым шафраном, затем — слой начинки. Повторите последовательность 2–3 раза. Сверху полейте оставшимся сиропом. Накройте крышкой и укутайте верх кастрюли полотенцем, чтобы пар не выходил. Томите плов на минимальном огне примерно 40 минут — за это время рис распарится, пропитается ароматами начинки и шафрана, а лаваш превратится в невероятно вкусное, хрустящее лакомство.

Такой плов можно подавать как гарнир к шашлыкам из баранины или к симит-кебабам.

ЗАПЕЧЕННЫЕ МИДИИ

Италия

- мидии в раковинах — 500 г
 - панировочные сухари — 1 стакан
 - пармезан — 30–40 г
 - петрушка — 1 пучок
 - лимон — ½ шт.
 - оливковое масло — 30–40 мл
 - соль, черный перец по вкусу
- Для сырного соуса:**
- сливочное масло — 30 г
 - мука — 1 ст. л.
 - сливки (30 %) — 2–3 ст. л.
 - молоко — ½ стакана
 - пармезан — 20 г
 - лимонный сок — 1 ч. л.
 - соль, белый перец по вкусу

Мидии хорошо промойте под проточной водой, тщательно очистив от наростов. Посолите и поперчите, сбрызните соком лимона. Цедру лимона предварительно натрите на терке. Она понадобится для финального штриха.

В миску насыпьте панировочные сухари, мелко натертый пармезан, измельченную петрушку, добавьте соль, перец. Перемешивая ингредиенты, постепенно добавляйте оливковое масло, слегка сжимая массу в комки. Смесь должна стать маслянистой и немного слипаться.

Каждую мидию покройте смесью из сухарей и выложите на противень. Запекайте 15 минут при 180 °С.

В это время приготовьте соус с пармезаном. Растопите в ковшике сливочное масло и всыпьте муку. Обжаривайте 2 минуты, помешивая венчиком. Влейте сливки и хорошо перемешайте. Продолжая интенсивно перемешивать, медленно добавляйте горячее молоко, регулируя густоту будущего соуса. Когда консистенция вас устроит (помните, что остывший соус будет гуще), добавьте тертый пармезан и дождитесь его полного растворения. Попробуйте и приправьте по вкусу солью и перцем. Влейте лимонный сок. Соус готов.

Подавайте мидии горячими, посыпав тертой цедрой и измельченной зеленью. Отдельно подайте сырный соус. Это прекрасная закуска к белому вину.



Я очень рекомендую найти сухари «Panko».
Они очень хрустящие!

УДК 641.5
К65



Никакая часть данного издания не может быть скопирована
или воспроизведена в любой форме без письменного
разрешения издательства

В оформлении обложки использована фотография *Наташи Неред*

Дизайнер обложки *Алина Белякова*

Популярне видання

Популярное издание

КОПАЧИНСЬКИЙ *Костянтин*
Кулінарна подорож
(російською мовою)

КОПАЧИНСКИЙ *Константин*
Кулинарное путешествие

Головний редактор *С. І. Мозгова*
Відповідальний за випуск *А. В. Альошичева*
Редактор *О. В. Супронюк*
Художній редактор *А. В. Белякова*
Технічний редактор *В. Г. Євлахов*
Коректор *Л. Г. Фадеєва*

Главный редактор *С. И. Мозговая*
Ответственный за выпуск *А. В. Алешичева*
Редактор *О. В. Супронюк*
Художественный редактор *А. В. Белякова*
Технический редактор *В. Г. Евлахов*
Корректор *Л. Г. Фадеева*

Підписано до друку 12.11.2019.
Формат 70х100/16. Друк офсетний.
Гарнітура «HeliosLight». Ум. друк. арк. 10,32.
Наклад 4000 пр. Зам. №.

Подписано в печать 12.11.2019.
Формат 70х100/16. Печать офсетная.
Гарнитура «HeliosLight». Усл. печ. л. 10,32.
Тираж 4000 экз. Зак. №.

Книжковий Клуб «Клуб Сімейного Дозвілля»
Св. № ДК65 від 26.05.2000
61001, м. Харків, вул. Б. Хмельницького, буд. 24
E-mail: cop@bookclub.ua

Книжный Клуб «Клуб Семейного Досуга»
Св. № ДК65 от 26.05.2000
61001, г. Харьков, ул. Б. Хмельницкого, д. 24
E-mail: cop@bookclub.ua

Віддруковано у ПРАТ
«Харківська книжкова фабрика «Глобус»»
61052, м. Харків, вул. Різдвяна, 11.
Свідоцтво ДК № 3985 від 22.02.2011 р.
www.globus-book.com

Отпечатано в ПРАТ
«Харківська книжкова фабрика «Глобус»»
61052, г. Харьков, ул. Рождественская, 11.
Свидетельство ДК № 3985 от 22.02.2011 г.
www.globus-book.com

ISBN 978-617-12-7134-0

© Книжный Клуб «Клуб Семейного Досуга»,
издание на русском языке, 2020
© Книжный Клуб «Клуб Семейного Досуга»,
художественное оформление, 2020