

# Кухня Перу

## Евгения Межанская

---

Раньше чем говорить о перуанской и в особенности креольской кухне, я должна в обязательном порядке ознакомить вас с ингредиентами, которые мы очень часто будем использовать. Кроме лука и чеснока почти всегда или очень часто при приготовлении рыбы, мяса и птицы используют:

1. чаще сухой, но иногда и свежий МАЙОРАН(душицу) - его кладут в супы и жаркое или рагу.
2. Так же используют свежий кореандр – обычно перемолотый на блендере чтоб получилась такая крутая каша, для этого всегда добавляется немножко воды, кипячёной разумеется, но остуженной.
3. ЭСКАБЕЧЕ - во многих формах - молотый на блендере - как пасту или соус, нарезанный полосками, мелко нарубленный, в салаты, соусы из овощей, пасту из высушенного, вымоченного и прокрученного опять же на блендере - приобретает иной вкус и цвет.
4. Комино (comino) - сухой тмин.
5. Рокото (rocoto) - очень острый перец.
6. Сельдерей  
и
7. Ромэро (romero) - розмарин - к пикантным соусам.

Блюда получаются очень ароматные.

Ну и остальное, то что используем и мы, как я уже сказала, лук, чеснок, помидоры.

Петрушку тут почти не используют.

"Красные макароны" (ТаярИн Рохо).....	2
Как приготовить вкусный соус-пасту из эскабэче.....	3
Изумительно вкусное блюдо креольской кухни - Пато - утка .....	10

## "Красные макароны" (ТаярИн Рохо)

Их делают везде - дома, на рынке, в ресторанах - простеньких дешёвых столовых и в уважаемых ресторанах.

Полкило макарон или лапши просто сварите в солёной воде.

Делаем к ним овощно-мясной соус вот так. Натрите среднюю луковку на средней тёрке, наклоните, что бы стёк сок, натрите отдельно одну морковочку небольшую такую и тоже один помидорчик - спеленький такой, хороший.

В сковородку две-три ложки масла постного без запаха разогрейте и туда лук, с ложечкой раздавленного чеснока и сухой душицы (пол-кофейной ложечки душицы-то), как чуть поджарится бросьте туда тертую морковку и помидорчик и туда же 4 муслица куриных, а если ножки без муслица - они-то поменьше, так можно 5-6. Накройте крышкой и пусть жарится-парится на среднем огне минут 20. Вот вобщем-то и всё. Смотрите если будет подсыхать, добавьте бульончика. Когда сварится всё это дело, залить макароны энтим делом, хорошо перемешавши, что б они стали такого оранжевого цвету - (можно картошечку в мундирах по нашему), но по перуански лапшу - посему и названо - таярИн - то есть лапша. Ну и лопать! Так же перуанский вариант - вместо цыплёнка можно мясо нарезанное кусочками, как для гуляша. Мясо не жирное. Тут, конечно немножко дольше тушить - мясо ведь дольше варится. Как мясо так и цыплёнок - желательно молодые, в ином случае время готовки увеличить, но вот не знаю изменится ли вкус соуса если его долго держать на огне - то есть дольше нормального.

Ах, вот маленькая деталь - если есть кусочек сушёного белого гриба (или боровика, или подосиновика) , бросьте туда тоже, но тогда добавьте и лавровый листик - один совсем маленький на это количество ингредиентов. Эта смесь гриба и лаврового листа получается очень ароматной - такой экзотический аромат и приятный, конечно...

Соус который мы рассмотрим ниже включают большинство блюд креольской перуанской кухни - всё, что рыба, мясо и птица. Этот соус вовсе не для того, что бы придать пикантность блюду, а ради вкуса и аромата, но если кому нравится пикантно - оставьте немного семян и будет пикантно.

## Как приготовить вкусный соус-пасту из эскабэче



Выбрать хорошие здоровые зрелые перцы эскабэче. Они должны быть яркого оранжевого цвета, упругие без признаков высыхания или обмягчения или грибка...  
разумеется вымыть их.  
Обрезать "носики" и "хвостики".



Затем обрезать стручки перцов с боков, освободив их от семян. Делать с осторожностью, стараясь не задевать руками ни ножом сердцевину, ни семена. Ведь именно они острые. Если не беречь руки, то потом они у вас до вечера будут "гореть".



Когда обрежете все перцы, осмотреть внимательно каждую срезанную полоску - иногда там застревают или прилипают семена. Их надо убрать. Старайтесь делать это только ножом и вилкой, поскольку, как я уже сказала - самая острота в них.



Следующим шагом будет снова сполоснуть их в воде из под крана и бросить в кипящую воду.





Вода перестанет бурлить, но всего лишь на несколько мгновений. Когда снова закипит - перцы должны быть в ней не больше одной минуты.

После этого вылейте воду в которой вскипнули эскабэче, и промойте их под струёй холодной воды и повторите эту операцию ещё пару раз: в кипящую воду на минуту, за тем в холодную. Кипящую воду менять.

Когда закончится этот процес - надо полоски перца очистить от кожуры. это необходимо сделать по двум причинам: во-первых кожура паслёновых очень нам портит желудок, а во-вторых если не снять кожуру, не получится такой хорошей кремоносной консистенции соуса.





Когда кожура будет снята, порезать полоски эскабэче на более мелкие кусочки, что бы их с лёгкостью провернуть в блендере.



Закинуть в блендер,



и налить остуженной кипячёной водицы, чтоб эта вода заполняла одну четвертую или одну пятую часть перцев и включить на полную катушку. Прикрыть крышкой, блендер, перевернув внутренний кружок крышки, на котором отверстие, что бы влить туда растительного масла.

Масла вливайте по немножку, смотря, чтоб консистенция соуса понемножку приобрела консистенцию жидкой сметаны. Добавьте по вкусу соли, пока крутите.



Этот соус можете использовать вместо кетчупа или майонеза к вашим любимым блюдам. У нас идёт на ура особенно с картошкой в мундирах и отваренной кукурузой. А так же используем его когда готовим. Ну вот вообще-то и готово

Два замечания. Этот соус который, я описала больше идёт как соус к блюдам. Если хотите что бы он был с более интенсивным вкусом, после первой или второй баланшировки обсушите перцы и поджарьте их в кипящем масле, не доводя до того, что б стали коричневыми.

Если готовить соус для жаркого, то во время перемолки на блендере не обязательно добавлять масло.

По сколько процесс этот несколько затянутый - много возни для одного блюда, я обычно готовлю соус из килограмма перцев, а не из 5 штук и потом в банке из стекла храню в холодильнике - в этом случае масло и соль мне служат консервантами, поскольку холодильник у меня старый и он там долго не держится.

---

## **Изумительно вкусное блюдо креольской кухни - Пато - утка**

Утка, как пища и как блюдо, и даже деликатэс ценится очень во многих странах и народах. Во Франции, например, это очень дорогое блюдо. В Перу это блюдо доступно не только богам, но и смертным, и тем более если ты сам умеешь его приготовить.

И так на утку 3х килиграмм нам понадобится:



3 луковицы средней величины.

1/4 чашки растительного масла (без запаха).

1/4 чашки свежемолотого кориандра - кинзы.



1/2 чашки свежемолотого эскабече.



1/2 чайной ложки сушёного (душицы)



1 чайная ложка натертого (или раздавленного вилкой) чеснока,

1 чашка хмельного напитка из кукурузы - чича, который с успехом заменит наш обыкновенный квас – (квас должен быть крепким, ядрёным,) или чёрное пиво на худой случай.

соль и молотый перец - немножко - сколько надо на ваш вкус.

Утку разделать на куски как полагается и замариновать в чиче (квасе чёрном пиве) с солью и молотым перцем.



1.Натираем на тёрке весь лук и наклоняем посудину в которой тёрли, что бы весь сок стёк. (сок пока нам не нужен, и возможно и не понадобится)





2. В сковородку - большую или широкую кастрюлю с толстым дном, наливаем растительное масло, и когда оно согреется бросаем туда чеснок с душицей.



(Секретик:

Что бы душица стала душистее, предварительно прогрейте ее минут 10 на крышке какого-нибудь блюда, которое кипит под этой крышкой, а потом, когда будете класть его в суп или другое блюдо разотрите пальчиками.)

3. Когда чеснок зарумянится, добавить молотое эскабече, молотый кориандр и перец.





(Секретик - лучше сначала хорошо прожарить эскабече, а потом добавить остальное. Как узнать, что эскабече достаточно прожарилось? просто: Ложкой проведите по жарящемуся эскабече как бы делая черту. Если эскабече сходится - становится опять как одно пяно, то ещё не готово, а если осталась черта между правым и левым, разошлось как воды Иордана, когда Моисей бежал из Египта, то готово - можно сыпать остальное - кориандр, перец и ачотэ.)



3. Поджарить ещё немного и добавить натёртый лук.



Когда лук немного поджарится со всем предыдущим одна по одной положить куски утки . Каждый кусок хорошо вывозить в том, что поджарилось. Если нужно - добавить соли и залить всё это дело чичей (васом или тёмным пивом - лучше квасом, он ближе по вкусу к чиче). Закрывать крышкой и оставить на среднем огне - пусть варится.



4. Когда мясо утки будет на половину готово, добавить немножко мелко нарубленного свежего кориандра и несколько полосок эскабече. Опять накрыть крышкой и ждать когда это всё будет готово.

Если вы заметите, что соус в котором готовится утка начинает подсыхать хотя не должно), добавьте бульона или оставшегося лукового сока - это лучше чем добавлять воду. Утка должна получиться в большом количестве этого соуса, (в котором она варится), хотя не плавать в нём . Подают это блюдо с картофелем или фасолью. Картофель или фасоль щедро поливаются соусом в котором приготавливалась утка.

Соус не должен получиться жидким как бульон, а таким немножко густоватеньким - этот эффект обычно получается как раз когда лук не нарубаешь на квадратики, а

натираешь на тёрочке - это вот другой секретик .  
Тёрка не должна быть очень мелкой, но и не слишком крупной.

Вот вобщем-то и всё. Я только добавлю, что очень рекомендую это блюдо - ради этого я потратила немного времени, что бы тут вам написать детально весь рецепт. Потому, что на самом деле очень вкусно и мне хотелось поделиться с вами таким чудом, котрым шефы-повары не разбрасываются, но я не шеф, хотя умею делать утку криольскую мастерски (пардон за не скромность).

Осталось только подумать, чем бы заменить эскабэче. В некоторых странах (в США, например, во Франции и в Японии) он уже продаётся. Возможно и в других станах тоже. Весь лучший эскабэче и сладкий картофель - камотэ, идут на экспорт, поэтому на местном рынке цены на них подскочили приблизительно в 3-4 раза, и это очень плохо для перуанцев, которые живут в Перу, поскольку большинство блюд - обязательно включают в себя этот ингредиент, а большинство перуанцев, люди очень не богатые, и бедных - по настоящему бедных - просто пруд пруди! Попробуйте заменить пасту из эскабэче пастой из обыкновенного сладкого перца, ведь он тоже чень ароматен, но если сможете добыть перцы эскабэче, вы будете вкушать истинно пищу богов!

В этом блюде - пато - я не пробовала сделать такой замены, но в другом - да! И вобщем-то мне понравилось, хотя можно сказать, практически изобрела с этой заменой новое блюдо. Новое, но тоже очень вкусное.