

ВОСТОЧНАЯ СИБИРЬ



Белый месяц — объеденье
В Улан-Удэ устроили пиршество —
встречают Сагаалган

ВЫСТАВКА продукции бурятских производителей, приуроченная к празднованию Сагаалгана, или иначе Белого месяца, прошла в столице региона. Все желающие могли угоститься мясными деликатесами, сладостями и национальными блюдами, приготовленными специально к празднику, купить сувениры и подарки, а также проконсультироваться у буддийских лам и получить астрологический прогноз на наступивший по восточному календарю год.

Своя кухня лучше

Стоит ли менять магазинные хлеб, колбасу и сыр на продукты собственного приготовления?

ЭКСПЕРТИЗА

Геннадий Васильев, Красноярск

Домашние кулинары все успешнее конкурируют с крупными производителями. Ведь домашнее — вкуснее, дешевле, с гарантированным качеством. И времени на это — не жаль.

Как найти правильное мясо

Сегодня выпекать хлеб в хлебопечке или готовить десерт в мультиварке уже неинтересно — это делают многие. Интересно то, что поддается приготовлению исключительно руками, что зависит не только от желания, но и от умения. Поэтому — о колбасе. Но сначала — об исходном продукте.

Как известно, главный ингредиент в любой колбасе... нет, не соя: мясо. Важно, кто, как и где того же бычка выращивал, на каком году жизни забил и сколько времени прошло, пока мясо попало к вам на кухню. Задавать такие вопросы продавцу нередко бессмысленно: либо не знает, либо соврет. Есть, правда, одно старое правило: если вы покупаете продукты у одного и того же торговца на протяжении длительного времени, он врать вам не станет. Однако и оно порой не работает. На центральном городском рынке меня пару раз откровенно «нагрела» бойкая торговка, с которой много лет «были на ты». Купленная свинина оказалась при готовке вонючей: хряк был, как говорят крестьяне, «не выложен» — то есть не кастрирован. В другой раз говяжья грудина с толстым слоем желтого сала маскировалась под молодую телятину. Больше к этой торговке не хожу.

Как обезопасить себя на рынке от обмана, как разобраться — вешают ли тебе лапшу на уши или, торгуясь, просто искренне дерутся за честную копейку? Даже обладая опытом, сделать это непросто. Ушлый продавец проведет кого угодно. Он расскажет вам, что мясной сок из говяжьего отруба (эта часть особенно годится на колбасу) не потому так красен и обилен, что мясо спринцевали или оно было заморожено, а просто потому, что парное — «только вчера забил». Но если и правда — «только вчера», такое мясо покупать не следует: возмуд дороже, а по качеству оно хуже, чем вызревшее, повисевшее, как положено, на крюке. В идеале — недельки три. Но даже если трое суток, уже хорошо. Поэтому если го-



вядина чуть заветрившаяся — не беда, это лучше, чем когда из нее течет сок, вполне могущий оказаться водой.

Со свиной немного проще, там качество определяется в основном цветом, он меняет оттенки активнее: розовое мясо — значит, все хорошо, слишком темное — лучше не стоит покупать. Но и спринцуют его махинаторы азартнее, чем говядину, поэтому так: надавил пальчиком, сок вышел, а мякоть не вернулась к прежней форме — идите от такого продавца подальше.

Меньше вероятности получить некондицию («невыложенного» хряка или старую говядину под видом парной телятины) в специализированных мясных магазинах. Здесь понятие «лояльность покупателя» существует и имеет значение как минимум для владельца этого бизнеса. Но стопроцентной гарантии качества нет вообще нигде: по-

Домашние колбаски вы вряд ли отличите по внешнему виду от аналогичного продукта массового производства, зато разницу во вкусе почувствуете обязательно.

ставщики меняются, меняется и качество поставляемого продукта. Купил я в мясной лавке свиную шейку, сделал поджарку — тает во рту, никакой гарнир не требуется, чтобы вкус не укрался. Через неделю в той же лавке у той же симпатичной продавщицы покупаю будто бы ту же шейку — поджарка резиновая, мясо приходится догущивать. Выясняется: свинины собственного производства для покрытия покупательского спроса не хватает, популярность бренда сильно опережает производственные возможности, приходится привлекать сторонних поставщиков из других регионов, и вот — на вашем столе такая незадача...

Колбаса как есть

Но, допустим, все-таки удалось купить нормальное мясо. И вот уже хочется колбасы! Посылов несколько. Во-первых, те «колбасные изделия», что пестрят раскрученными торговыми марками, часто обманывают ожидания. Что там у них внутри — отдельная история, но по результатам органолептики — невкусно и мясом даже не пахнет.

Во-вторых — из собственного опыта: срабатывает личный интерес сделать что-то самому, а когда

получается хорошо — его подогревает азарт. Сделать и подать к столу свою колбасу, собственноручно приготовленный плавленый сыр, испеченный в духовке или хотя бы в хлебопечке хлеб, своего посла рыбку, не говоря уже об овощных соленых-маринадах...

Ну а третье — продукты собственного производства часто выигрывают не только в качестве, но и в цене. Опять же пример из практики. В сетевом супермаркете упаковка котлет одного из самых популярных красноярских производителей стоит 249 рублей с копейками, в упаковке 600 граммов. Был бы килограмм — вышла бы цена 415 рублей. Котлеты, скажу честно, неплохие. Но в соседней мясной лавке цена килограмма свежего охлажденного фарша «Домашний», где 60 процентов говядины, остальное свинина, — 289 рублей, а по социальной карте и того меньше. Добавим сюда еще рублей 50–70 за счет добавленных в фарш лука, чеснока, вымоченного в сливках батона, соли-перца, растительного масла для жарки — все равно выходит дешевле полуфабриката. И вкуснее, потому что все прочие ингредиенты добавляем для себя, по своему вкусу.

Наша знакомая, бухгалтер по профессии, Людмила Сергеева давно перестала покупать колбасу в магазине. Недавно она устроила нам настоящий мастер-класс на своей крошечной кухоньке. Смешала говядину и свинину в пропорции примерно один к трем, пропустила через крупную сетку на мясорубке, потеряла на терке пять зубчиков чеснока, добавила 37 граммов (столовая ложка с небольшой горкой) адыгейской соли — и с помощью специальной насадки набила череву. А потом запекла колбаски на противне в духовке при 200 граду-

РЕЦЕПТ ОТ АВТОРА

Сыр плавленый

Рецептов плавленого сыра, изготовленного в домашних условиях, довольно много, но в основе все сводятся к общим принципам. Творог — 500 граммов. Масло сливочное — 100 граммов. Яйцо куриное — 2 штуки. Соль — по вкусу. Сода — 0,5 чайной ложки. Укроп свежий — 1 пучок. Масло порезать кусочками, растопить. Добавить к маслу разбитые сырые яйца, соду, перемешать. Выложить туда же творог, перемешать. В большой кастрюле или миске вскипятить воду, уменьшить огонь до среднего, поместить сверху кастрюлю с будущим сыром. На водяной бане плавить полученную смесь, помешивая. Очень скоро творог начнет плавиться, смесь обретет однородность, станет загустевать. Предварительно мелко порезать укроп — только веточки, стебли не нужны. В сыр всыпать укроп, соль, все хорошенько перемешать. Снять кастрюлю с водяной бани, разлить сыр по удобным емкостям, дать ему загустеть. Хранить в холодильнике, но недолго... Просто долго и не получится: очень вкусно!

тивно и успешно реагируют на такие перемены. Еще несколько лет назад я ломал голову — где отыскать в свободной продаже череву для изготовления домашней колбасы? Сегодня она представлена в любом виде в неимоверном количестве и в интернет-магазинах, и просто в специализированных торговых точках. Там же можно купить специальные насадки на мясорубку для изготовления колбасы.

Само по себе мясо — не канцероген, важно, что в него еще добавлено

сах, окружив их порезанной пластикой картошкой — примерно 50 минут. Дегустация показала: блюдо удалось на славу. Счастливым дополнением к нему служили домашняя горчица, домашние же соленые-маринады.

Горчица, кстати, в домашних условиях делается просто: сухая горчица смешивается с небольшим количеством растительного масла, соли и сахара, заливается огуречным или капустным рассолом — так, чтобы образовалась кашка, перекладывается в удобную посуду и на сутки помещается в теплое место. Качество гарантировано: от счастья станете утирать слезы.

За свежей форелью

Готовить дома не всегда привычные городскому человеку продукты стали массово отчасти еще и потому, что предприниматели, которые внимательно следят за тенденциями переменчивого рынка, ак-

Линейку продуктов собственного приготовления можно продолжить в любую сторону. Ни с какой магазинной, упакованной в подложку, малосолевой форелью-семгой не сравнится та же рыбка домашнего посола. Я давно перестал верить рекламе и покупать в супермаркетах эту разукрашенную (часто в буквальном смысле) закуску. Благо с хорошей рыбой сегодня особых проблем нет. Много небольших магазинов, немало ответственных бизнесменов, способных предложить и сиговых свежего улова, и ту же семгу — привезенную издалека, но вполне кондиционную. Есть и питомники неподалеку от Красноярска, где разводят карпа, сома, осетра, форель. Но чтобы посолить это богатство в домашних — городских — условиях, не нужно много денег и богатого ума. Крупная соль (морская или серая, не йодированная) — все богатство.

ВОЗ НАЕХАЛ НА МЯСО

Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) официально признала: мясные изделия, подвергшиеся переработке (копчению, засолке...) или содержащие консерванты, — канцерогенны. И пошла дальше, свалив на один воз все: и переработанное мясо, и, как они его называют, «красное мясо» как таковое. А это в терминологии ВОЗ — и говядина, и свинина, и птица, и вообще вся мышечная ткань. Что же теперь, в вегетарианцы подаваться?

— Мясо само по себе не является канцерогеном, — уверена врач-диетолог и нутрициолог Галина Гордомысова, — здесь важно, что в него еще добавлено.

А если ничего не добавлено? То есть стейки все-таки есть можно. Как можно есть свиные отбивные, запеченную баранью ногу, жареную курицу и прочее. И домашнюю колбасу. Вы же не станете дома добавлять в нее консерванты, красители и вкусовые добавки?