

ЗВЕЗДА КУЛИНАРИИ

ДМИТРИЙ ЖУРАВЛЕВ

48 СУПОВ



Издательство АСТ
Москва

УДК 641 : 821.161.1-3
ББК 36.997+84(2Рос=Рус)6-44
Ж 91

Журавлев, Дмитрий.

Ж 91 48 супов / Дмитрий Журавлев. — Москва : Издательство АСТ, 2018. — 160 с. — (Звезда кулинарии).

ISBN 978-5-17-105517-2.

Дмитрий Журавлев — популярный кулинарный блогер, пишущий на гастрономические темы, гурман и востоковед.

В кулинарном Рунете известен под ником DeJur. О еде пишет увлекательно и со знанием дела, сопровождая рассказы своими возбуждающими аппетит фотографиями.

В книге «48 супов» Дмитрий собрал для своих читателей рецепты самых интересных супов со всего света, а некоторые из них даже его собственного сочинения. Вас ждет увлекательнейшее из путешествий по мировой кухне, в которой главное помнить: «Суп – всему голова!»

УДК 821.161.1-31
ББК 84(2Рос=Рус)6-44

Издание для досуга

16+

Звезда кулинарии

Дмитрий Журавлев
48 СУПОВ

Ведущий редактор К. Секачева
Корректор Е. Холявченко
Технический редактор Т. Тимошина
Дизайн обложки Я. Паламарчук
Верстка А. Грених

Подписано в печать 23.10.2017.
Формат 60х84/8. Усл. печ. л.18,6.
Тираж 2000 экз. Заказ N^о

Общероссийский классификатор продукции ОК-005-93, том 2;
953000 — книги, брошюры

ООО «Издательство АСТ»
129085, РФ, г. Москва, Звездный бульвар, д. 21, строение 1, комната 39

«Баспа Аста» деген ООО
129085 г. Мәскеу, жұлдызды гүлзар, д. 21, 1 құрылым, 39 бөлме
Біздің электрондық мекенжайымыз: www.ast.ru
E - mail: astpub@aha.ru

Қазақстан Республикасында дистрибьютор және өнім бойынша арыз-талаптарды қабылдаушының өкілі

«РДЦ-Алматы» ЖШС, Алматы қ., Домбровский көш., 3«а», литер Б, офис 1.

Тел.: 8(727) 2 51 59 89,90,91,92, факс: 8 (727) 251 58 12 вн. 107; E-mail: RDC-Almaty@eksmo.kz

Өнімнің жарамдылық мерзімі шектелмеген.»

Өндірген мемлекет: Ресей

Сертификация қарастырылмаған

ISBN 978-5-17-105517-2.

© Дмитрий Журавлев
© ООО «Издательство АСТ»

СОДЕРЖАНИЕ

ОБ АВТОРЕ 5

ПРЕДИСЛОВИЕ

ЗАЧЕМ И ДЛЯ КОГО НАПИСАНА КНИГА. 6

БАЗОВЫЕ НАВЫКИ И БУЛЬОНЫ 8

БУЛЬОН КАК ОСНОВА ДЛЯ СУПА. 9

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ РЕЦЕПТЫ 11

ЧИЛИ-МАСЛО 11

ХРУСТЯЩИЙ ШАЛОТ 11

СОУС НЬОК ЧАМ. 11

БЫСТРЫЕ ЗАКУСОЧНЫЕ СУПЫ 13

ОГУРЕЧНО-ЙОГУРТОВЫЙ СУП С ТАРТАРОМ ИЗ ТУНЦА-ТАТАКИ 14

ЩУЧИНА. ХОЛОДНАЯ ПОХЛЕБКА
НА ОСНОВЕ РЫБЬЕЙ УХИ И БЕЛОГО КВАСА. 16

МОМЕНТАЛЬНЫЙ ЯПОНСКИЙ СУП С ЛЕМОНГРАССОМ И ГРИБНЫМИ СУИ-ГЁДЗА 18

ЧИХИРТМА. БАРХАТИСТЫЙ КУРИНЫЙ СУП, ЗАГУЩЕННЫЙ ЯЙЦАМИ 20

МИСО-СУП В ШОТАХ, С ЯКИТОРИ ИЗ КУРИНЫХ СЕРДЕЧЕК 22

ЗАКУСОЧНЫЙ СУП ИЗ ПОДКОПЧЕННЫХ ТОМАТОВ С ЧЕРЕМШОЙ. 24

СЯКЭ ТЯДЗУКЭ. СУП-ЧАЙ С ЛОСОСЕМ И РИСОМ 26

СУПЫ-ПЮРЕ, КРЕМ-СУПЫ И ВЕЛЮТЕ 29

КРЕМ-СУП ИЗ ТЫКВЫ И ПОРЕЯ С ФУА-ГРА 30

СУП-ВЕЛЮТЕ ИЗ МУСКАТНОЙ ТЫКВЫ С КУРИНЫМИ
КРЫЛЬЯМИ КОНФИ И ПОШИРОВАННЫМИ ЯБЛОКАМИ 32

КРЕМ-СУП ИЗ ТОПИНАМБУРА С ЛЕСНЫМИ ГРИБАМИ И ХРУСТЯЩЕЙ
СЫРОВЯЛЕННОЙ ВЕТЧИНОЙ 36

СУП-ПЮРЕ ИЗ МУСКАТНОЙ ТЫКВЫ С ПЕЛЬМЕНЯМИ
ИЗ УТКИ-КОНФИ И ЖЕЛЕ ИЗ СОЕВОГО СОУСА 38

БИСК ИЗ РАКОВ 42

СУП-ВЕЛЮТЕ ИЗ БОБОВ С ЧОРИЗО И КРЕВЕТКАМИ 44

КРЕМ-СУП ИЗ ТЕЛЯЧЬИХ МОЗГОВ С МЯСОМ КРАБОВ И ЗЕЛЁНОЙ СОЕИ. 46

СЛОЖНОСОСТАВНЫЕ СУПЫ 49

КОНСОМЕ ИЗ ДЕРЕВЕНСКИХ КУР С ЯБЛОКАМИ И ПРОФИТРОЛЯМИ 50

ЛУКОВЫЙ СУП С ПОДКОПЧЁННЫМИ ЯБЛОКАМИ И ГОЛУБЫМ СЫРОМ 54

КРАСНОЕ ПОСОЛЕ ИЗ СВИНОЙ РУЛЬКИ 58

ЖУРЕК СО СВЕЖЕПОДКОПЧЁННЫМИ СВИНЫМИ РЁБРЫШКАМИ И КОЛБАСОЙ 60

ЧАКАПУЛИ 64

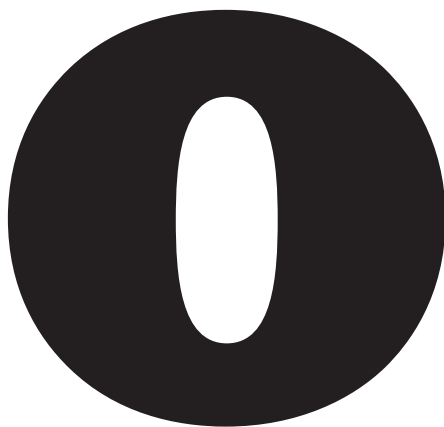
СБОРНАЯ МЯСНАЯ СОЛЯНКА	66
СБОРНАЯ СОЛЯНКА ИЗ ПОТРОХОВ НА АЗИАТСКИЙ МАНЕР	68
СУНДЭ КОМГУК С КРОВЯНОЙ КОЛБАСОЙ	72
СЫРНЫЙ СУП С КРАФТОВЫМ ПИВОМ	76
ТОМ ЯМ В ДЕРЕВЕНСКОМ СТИЛЕ ИЗ БЫЧЬИХ ХВОСТОВ.	78
ГУСИНЫЙ СУП-РАГУ С ПОЛБОЙ И ГРИБНЫМ АССОРТИ.	80
БАК-КУТ-ТЕХ. ЧАЙ ИЗ СВИНЫХ КОСТЕЙ.	82
ЧУПЕ ДЕ КАМАРОНЕС.	84
КОНСОМЕ ИЗ ЖАРЕННОЙ УТКИ С ЖАРЕННЫМИ ВОНТОНАМИ И ГРИБАМИ	86
ОСТРО-КИСЛЫЙ СУП С «ДАМСКИМИ ПАЛЬЧИКАМИ», КРЕВЕТКАМИ И АНАНАСАМИ.	90
ХЛЁБОВО РАССОЛЬНОЕ ИЗ УТИЦЫ СО ВСЕМИ ЕЙНЫМИ ПОТРОШКАМИ	92
ГАРБЮР НА ТЕЛЯЧЬЕМ БУЛЬОНЕ С КОПЧЕНЫМ ОКОРОКОМ И СЫРНЫМИ КРУТОНАМИ	94

ЛАПША 97

ЛАПША БАНЬМЯНЬ В СТИЛЕ НАРОДА ХАККА	98
ЛАКСА ЛЕМАК. КАРРИ-СУП С ЛАПШОЙ В СТИЛЕ БАБА-НОНЬЯ.	102
ВЬЕТНАМСКИЙ СУП-ЛАПША С МОЛЛЮСКАМИ И АНАНАСАМИ	106
ГУСИНЫЙ СУП ХО В СТИЛЕ ВЬЕТНАМСКОГО ФО.	108
НАВАРИСТЫЙ СУП ИЗ ГОВЯДИНЫ И СВИНЫХ НОЖЕК	110
СУП-ЛАПША РАМЭН ИЗ ГОВЯЖЬИХ ХВОСТОВ.	112
БОГАТЫЙ УТИНЫЙ БУЛЬОН С ЛАПШОЙ ДОЛГОЛЕТИЯ	114
ПРАЗДНИЧНО-БОГАТЫЙ КУРИНЫЙ СУП-ЛАПША В ХАНОЙСКОМ СТИЛЕ	118
ЛАПША МЁРТВОГО СЕЗОНА.	120
ЛАПША ПО-ЛАНЬЧЖОУСКИ.	122
МОХИНГА. ГУСТОЙ И АРОМАТНЫЙ РЫБНЫЙ СУП-РАГУ	126
ЦЕЛЕБНЫЙ СУП С ЧЁРНОЙ ШЁЛКОВОЙ КУРИЦЕЙ.	128

ДЕСЕРТНЫЕ СУПЫ 131

СУП-КОМПОТ ИЗ ТРОПИЧЕСКИХ ФРУКТОВ С «ПЛАВАЮЩИМИ ОСТРОВАМИ»	132
ДЕСЕРТНЫЙ СУП ИЗ МАЛИНЫ С ПАННА КОТТОЙ, ГРАНИТОЙ ИЗ ЛИЧИ И РОЗОЙ	136
СЛАДКИЙ СУП ИЗ КОКОСОВОГО МОЛОКА С БАНАНАМИ	138
КЛУБНИЧНЫЙ СУП С ВАНИЛЬНЫМ МАСКАРПОНЕ, БАЗИЛИКОМ И СЫЧУАНЬСКИМ ПЕРЦЕМ.	140
КИТАЙСКИЙ МАНГО-ПУДИНГ С СУПОМ ИЗ МАРАКУЙИ	142
ССЫЛКИ НА ИНТЕРНЕТ-РЕСУРСЫ	144



Б АВТОРЕ

Дмитрий Журавлев — востоковед и популярный блогер, пишущий на гастрономические темы. В кулинарном Рунете известен под ником DeJir. О еде пишет увлекательно и со знанием дела, сопровождая рассказы возбуждающими аппетит фотографиями. Публикуется в различных кулинарных изданиях, ведет постоянную колонку на большом кулинарном портале, снялся в нескольких телепередачах.

В 2012 году хобби переросло в профессию. Дмитрий основал культурно-гастрономический проект «Товарищество с Кулинарной Ответственностью», где на постоянной основе и с неизменным успехом проводит различные мастер-классы. В том числе и по супам, в которых Дмитрий признан авторитетным знатоком. Репертуар «Товарищества» насчитывает более 150 различных супов.

Все супы, рецепты которых представлены в книге, были приготовлены Дмитрием на мастер-классах «Товарищества» и получили высокую оценку от их участников.



РЕДИСЛОВИЕ

ЗАЧЕМ И ДЛЯ КОГО НАПИСАНА КНИГА

Традиционно суп был главным блюдом на обеденном столе, а нередко и единственным. Хороший наваристый суп — блюдо вполне самостоятельное. В наши дни, для многих, суп лишь прелюдия перед основными блюдами, некоторые считают его скучным, подают в малых количествах, а то и вовсе обходятся без него. И это очень печально.

Вильям Похлебкин как-то написал: «Только в прочной, постоянной семье едят суп регулярно. Отсутствие супа в доме — один из первых показателей и признаков семейного неблагополучия». С этим сложно не согласиться. Как в хорошем, правильно приготовленном супе, все компоненты объединяются и дополняют друг друга, так и счастливую семью сложно представить без взаимной любви и уважения. Суп — символ семьи, он объединяет. Поэтому и готовить его надо с любовью и уважением к каждому, без исключения, ингредиенту, а подавать торжественно, как и подобает главному блюду стола. И пусть глава семьи сам, в присутствии всех ее членов, разольет каждому по тарелкам правильно приготовленный, аппетитный, источающий великолепные ароматы суп. Сделайте так, чтобы этого события ждали. Если не каждый день, то по выходным обязательно. Верните в свою семью эту прекрасную традицию и будьте счастливы!

Приготовить суп можно практически из любых продуктов, будь то мясо, птица, рыба, овощи, грибы или крупы. Раздельно или совместно. Подходящий для любого сезона и времени. Горячий и насыщенный журек со свежее-подкопченными свиными рёбрышками, чтобы согреться и восстановить силы промозглым днем. Холодный и освежающий огуречно-йогуртовый суп с тартаром из тунца, чтобы с комфортом перенести палящий зной. Заряжающей энергией лапшу по-ланьчжоуски на завтрак или изысканный биск из раков на праздничный ужин. Суп можно приго-

товить даже на десерт, такой как, например, суп-компот из тропических фруктов. Приготовление супа — это всегда невообразимый простор для творчества и экспериментов.

Рецепты в книге подобраны таким образом, чтобы наиболее полно охватить существующие виды супов. От самых простых и быстрых до сложных и многокомпонетных, но, при этом, вполне доступных для воспроизведения в домашних условиях. Прочитав книгу и освоив хотя бы несколько из приведенных в ней рецептов, вы убедитесь, что супы дадут большую фору другим блюдам по многообразию способов приготовления, подачи и употребления.

И обязательно, если у вас еще нет, заведите себе дома супницу. Для начала это красиво...

P.S. Я хочу выразить большую благодарность своей жене Нине за неоценимую помощь не только при создании этой книги и проведении мастер-классов, но и за полную поддержку и понимание по жизни.

БАЗОВЫЕ НАВЫКИ И БУЛЬОНЫ

Для обозначения видов бульона существуют разные названия: бульон, навар, консоме. Однако, с точки зрения способа приготовления, все это мало чем отличается друг от друга. Разница лишь в крепости и цели, для которой бульон приготавливается.

Бульон — ароматный, достаточно крепкий и прозрачный отвар из мяса, птицы, рыбы, овощей, грибов или их комбинаций. Бульон сам по себе может выступать как отдельное блюдо, но чаще всего служит как основа для приготовления супа.

Навар — это бульон, предназначенный для добавления в другие блюда, например, при тушении мяса или как основа для соуса. По сравнению с обычным бульоном, навар должен иметь менее выраженный вкус и аромат, но более высокую студенистость. Это нужно, чтобы придать соусам или блюдам нужную консистенцию, но при этом не исказить вкус основных продуктов.

Консоме — очень крепкий и одновременно прозрачный бульон, готовится так же, как и обычный. Нередко, для усиления вкуса, при приготовлении консоме, мясо или птицу отваривают не на воде, а в заранее приготовленном бульоне. При этом консоме должно быть абсолютно прозрачным и содержать мало желатина и вовсе не содержать жира на поверхности. Это достигается особой тщательностью при приготовлении. Однако, если консоме все же не удалось довести до особой степени чистоты, существует один весьма простой прием. Бульон следует хорошо заморозить, после чего, уложив на застеленный куском смоченной в воде тонкой ткани дуршлаг, дать медленно разморозиться. Бульон постепенно просочится, а все лишнее: свернувшийся белок, желатин, жир и прочее, — останется на ткани. Консоме же будет прозрачным как слеза.

Бульон

КАК ОСНОВА ДЛЯ СУПА

В подавляющем большинстве случаев, основой для супа служит бульон. Именно от его качества зависит конечный результат, поэтому продукты для бульона нужно выбирать лучшие и обрабатывать их со всей тщательностью. Принципы варки хорошего бульона одни и те же, независимо от того, готовится он из мяса, птицы, рыбы или овощей. Поэтому все нюансы приготовления мы рассмотрим в основном на примере классического мясного бульона.

Для начала нужно выбрать правильный кусок говядины, он должен быть с большим содержанием соединительной ткани, такой как голяшка, грудинка и подобные отруба. Для приготовления хорошего бульона совершенно не подходят такие части, как вырезка — вкуса и навару с них будет мала. Для придания дополнительного вкуса и увеличения количества желатина в мясной бульон можно добавить остов и обрезки от курицы, а также телячью голень.

Для приготовления чисто куриного бульона курицу следует выбирать специальную, суповую. Бройлеры для этой цели подходит слабо. Для приготовления бульона из овощей, их следует мелко нарезать или нашинковать — так бульон сварится быстрее и будет более наваристым. Самый наваристый рыбный бульон получается из голов, хребтов и плавников разделанной рыбы.

В любом случае, для приготовления бульона нужно брать кастрюлю с толстым дном, а лучше и с толстыми стенками, достаточно большую, чтобы в нее уместились все ингредиенты. Сначала укладывается мясо с костями, затем крупные куски и в самом конце куски поменьше. Воды заливается ровно столько, чтобы она только едва покрывала мясо, примерно на 2–4 см. При большем количестве воды бульон получится слабым, некрепким.

Доводить бульон до кипения нужно очень медленно, на среднем огне, примерно в течение часа, чтобы все свернувшиеся белки успели выйти на поверхность. Образующуюся на поверхности пену (так называемый шум) следует непрерывно и тщательно удалять.

Как только вся пена будет снята, можно закладывать в бульон очищенные, помытые и крупно нарезанные овощи: луковицу, морковь, стеблевой сельдерей, лук-порей, стебли от различной зелени, неочищенный зубчик чеснока, фенхель, сушеный перец чили и тому подобное — в зависимости от ваших предпочтений. Далее бульон следует слегка подсолить, опять довести до кипения и удалить вновь образовавшуюся пену, после чего, убавить огонь до минимума.

Варить мясной бульон следует от 2 до 8 часов — до готовности, в зависимости от размера мясных и прочих составляющих. При этом важно помнить, что бульон ни при каких обстоятельствах не должен кипеть, лишь слегка колыхаться на поверхности.

В противном случае, исходные продукты слишком быстро разварятся и станут сухими, а бульон будет мутным. Куриный бульон варится от 1,5 до 3 часов. Для варки рыбного бульона потребуется всего 30–40 минут, дольше уже не будет иметь смысла — ни вкуснее, ни крепче рыбный бульон уже не станет. Примерно столько же, 45 минут, варится и овощной бульон.

Во время варки бульона кастрюлю лучше не накрывать крышкой. Если же предполагается длительная варка и есть задача сохранить максимум жидкости, крышкой все-таки можно воспользоваться, но лишь не полностью прикрыв кастрюлю так, чтобы пар мог выходить. При полностью закрытой крышке готовый бульон может иметь мыльный привкус.

По готовности бульон следует тщательно процедить через смоченный водой и сложенный вдвое кусок ткани, годное мясо использовать в супе или оставить для других блюд, остальное выкинуть. Дать бульону немного остыть и удалить с поверхности жир. Это можно сделать при помощи бумажной или хопчатобумажной салфетки. Если бульон не используется в день варки, его нужно убрать в холодильник. Жир застынет на поверхности и его без труда можно будет удалить ложкой.

Готовый бульон можно хранить в холодильнике не более 2–3 дней. Однако, учитывая длительность приготовления хорошего бульона, варить его лучше сразу в большом количестве, при этом лишнее заморозить. Для этого можно использовать обычные полиэтиленовые или zip-lock пакеты. Разливать бульон для заморозки лучше небольшими порциями. Это очень удобно, у вас всегда будет под рукой готовый бульон, требующий только разморозки. В этом случае, приготовление супа не займет много времени.

Количество ингредиентов большинства рецептов, приведенных в книге прописаны из расчета на 4–6 порций.



Дополнительные рецепты

В рецептах супов, опубликованных в книге, часто используются дополнительные, уже готовые ингредиенты, при приготовлении или при подаче. Чтобы не повторять их каждый раз, ниже приведены соответствующие рецепты.

Универсальный способ варки риса

При варке риса следует брать воду в пропорции 1 к 1,5. Но не по весу, а по объему. Довести воду до кипения, по необходимости посолить. Всыпать рис и слегка перемешать. Плотнo накрыть крышкой. Варить 3 минуты на сильном огне, 7 минут на среднем, 2 минуты на самом слабом. Снять с огня и держать под крышкой еще 12 минут. По готовности хорошо перемешать.

Чили-масло

1–2 ст. л. молотого чили, 1 ч. л. семян кунжута, 2 звездочки бадьяна, 4 ломтика имбиря, 3–4 ст. л. растительного масла. Смешать в жаропрочной миске молотый чили, семена кунжута, 1 звездочку бадьяна и 2 ломтика имбиря. Отдельно нагреть масло с оставшимся имбирем и бадьяном (до появления на поверхности небольших колебаний). Удалить имбирь и бадьян, а масло вылить в перечную смесь. Хранить в сухом прохладном месте.

Хрустящий шалот

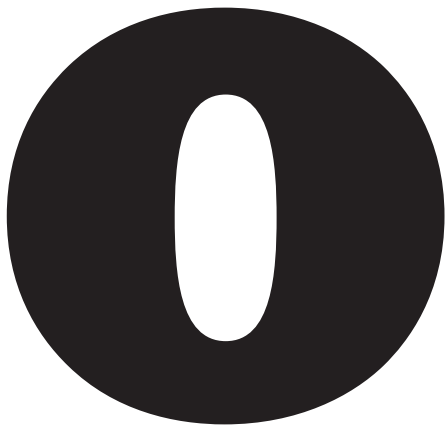
4 ст. л. тонко нарезанного лука-шалота, 3 ст. л. растительного масла. В глубокой сковороде разогреть масло и обжарить, постоянно помешивая шалот, до золотистого цвета и хрустящего состояния, примерно 2–3 минуты, после чего выложить на бумажное полотенце, дав стечь лишнему маслу.

Соус Ньюок Чам

2–3 стручка свежего чили (мелко нарезанных), 3 зубчика чеснока (мелко нарубленных), 50 г сахара, 3 ст. л. сока лайма, 1 ст. л. уксуса, 3 ст. л. рыбного соуса, 125 мл воды, 0,5 ч. л. соли. Все смешать тщательным образом и дать немного настояться.



БЫСТРЫЕ
ЗАКУСОЧНЫЕ
СУПЫ



ГУРЕЧНО- ЙОГУРТОВЫЙ СУП С ТАРТАРОМ ИЗ ТУНЦА-ТАТАКИ

Легкий, освежающий суп с ярким вкусом. К тому же, очень быстрый в приготовлении. Отличный вариант для жаркой погоды. Этот суп хорошо подавать с креветочными чипсами.

Ингредиенты:

Для супа: 1 большой салатный огурец, **180–200 мл** натурального йогурта, порошок карри и кайенский перец (на кончике ножа), лимонный сок, соль и свежемолотый черный перец по вкусу.

Для тунца-татаки: 1 стейк из тунца (примерно 250 г), **1 ст. л.** лимонного сока, **1** средний помидор (мелко нарезанный, семена удалить), **1** луковица шалота (мелко нарубленная), **1 ст. л.** зеленого лука (мелко нарезанного), **1 ч. л.** петрушки (мелко нарубленной), черный кунжут, оливковое масло, соль и свежемолотый черный перец по вкусу.

Для подачи: креветочные чипсы (опционально).

Огурец очистить от кожуры (если сердцевина слишком жидкая, удалить). Часть нарезать мелким кубиком и отложить (примерно 1 ст. л.). Остальное нарезать крупно, поместить в блендер, добавить йогурт, воду (1–2 ст. л. при необходимости), порошок карри, кайенский перец и примерно 1,5 ст. л. лимонного сока. Посолить, поперчить и взбить до однородного состояния. Выправить на вкус, добавив по необходимости еще специй. Охладить.