

УДК 641.55
ББК 36.997
М85

Во внутреннем оформлении использованы иллюстрации и фотографии:
bura0_sato, spiharu.u, ricorico, Haletska Olha, seagames50 images, Gulsina, Nickola_Che, VasilyBudarin, sabi1oan, Gulsina, zume Images, 3Smile, Africa Studio, aonip, Arancio, Atsushi Hirao, bonchan, Chzu, DarkCamera, Doriti, FamVeld, gowithstock, IbuneNina, Irina Wilhawk, jreika, Julia-Bogdanova, K321, karinrin, Lifestyle Travel Photo, Marcus Z-pics, masa44, mshin, Need Swanya, P-Kheawtasang, Pavlacek Jan, Pornthep Vongmatavee, real_content, sasazawa, Shawei26, Stephanie Lena Lee, studio presence, successo images, SUPREEYA.CH, Trialist, Vladislav Noseek, WS-Studio, YANGYANG FANG / Shutterstock / FOTODOM
Используется по лицензии от Shutterstock / FOTODOM

М85 Моти : легендарный воздушный десерт из Японии : более 50 базовых рецептов, начинок и дизайнов / автор-составитель Ольга Ивенская. — Москва : Эксмо, 2024. — 112 с.: цв. ил. — (Кулинарное открытие).

ISBN 978-5-04-187814-6

Встречайте легендарный воздушный десерт из Японии!

Многие думают, что готовить моти дома нереально, но спешим вас обрадовать: на домашней кухне моти получаются такими же идеальными и бесподобными, как и на кондитерской фабрике!

Из этой книги вы узнаете, что для моти нужно не так уж и много продуктов и инвентаря, и найдете подробные инструкции по приготовлению и сборке. Вас ждут более 50 рецептов разнообразных видов теста и начинок для моти, удивительных дизайнов, необычных структур и сочетаний, а также несладких блюд и блюд на основе моти.

Самый трендовый десерт теперь и на вашей кухне!

УДК 641.55
ББК 36.997

Все права защищены. Книга или любая ее часть не может быть скопирована, воспроизведена в электронной или механической форме, в виде фотокопии, записи в память ЭВМ, репродукции или каким-либо иным способом, а также использована в любой информационной системе без получения разрешения от издателя. Копирование, воспроизведение и иное использование книги или ее части без согласия издателя является незаконным и влечет уголовную, административную и гражданскую ответственность.

Издание для досуга

КУЛИНАРНОЕ ОТКРЫТИЕ

МОТИ

ЛЕГЕНДАРНЫЙ ВОЗДУШНЫЙ ДЕСЕРТ ИЗ ЯПОНИИ

более 50 базовых рецептов, начинок и дизайнов

Автор-составитель *Ольга Ивенская*
Ответственный редактор *А. Братушева, П. Бугузова*
Редактор *М. Полянцева*
Художественный редактор *В. Терещенко*

Технический редактор *М. Печковская*
Компьютерная верстка *И. Гришин*
Корректоры *Н. Друх, Е. Гребенюк*

Страна происхождения: Российская Федерация
Шығарушы ел: Ресей Федерациясы

123308, Россия, город Москва, улица Зорге, дом 1, строение 1, этаж 20, каб. 2013.
Тел.: 8 (495) 411-68-86.
Home page: www.eksmo.ru E-mail: info@eksmo.ru



Интернет-магазин : www.book24.ru
Интернет-магазин : www.book24.kz
Импортер в Республику Казахстан ТОО «РДЦ-Алматы».
Дистрибьютор и представитель по приему претензий на продукцию,
в Республике Казахстан: ТОО «РДЦ-Алматы»

Әндiрушi: «Издательство «Эксмо» ЖШҚ
123308, Ресей, Мәскеу қаласы, Зорге көшесi, 1-үй, 1-құрылыс, 20 қабат, 2013-қаб.
Тел.: 8 (495) 411-68-86.
Home page: www.eksmo.ru E-mail: info@eksmo.ru.
Tayap belrici: «Эксмо»
Интернет-магазин : www.book24.kz
Интернет-дүкен : www.book24.kz
Қазақстан Республикасына импорттаушы «РДЦ-Алматы» ЖШС.
Дистрибьютор және Қазақстан Республикасында өнімге шағымдар қабылдау жөніндегі өкіл: «РДЦ-Алматы» ЖШС.
Алматы қ., Домбровский көш., 3-а», литер Б, офис 1.
Тел.: 8 (727) 251-59-90/91/92; E-mail: RDC-Almaty@eksmo.kz

Сведения о подтверждении соответствия издания согласно законодательству РФ о техническом регулировании можно получить на сайте Издательства «Эксмо»: www.eksmo.ru/certification
Произведено в Российской Федерации

Техникалық реттеу туралы РФ заңнамасына сай басылымның сәйкестігін растау туралы мәліметтерді мына адрес бойынша алуға болады: <http://eksmo.ru/certification/>

Ресей Федерациясында өндiрiлген

Дата изготовления / Подписано в печать 30.08.2024. Формат 80x100¹/₁₆.
Гарнитура Muller. Печать офсетная. Усл. печ. л. 10,37. Доп. тираж 2 000 экз. Заказ

ХЛЕБ*СОЛЬ

КНИГИ, КОТОРЫЕ ДЕЛАЮТ ЖИЗНЬ ВКУСНЕЕ

breadsalt.publisher

ISBN 978-5-04-187814-6

ISBN 978-5-04-187814-6



9 785041 878146 >

© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2024





МОТИ

**Легендарный
воздушный десерт
из Японии**

хлеб*соль

Москва 2024



Содержание

Введение ... 7

ТЕОРИЯ ... 8

Что такое моти? ... 8

 Немного истории ... 9

 Что нужно для приготовления моти ... 10

Ингредиенты ... 10

Инструменты ... 12

Как делают моти ... 13

 Моти на пару ... 13

 Моти в микроволновке ... 14

 Моти из растолченного вручную риса ... 14

 Вареные моти (оданго) ... 15

 Запеченные моти ... 15

РЕЦЕПТЫ

Тесто для моти ... 17

Дайфуку ... 19

Белые моти дайфуку на пару ... 20

Белые моти дайфуку в микроволновке ... 22

Шоколадные моти ... 24

Ванильные моти ... 26

Моти с зеленым чаем ... 28

Моти с нутеллой и клубникой ... 30

Моти со сливовым соком ... 32

Моти с розовой водой ... 34

Кокосовые моти ... 36

Моти с манго ... 38

Моти с ананасом и клубникой ... 40

Начинки ... 43

Сладкая паста из красной фасоли адзуки ... 44

Сладкая паста из белой фасоли ... 46

Ванильный пудинг ... 48

Кокосовый пудинг ... 51

Начинка PB & J (арахисовая паста и джем) ... 52

Начинка из батата ... 53





- Начинка из сливочного сыра с зеленым чаем . . . 54
- Начинка из сливочного сыра с черным кунжутом . . . 55
- Начинка из сливочного сыра с клубникой и розовой водой . . . 57
- Начинка из сливочного сыра с печеньем «Орео» . . . 59
- Шоколадная начинка с арахисовой пастой . . . 61
- Шоколадно-трюфельная начинка . . . 62
- Начинка из белого шоколада с черным кунжутом . . . 63
- Начинка из белого шоколада с зеленым чаем . . . 65
- Начинка из белого шоколада с чаем «Эрл Грей» . . . 66

Декоративные моти . . . 69

- Классическое тесто нерикири . . . 71
- Быстрое тесто нерикири . . . 72
- Розочка из розового теста . . . 73
- «Панда» . . . 74
- «Поросенок» . . . 74
- «Медвежонок» . . . 74
- «Цыпленок» . . . 75

Оданго . . . 77

- Простые оданго . . . 78
- Оданго с тофу . . . 80
- Трехцветные оданго . . . 82
- Оданго с зеленым чаем . . . 84
- Митараси (сладкий соевый соус) . . . 86
- Соус с черным кунжутом . . . 87

Несладкие блюда . . . 89

- Суп из красной фасоли с оданго . . . 90
- Моти в беконе . . . 91
- Новогодний суп с моти . . . 92
- Яки-моти . . . 94

Десерты на основе моти . . . 97

- Мороженое-моти . . . 98
- Моти-маффины . . . 101
- Моти-пончики . . . 103
- Шоколадные моти-пончики . . . 104
- Моти-панкейки . . . 105
- Глазурь для пончиков с клубникой и розовой водой . . . 106
- Кокосовые чи чи данго . . . 107
- Мягкие моти-вафли . . . 109
- Шоколадные моти-брауни . . . 111





Введение

Еще совсем недавно мы и знать не знали об этом японском чудо-десерте, а сейчас он бьет все рекорды популярности! И неудивительно, ведь у шариков моти нежная, бархатистая из-за тонкого слоя крахмала корочка и мягкая, слегка вязкая и чуть упругая, ни с чем не сравнимая вкуснейшая «плоть» с какой-нибудь интересной начинкой. Настоящее изысканное лакомство, к тому же готовится моти с небольшим количеством сахара или он вовсе не добавляется, а потому подходит тем, кто старается исключить сладкое из своего рациона.

Многие думают, что готовить моти дома нереально, слишком сложно, что это какая-то секретная японская технология. Действительно, трудно представить, что можно делать это чудо своими руками, настолько не похоже оно на привычные десерты. Но спешим вас обрадовать: на домашней кухне моти получаются такими же идеальными и бесподобными, как и на кондитерской фабрике! А может даже лучше, потому что размеренный традиционный способ приготовления моти — не просто кухонная техника, а настоящий ритуал, помогающий расслабиться, забыть о проблемах и тревогах и погрузиться в таинство превращения самых простых ингредиентов в волшебное лакомство...

Попробуйте освоить искусство изготовления моти с помощью советов и рецептов из этой книги и непременно поделитесь своим новым умением с близкими, детьми, друзьями. Когда вы готовите моти вместе, это объединяет, рождает теплое чувство общности, радует и согревает. Каждый шаг в приготовлении моти — смешивание, пропаривание, растирание, а в особенности наполнение начинкой — может стать поводом для задушевного разговора, шуток и смеха. Сидя вместе за столом, вдыхая аромат сваренного риса, сладкой бобовой пасты, фруктов и других добавок, вы словно переноситесь в детство, забыв на время о трудностях современного мира.

У вас все получится!



Что такое моти?

Это тесто из круглозерного клейкого риса, который в Японии называют *мотигомэ*. Рис *мотигомэ* имеет древнее происхождение, по текстуре в готовом виде становится плотным, липким и вязким, то есть сильно отличается от обычного, при этом он слегка сладковатый, хотя из него вовсе не обязательно делают десерты.

Издавна тесто моти в Японии делают вручную, растирая сваренный в воде или на пару рис пестиком в специальной большой ступке *усу*. Процесс непростой и в нем участвуют двое: один толчет рис, а другой увлажняет его, и периодически они меняются ролями. Искусству изготовления моти нужно специально учиться, потому что действия участников процесса должны быть отшлифованы до автоматизма, иначе недолго и травму получить, ведь пестик очень тяжелый. Полученное в результате тесто формируют в лепешки или блоки и пускают на дальнейшую обработку.



Традиционно кусочки несладкого моти добавляют в суп с лапшой для того, чтобы сделать его более сытным. Вкус у моти нейтральный, поэтому его можно дополнять как соевым соусом, так и сладкими начинками. Моти в Японии даже добавляют в классические десерты, такие как брауни и пончики, чтобы придать им уникальную «жевательную» текстуру. Из теста моти делают знаменитый японский десерт *дайфуку* — округлые порции моти с начинкой, например, из красной или белой фасоли. Если внутрь шарика из рисового теста кладут мороженое и хорошо охлаждают десерт, получается *юкими дайфуку* («снежный дайфуку»). В последнее время все более популярным становится десерт *моффлес* — гибрид моти и мягких вафель, который пекут в обычных вафельницах.

Особенно много моти в Японии едят на Новый год. Считается, что лепешки и шарики из рисового теста, принесенные в дар синтоистским богам, привлекают удачу и благоденствие. Из круглых плоских лепешек *кагами-моти* («зеркальные моти») составляют башенки, украшают их сверху цитрусом под названием *кагами* и ставят на домашний алтарь на все время праздников, чтобы боги ниспослали семье удачу в новом году. А 11 января, когда праздники заканчиваются, лепешки ломают на кусочки и кладут в сытную похлебку *осируко*. Также в новогоднее время в японских домах можно встретить букеты из сухих веток деревьев с нанизанными на них шариками моти, такая композиция называется *мотибана*.



Немного истории

Пришедшее на Запад лишь в XXI веке лакомство японцам известно уже на протяжении многих веков. Издревле рис был в Стране восходящего солнца главным продуктом питания, его называли «даром богов» и считали залогом достатка и процветания, поэтому неудивительно, что блюдам из риса придавали сакральный смысл. Земледельцы преподносили приготовленный рис в дар богам, моля об обильном урожае в наступающем году. И даже те, кто не выращивали рис, дарили друг другу рисовое угощение: считалось, что такой подарок приносит удачу и богатство как в дом того, кому предназначался подарок, так и в дом дарителя.

Японцы верят, что у риса есть душа — *инадама*. Причем у каждой рисинки! И она переходит в то, что из риса готовят. Поэтому моти считается магическим средством, восстанавливающим силы и укрепляющим здоровье того, кто его ест. В старину моти давали женщинам после родов, чтобы быстро восстановить силы. Даже в современных лапшичных можно встретить *чикара удон*, или «удон силы» — суп с лапшой и большими кусочками моти. В Японии до сих пор верят, что рис отдает человеку свою душу, наделяя его силой!

Когда точно изобрели моти, неизвестно, но археологи датируют первую найденную при раскопках посуду, аналогичную той, что используется до сих пор для приготовления моти, периодом Кофун (250–538 гг. н. э.).

В старину десертный вариант моти был редким лакомством, которое могли себе позволить только император и аристократы. Но, как водится, постепенно он перекечевал из императорского дворца на кухни простого люда. В наши дни моти едят не только в новогодние праздники, но и круглый год. Это потрясающе разнообразный и вкусный продукт, который в умелых руках может заиграть множеством оттенков вкуса. И книга, которую вы держите в руках, поможет вам тоже стать «волшебником моти».

Что нужно для приготовления моти

Хорошая новость: вам не придется покупать какое-то сложное специальное оборудование. Все необходимое уже есть на вашей кухне. Единственное, без чего действительно не обойтись, это *мотико* — мука из клейкого риса, основной ингредиент моти, но сейчас ее несложно заказать в интернет-магазинах. Ищите не просто рисовую муку, а именно муку из клейкого риса. Часто производители даже обозначают ее как «муку для моти».

Ингредиенты

Основные ингредиенты моти:

- мука из клейкого риса
- вода
- сахар (для десертных моти)
- начинка

Если с мукой, водой и сахаром все понятно, то в том, что касается начинки, выбор огромен: от традиционной пасты из фасоли *адзуки* до шоколадных трюфелей.

Рис для моти. Главный ингредиент, без которого не обойтись, если вы хотите делать настоящие моти. В Японии такой рис носит название *мотигомэ*, что значит «рис для моти». Это короткозерный рис с непрозрачными белыми зернышками. Другое название *мотигомэ* — клейкий рис. В готовом виде рисинки при растирании легко склеиваются между собой и превращаются в пюре. Традиционно моти делают именно из риса, а не из рисовой муки.

Мотико. Мука из клейкого риса, в переводе «мука для моти». Смолотый в порошок клейкий рис гораздо удобнее использовать для приготовления моти на домашней кухне, чем сваренный цельный рис.

Кири-моти. Блоки готового консервированного или сушеного моти; полуфабрикат, который используется для приготовления несладких моти.