



БОЛЬШОЙ УЧЕБНИК
СОУСЫ

ТОМА ФЕЛЛЕР

БОЛЬШОЙ УЧЕБНИК
СОУСЫ

ГОТОВЬТЕ, КАК ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЙ
ШЕФ-ПОВАР

ХЛЕБ*СОЛЬ®
Москва 2024

УДК 641.55
ББК 36.997
Ф38

Le Petit Manuel Du Sauces
THOMAS FELLER
Sauces © Hachette Livre (Marabout), Vanves, 2021

Перевод с французского *Яны Юрьшевой*
Оформление переплета *Е. Пуговкиной*

Феллер, Тома.
Ф38 Соусы : большой учебник : готовьте, как профессиональный шеф-повар / Тома Феллер ; [перевод с французского Я. Юрьшевой]. — Москва : Эксмо, 2024. — 144 с. : цв. ил. — (Кулинарный мастер-класс. Рецепты и навыки для гурманов и любителей).

ISBN 978-5-04-192903-9

Приготовление соусов – искусство! Овладеть им – значит постигнуть тайну вкуса любого блюда. Задача данной книги – облегчить процесс постижения и предоставить ключи для открытия секретов и нюансов создания разнообразных видов соусов. Книга делится на три части. Первая – это изучение продуктов, техник и базовых рецептов. Вторая – рецепты горячих и холодных соусов. Третья – это дополнительные сведения о необходимых кухонных принадлежностях и декорировании. Все части снабжены разъясняющей инфографикой и иллюстрациями.

УДК 641.55
ББК 36.997

ISBN 978-5-04-192903-9

© Я. Юрьшева, перевод, 2024
© ООО «Издательство «Эксмо», 2024

СОДЕРЖАНИЕ

ОСНОВЫ

Виды эмульсий	10
Вкусы	12
Продукты	16
Бульоны	22
Прочие базовые рецепты	32

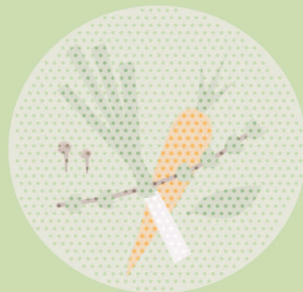
РЕЦЕПТЫ

Жю	48
Горячие соусы на основе бульонов	52
Горячие эмульсионные соусы	70
Горячие соусы с грибами	78
Горячие соусы на основе жиров	84
Соусы к макаронным изделиям	90
Соусы со всего мира	102
Холодные соусы	108
Сладкие соусы	124

ИЛЛЮСТРИРОВАННЫЙ ГЛОССАРИЙ

Кухонные принадлежности и оборудование	138
Декорирование соусами	139
Основные техники и приемы	140
Список рецептов	142
Таблица сочетаний	143

КАК ИСПОЛЬЗОВАТЬ ЭТУ КНИГУ



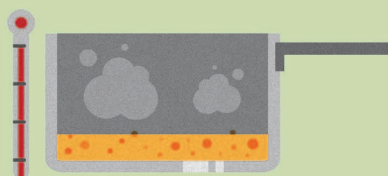
ОСНОВЫ

Изучение продуктов, техник и базовых рецептов для приготовления соусов: разнообразные вкусы, классические бульоны, а также оригинальные методики. Для каждой основы: инфографика и пояснения особенностей техники и способов приготовления.



РЕЦЕПТЫ

Рецепты приготовления горячих и холодных соусов, достойных сопровождать блюда и десерты. Для каждого рецепта: отсылки к основам, инфографика, облегчающая понимание концепции соуса, и пошаговые фотографии для визуализации этапов его приготовления.



ИЛЛЮСТРИРОВАННЫЙ ГЛОССАРИЙ

Дополнительные сведения о необходимых кухонных принадлежностях и оборудовании, техниках приготовления и декорирования, а также иллюстрации к ним.

ЧАСТЬ I

ОСНОВЫ

ВИДЫ ЭМУЛЬСИЙ

Холодная эмульсия	10
Горячая эмульсия	11

ВКУСЫ

Кислый	12
Горький	13
Сладкий и соленый	14
Кисло-сладкий	15

ПРОДУКТЫ

Соль	16
Мука	17
Сливочное масло	18
Сливки	19
Масло	20
Яйца	21

БУЛЬОНЫ

Овощной бульон.....	22
Белый бульон из домашней птицы	24
Красный бульон из телятины	26
Рыбный бульон (фюме)	28
Бульон из ракообразных (фюме)	30

ПРОЧИЕ БАЗОВЫЕ РЕЦЕПТЫ

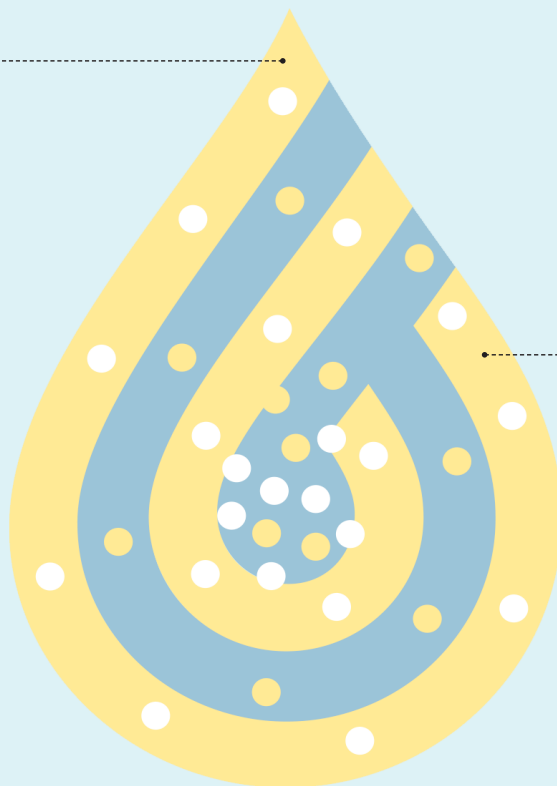
Жю из вареных овощей	32
Томатная вода	34
Зеленая паста карри	36
Гастрик	38
Жженое сливочное масло	40
Очищенное сливочное масло	41
Ру	42
Карамель	44
Взбитые сливки	45

ХОЛОДНАЯ ЭМУЛЬСИЯ

Изучаем в теории

ЧТО ЭТО ТАКОЕ?

Неоднородная смесь, состоящая по меньшей мере из двух не смешивающихся между собой естественным образом жидкостей. Например, масло и уксус в составе соуса «Винегрет».



ГДЕ ИСПОЛЬЗУЕТСЯ?

В составе холодных соусов на основе жирного вещества (масла растительного происхождения или растопленного сливочного масла). Например, в майонезе (стр. 108) или соусе «Винегрет» (стр. 110).

КАК ПОНЯТЬ, ЧТО СОУС НЕСТАБИЛЕН?

Соус нестабилен, когда он расслаивается, то есть водная и масляная фазы отделяются друг от друга.

КАК СТАБИЛИЗИРОВАТЬ ЭМУЛЬСИЮ?

Существуют различные методы: можно загустить соус крахмалом (например, мукой), чтобы предотвратить разделение ингредиентов. Или использовать поверхностно-активные вещества (например, яичные белки), взаимодействующие как с водными, так и с масляными фазами, что также обеспечит стабилизацию соуса.

СОВЕТ

Нестабильная холодная эмульсия быстро расслаивается. Ее следует готовить непосредственно перед использованием, быстрыми движениями соединяя ингредиенты с помощью вилки или венчика. Стабильная эмульсия не расслаивается, но связующее вещество может обладать резким вкусом и влиять на свойства конечного продукта. Например, при добавлении сливок или яичного желтка в соус «Винегрет» его вкус и цвет тут же изменятся.

ГОРЯЧАЯ ЭМУЛЬСИЯ

Изучаем в теории

ЧТО ЭТО ТАКОЕ?

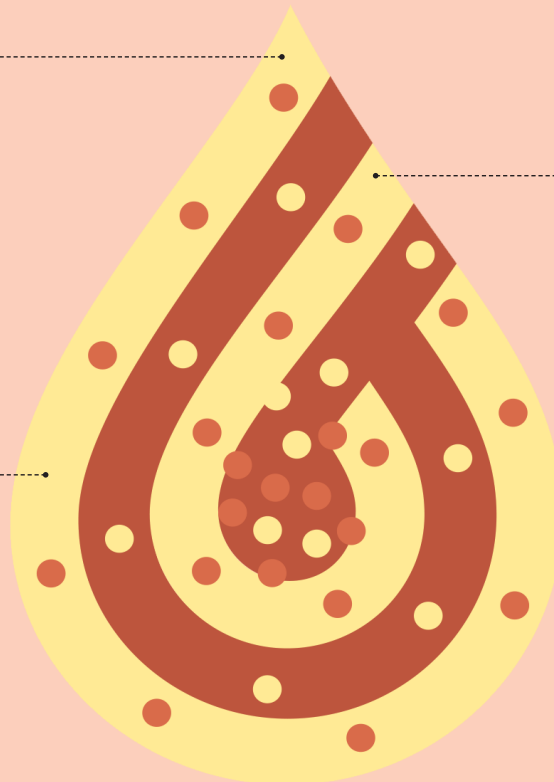
Неоднородная смесь, состоящая по меньшей мере из двух не смешивающихся между собой жидкостей, нагретых примерно до 50 °С для соусов на основе яиц и до 80 °С для соусов на основе сливочного масла или с добавлением муки.

ГДЕ ИСПОЛЬЗУЕТСЯ?

В составе таких соусов, где ингредиенты связываются с помощью яичного желтка и/или растопленного сливочного масла или топленого масла. Например, соус «Беарнез» (стр. 74) готовится с использованием сливочного масла и яиц, а традиционный соус с перцем (стр. 62) готовится исключительно на основе сливочного масла.

СОВЕТ

Горячие эмульсии готовятся непосредственно перед подачей. Будучи доведенными до высокой температуры, они становятся нестабильными и расслаиваются в процессе остывания. Тем не менее их можно «хранить» в течение 15 минут на водяной бане до момента подачи.



КАКОВА РОЛЬ ПОВЫШЕНИЯ ТЕМПЕРАТУРЫ?

Повышение температуры приводит к денатурации белков, то есть разворачиванию, что, в свою очередь, делает их более активными. Разворачиваясь, белки увеличивают свой объем и «высвобождают» области, которые связываются с водной или масляной фазами. Таким образом, повышение температуры позволяет белкам более эффективно выполнять свою стабилизирующую функцию.

КАКИМ ОБРАЗОМ ПЕРЕМЕШИВАНИЕ СОЗДАЕТ ЭМУЛЬСИЮ?

Перемешивая, мы разбиваем жир на капельки, а они, в свою очередь, рассредоточиваются в водной фазе эмульсии.

КИСЛЫЙ

Изучаем в теории

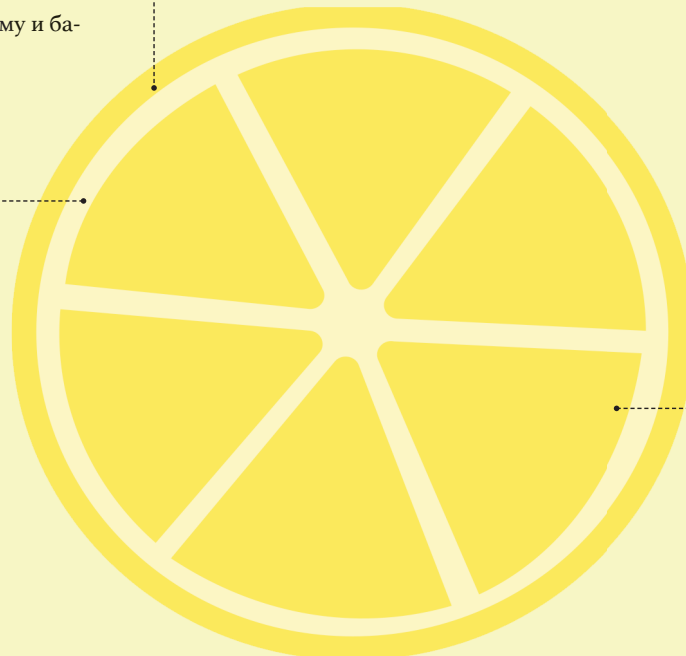
ЧТО ЭТО ТАКОЕ?

Кислый — один из основных вкусов, наряду со сладким, соленым, горьким и умами, отвечающий за ароматическую гамму и баланс блюд.

РОЛЬ

Снижать ощущение жирности в некоторых соусах. Снижать сладость.

Увеличивать срок годности блюда. Усиливать вкус блюда без добавления соли: для этого используются кислые ингредиенты, не обладающие собственным ярко выраженным вкусом, например лимонный сок или белый уксус.



ГДЕ ВСТРЕЧАЕТСЯ?

Кислый вкус присущ цитрусовым, особенно лимону, уксусам, сливкам и помидорам.

КАК КИСЛОТНОСТЬ МОЖЕТ ПРОДЛИТЬ ЖИЗНЬ БЛЮДА?

Чем продукт кислее, тем сложнее бактериям и другим микроорганизмам размножиться в нем. Кислый соус хранится дольше, чем обычный ($pH < 7$).

СОВЕТ

В соусах (за исключением соуса «Винегрет») кислый элемент традиционно добавляют в конце приготовления, чтобы привнести завершающий штрих во вкусовую гамму. Для поддержания сбалансированности соуса следует вводить кислый элемент постепенно, постоянно пробуя соус на вкус, стараясь достичь идеального баланса.

ГОРЬКИЙ

Изучаем в теории

ЧТО ЭТО ТАКОЕ?

Горький — один из основных вкусов, наряду со сладким, соленым, кислым и умами, отвечающий за ароматическую гамму и баланс блюд.

ГДЕ ВСТРЕЧАЕТСЯ?

Горечь присуща грейпфрутам, пиву, кофе, порошку какао и цикорию, а также некоторым лекарственным средствам и хинину, придающему особый вкус тонизирующей воде, такой как Schweppes®.

РОЛЬ

Придавать блюду дополнительный вкус.

ПОЧЕМУ ГОРЬКИЙ ВКУС ТАК РЕДКО НРАВИТСЯ?

Возможно, это объясняется тем, что многие токсичные продукты обладают горьким вкусом.

СЛАДКИЙ И СОЛЕННЫЙ

Изучаем в теории

ЧТО ЭТО ТАКОЕ?

Эти два вкуса — наиболее легко распознаваемые в пище, а также наиболее часто используемые в приготовлении различных блюд и выпечке. В природе они присутствуют в своем естественном виде и традиционно относятся к основным вкусам, наряду с кислым, горьким и умами, отвечающими за ароматическую гамму и баланс блюд.

ГДЕ ВСТРЕЧАЕТСЯ?

Сладость присуща сахару, меду, сиропу, некоторым уксусам (бальзамическому, яблочному), фруктам и некоторым овощам (например, свекле и моркови). Соленость присуща соли, водорослям, соевому соусу, мисо, анчоусам, сыру, колбасным изделиям.

РОЛЬ

Привносить свой собственный вкус. Быть усилителями для других вкусов без их изменения. Дарить удовольствие во время дегустации.

ЧТО ТАКОЕ УСИЛИТЕЛЬ ВКУСА?

Это молекула, которая усиливает наше вкусовое восприятие, не изменяя при этом вкус пищи. Соль является самым известным усилителем вкуса.