

ТЕЗАУРУС ВКУСОВ  
кулинарные энциклопедии

ЭНЦИКЛОПЕДИЯ  
СОУСОВ  
от А до Я

НИЧЕГО  
ЛИШНЕГО

хлеб\*соль

КНИГИ, КОТОРЫЕ ДЕЛАЮТ ЖИЗНЬ ВКУСНЕЕ

Москва 2024

УДК 641.55  
ББК 36.997  
Э68

Серийное оформление *В. Брагиной*

Э68      **Энциклопедия** соусов от А до Я. — Москва : Эксмо, 2025. — 368 с. : ил. — (Тезаурус вкусов. Кулинарные энциклопедии).

ISBN 978-5-04-184700-5

Эта книга – гастрономический путеводитель по миру соусов с их географией и историей. Английский завтрак, мексиканский обед, индийский ужин! Характер каждого народа проявляется в соусах. Именно они делают еду такой яркой и такой разной.

Французский бешамель, тунисская харисса, итальянский песто, аргентинский чимичурри, китайский хойсин! Сами названия соусов зовут в путь. Вперед, друзья! А наша книга поможет вам превратить застолье в запоминающееся вкусное путешествие.

УДК 641.55  
ББК 36.997

ISBN 978-5-04-184700-5

© Е. Кундель, текст, 2024  
© ИП Соколовская, текст, верстка, 2024  
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2025

# СОДЕРЖАНИЕ

Введение . . . . .	9
Что такое соус . . . . .	10
Как слово наше отзовется . . . . .	14
История с географией . . . . .	16
Французское наследие. Материнские соусы . . . . .	23
Чем готовим . . . . .	25
Из чего готовим . . . . .	27
Крошка ру, или Загущение соуса и его консистенция . . . . .	38
<b>Путеводитель по соусам . . . . .</b>	<b>41</b>
Эмульгированные соусы. <i>Смешиваем и взбиваем!</i> . . . . .	42
Соус голландез . . . . .	44
Соус бер блан . . . . .	49
Майонез . . . . .	51
Соус ромеско . . . . .	55
Соус айоли . . . . .	60
Соус тапенада . . . . .	63
Соус тахини . . . . .	65
Чесночное масло . . . . .	68
<b>Сливочные и сырные соусы. <i>Как сыр в масле</i></b> . . . . .	<b>72</b>
Соус бешамель . . . . .	74
Соус «Четыре сыра» . . . . .	79

## Содержание

Соус альфредо . . . . .	84
Соус с жареным чесноком и сыром асыяго . . . . .	87
Французский соус с сидром . . . . .	90
Соус с сыром маскарпоне, грибами и луком . . . . .	92
Соус с тыквой . . . . .	95
<b>Песто и соусы из трав. <i>Итальянская серенада и не только...</i></b>	<b>98</b>
Соус песто . . . . .	100
Соус песто из вяленых томатов . . . . .	105
Соус песто из зеленого горошка и сыра пекорино . . . . .	109
Азиатский соус песто из орехов кешью и кинзы . . . . .	113
Английский мятный соус . . . . .	115
Соус гремолата . . . . .	118
Соус чимичурри . . . . .	120
Традиционный английский соус с петрушкой . . . . .	123
Зеленый чатни . . . . .	125
<b>Соусы на основе бульонов. <i>Вот она, жидкая основа!</i></b>	<b>128</b>
Соус с беконом и грибами . . . . .	130
Куриный велюте . . . . .	135
Рыбный велюте . . . . .	139
Соус жу (мясной сок) . . . . .	142
Соус марсала . . . . .	146
Соус моле поблано . . . . .	148
Соус с зеленым перцем . . . . .	150
Соус из красного болгарского перца . . . . .	153

## Содержание

Соус из зеленого горошка и мяты . . . . .	157
Креветочный соус биск . . . . .	159
Соус а-ля буйабес . . . . .	162
<b>Томатные соусы и кетчупы. Вечная классика . . . . .</b>	<b>164</b>
Классический томатный соус . . . . .	166
Соус из запеченных помидоров . . . . .	169
Томатный рыбный соус . . . . .	172
Итальянский холодный томатный соус . . . . .	174
Кетчуп . . . . .	178
Кетчуп с карри . . . . .	182
Филиппинский кетчуп с бананами . . . . .	184
<b>Соусы барбекю. Дым, треск, красота! . . . . .</b>	<b>186</b>
Классический соус барбекю . . . . .	188
Соус барбекю с медом и горчицей . . . . .	192
Соус хойсин . . . . .	194
Соус пири-пири . . . . .	198
<b>Сладкие соусы чили. Главное открытие Колумба . . . . .</b>	<b>200</b>
Соус чили с ананасом . . . . .	202
Вьетнамский соус чили с лемонграссом и имбирем . . . . .	204
Соус харисса . . . . .	207
Техасский соус из печеного зеленого чили . . . . .	210
<b>Кисло-сладкие фруктовые соусы. Какая кислая сладость! . . . . .</b>	<b>214</b>
Клюквенный соус . . . . .	216

## Содержание

Яблочный соус . . . . .	219
Апельсиновый соус . . . . .	221
Греческий соус ладолемоно . . . . .	224
Баварский вишневый соус . . . . .	226
Грушевый релиш с клюквой . . . . .	228
Манговый соус . . . . .	230
<b>Азиатские соусы. Остро и сладко!</b> . . . . .	232
Соус терияки . . . . .	234
Китайский соус из черных бобов . . . . .	236
Зеленый тайский карри из баклажанов . . . . .	238
Соус кунг пао . . . . .	241
Соус самбал . . . . .	244
Тайский соус сирача . . . . .	247
Вьетнамский соус нуок чам . . . . .	249
Ореховый соус сатай . . . . .	251
Соус карри мадрас . . . . .	253
Соус тикка-масала со сливками . . . . .	255
Соус адобо . . . . .	258
Тамариндовый соус . . . . .	260
<b>Сальсы и овощные дипы. Мексика, Испания, далее везде . . .</b>	<b>262</b>
Классическая сальса . . . . .	264
Сальса из печеной кукурузы . . . . .	266
Сальса пепитас . . . . .	268
Соус цацики . . . . .	270

Соус из лесных грибов . . . . .	272
Соус из артишоков . . . . .	275
Соус из каперсов, кабачков и чили . . . . .	277
Соус из баклажанов с грецкими орехами . . . . .	279
Классический соус гуакамолем . . . . .	281
<b>Дипы из мяса и морепродуктов. Соусы отовсюду и обо всем . . . . .</b>	<b>284</b>
Дип из креветок . . . . .	286
Сливочный рийет из лосося . . . . .	289
Дип запеченный из крабов . . . . .	292
Пьемонтский соус банья кауда . . . . .	294
Индонезийский соус ренданг . . . . .	297
Соус чили кон карне . . . . .	299
Итальянский дип из колбасок . . . . .	302
Классический паштет из куриной печени . . . . .	305
<b>Дипы со сливочным сыром и бобовыми. Пойдем в кино! . . . . .</b>	<b>308</b>
Классический хумус . . . . .	310
Индийский дал из чечевицы . . . . .	313
Дип из французской зеленой чечевицы . . . . .	315
Дип из феты, томатов и черного перца . . . . .	318
Дип из артишоков и шпината с сыром пекорино . . . . .	321
Дип из жареного фенхеля, маскарпоне и хересного уксуса . . . . .	324
Оливковый дип с рикоттой . . . . .	326

## Содержание

Дрессинги из масла и уксуса. <i>Салат! Салат! Салат!</i> . . . . .	328
Классический винегрет . . . . .	330
Винегрет из малины . . . . .	332
<b>Сливочные дрессинги. Лучшая «одежда»</b>	
<i>для диетического питания.</i> . . . . .	334
Классический дрессинг «Цезарь» . . . . .	336
Сливочный дрессинг с кленовым сиропом . . . . .	339
Русская салатная заправка . . . . .	341
Арахисово-кунжутный дрессинг . . . . .	343
Дрессинг из сметаны с голубым сыром . . . . .	346
<b>Десертные и сладкие соусы. Просто сладко!</b> . . . . .	348
Малиновый кули . . . . .	350
Цитрусовый соус. . . . .	352
Грушевый соус . . . . .	354
Сладкий соус из ревеня . . . . .	356
Яблочно-банановый соус . . . . .	358
Английский крем-соус . . . . .	360
Классический сабайон . . . . .	362
Классический шоколадный соус. . . . .	364
Карамельный соус. . . . .	366

## Введение

Объять необъятное можно. Энциклопедия соусов и приправ покрывает около двух с половиной тысяч наименований. По-моему, там есть даже питательные земли в качестве соусов и мел как приправа. Мы будем вас радовать и поражать время от времени ваше воображение.

Михаил Генделев

«Книга о вкусной и нездоровой пище, или Еда русских в Израиле»

В 1990-е годы по телевизору часто крутили рекламу одного из самых известных соусов в мире. Как правило, это были рекламные ролики с завязкой, развитием сюжета, неожиданным поворотом и финалом.

В одном из них рассказывалось о том, как к межпланетной станции, переставшей подавать сигналы, был отправлен пилотируемый космический корабль. Прибыв на станцию, спасатели с изумлением обнаружили, что все астронавты умерли от голода, хотя в холодильниках было достаточно еды. Удивительно было и то, что повсюду валялись пустые пластиковые бутылки из-под кетчупа. Более того, один из погибших сидел с пустой бутылкой из-под кетчупа, зажатой в руке, а перед ним стояла тарелка со спагетти. «Кетчуп! Без него не едят!» – гласили финальные титры.

Ролик, снятый исключительно в маркетинговых целях, неожиданно сформулировал принцип современной кухни и современной кулинарии. Фактически утверждалось, что без кетчупа нет жизни! Но, как ни странно, соусы действительно бывают незаменимы. Сначала соус – а затем придумаем, что туда можно положить. Этот принцип мне известен еще со школьных времен, когда в походах опытные туристы учили: «Что бы ты ни приготовил и как бы ты это ни приготовил, делай одно из двух: если это соленое, заливай майонезом, если сладкое – сгущенным молоком. Тогда всё ВСЕГДА будет съедобным».

## Что такое соус

Видимо, и в древности люди думали так же, потому что история соусов уходит в далекое прошлое. Более того, осмелюсь предположить, что именно они отличают национальные кухни разных стран.

В приготовлении еды люди всегда использовали одинаковые продукты: мясо, рыбу, птицу, овощи, муку, фрукты, грибы. Создатель другого нам не дал. А вот побудить человека по-разному подходить к обработке одного и того же продукта, к созданию оригинальных технологий приготовления пищи он сподобился. Именно в соусах проявляется характер народа. И именно они делают пищу такой разной.

В книге мы внимательно рассмотрим этот важнейший элемент современной кухни, а значит, и современной жизни – ведь человек на 100 процентов то, что он ест. Пусть сторонники духовного начала бросят в меня камень, я не обижусь – с хорошим соусом можно съесть и сам камень.

## Что такое соус

Архитектор прикрывает свои ошибки фасадом, врач – землей, повар – соусом.

Французская поговорка

По одному из определений, соус (от фр. sauce – подливка) – это жидкая приправа к основному блюду и/или гарниру, которая содержит специи и вкусовые вещества, придает более сочную консистенцию блюдам, повышает их калорийность, а также выгодно оттеняет цвета основных продуктов блюда.

Каждый соус состоит из жидкой основы и дополнительной части, в которую входят различные продукты, пряности и приправы. Соус, приготовленный на определенной жидкой основе и содержащий в дополнительной части минимальное количество продуктов, называется основным. Соус, приготовленный на

базе основного с добавлением различных продуктов, называется производным.

Соусы можно классифицировать по разным параметрам.

По характеру дополнительной части выделяют соусы, приготовленные с мукой и без нее. Соусы с мукой по цвету могут быть красными (от коричневого до коричневатого-красного) и белыми (от белого до слегка серого).

По жидкой основе различают соусы на бульонах (мясном, рыбном, грибном), воде, овощных и крупяных отварах, на сливочном или растительном масле, уксусе, а также сметанные, молочные, яично-масляные и томатные.

По температуре подачи выделяют соусы, которые подают к горячим или холодным блюдам.

По назначению соусы соответствуют разным блюдам. Их подают к мясу, рыбе, птице, макаронам, овощам, крупяным или сладким блюдам, салатам.

По консистенции соусы разделяют на жидкие (консистенция жидкой сметаны) – для поливки и тушения блюд; средней густоты (консистенция густой сметаны) – для запекания и добавления в овощные блюда; густые (консистенция вязкой манной каши) – для фарширования и добавления в некоторые блюда.

Отдельную группу составляют сладкие соусы, которые готовят из разнообразных фруктово-ягодных отваров, соков, молока, красного вина. В качестве дополнительной части используют сахар, ванилин, шоколад, какао. Загустителями в этих соусах служат картофельный крахмал и мука.

Классифицировать соусы можно менее научно, зато более практично и тезисно, можно сказать, философски. Михаил Ген-

## Что такое соус

делев в своей книге «Книга о вкусной и нездоровой пище, или Еда русских в Израиле» предложил такой вариант:

«Самые простые соусы – так называемые основные. Забавно, но основными (basis) они назывались еще в античные времена. Почему они основные? Потому что добавкой к ним того или иного компонента создается новое качество, что суть знание абстрактное, но не бесполезное. Основные соусы: белый, красный, голландский, сметанный, розмари, томатный.

*Принцип белого соуса. Белый тезис*

Коренья обжариваются на масле, или жире, или растительном масле с луком до янтарно-желтого цвета. Добавляют отвары, бульоны, вино или приправы в зависимости от характера блюда.

*Принцип красного соуса. Красный тезис*

Коричневый бульон (то есть крутой костный бульон из обжаренных костей, лука, моркови, сельдерея, кипяченный не менее пяти-шести часов) смешивается с мукой, обжаренной до коричнево-золотистого цвета. В зависимости от добавления известных ингредиентов распускают веер всевозможных привкусов.

*Принцип голландского соуса. Желтый тезис*

Взбитые желтки при температуре около 90 градусов смешивают со сливочным маслом или маргарином (с небольшой добавкой воды), сгущая до консистенции сметаны. Подкисляют. Идеально сочетается с любым красным, белым и прочими основными соусами.

*Принцип сметанного соуса. Тезис авось*

На раскаленную сковородку бухается сметана...

*Принцип томатного соуса. Тезис небось*

То же, только томат-пюре...

### *Принцип соуса розмари. Кислый тезис*

Любое сочетание, основанием имеющее лимонный сок в комбинации с чесноком и специями.

### *Принцип приправ. Беспринципный*

Хотя соло или в композиции эффективно до патологии: «Под хорошую приправу и башлык – еда», – говорят фламандцы. А на родине Тиля и Ламме едят, и едят, я вас заверяю, восхитительно. Вкусное и полезное едят. С аппетитом».

Все приведенные выше классификации важны для понимания, так сказать, глубины вопроса, но еще они имеют некоторую практическую ценность. Правда, знание того, что соус производный, на жидкой основе, с мукой или «беспринципный», вряд ли повлияет на его восприятие. Поэтому упростим задачу и попытаемся объединить все известные классификации в одну, создадим свою максимально практическую схему, в которой уже из названия будет ясно, с чем мы имеем дело. Итак, бывают:

- эмульгированные соусы;
- сливочные и сырные соусы;
- песто и соусы из трав;
- соусы на основе бульонов;
- томатные соусы и кетчупы;
- соусы барбекю;
- сладкие соусы чили;
- кисло-сладкие фруктовые соусы;
- азиатские соусы;
- сальсы и овощные дипы;
- дипы из мяса и морепродуктов;
- дипы со сливочным сыром и бобовыми;
- дрессинги из масла и уксуса;
- сливочные дрессинги;
- десертные и сладкие соусы.

## Как слово наше отзовется

Хитер народ! Настоящей провизии нет, так на соусах выезжают!

М. Е. Салтыков-Щедрин «Благонамеренные речи»

Известная поговорка гласит: «Как корабль назовешь, так он и поплывет». В нашем случае можно, наверное, сказать: «Как соус назовешь, так он в рот и полезет». И действительно, вы только произнесите вслух и вслушайтесь: велюте, сабайон, бешамель. Слова яркие, звучные, сочные – такие, что каждому из них не жаль посвятить фонетико-этимологическое исследование. Но об этом позже. Поразмышляем дальше над тем, под каким соусом подать эту «вкусную» тему.

Кстати, хорошо знакомое нам выражение «под соусом» вышло из эпиграммы на французского министра финансов времен Людовика XVI. Суть ее заключается в том, что, когда крестьянин спросил у кур и индеек, под каким соусом они хотели бы быть съеденными, петух ответил, что они вообще не хотели бы рассматривать такой вариант. «Но вы не поняли вопроса, – возразил крестьянин, – я спросил вас о соусе, под которым вы были бы поданы, а не о вашем желании быть или не быть съеденными». Но вернемся к главному.

Итак, соус. Для начала обратимся к словарям, объясняющим происхождение и понятие этого слова.

К примеру, «Этимологический онлайн-словарь» Г. А. Крылова сообщает, что это не что иное, как название пищевой приправы, заимствованное из французского, где *saucе* восходит к латинскому *salsa* – «соленый отвар», образованному от *sal* – «соль». Восходит к той же основе, что и «сосиска», «соль».

Словарь В. И. Даля дает такую трактовку понятия «соус»: «Соус – полива, подлива к кушанью, жижа, под которою подаются мясо, овощи. Зовут соусом и приправы в разных произ-

водствах: навозную воду, для удобрения, кожевненные настои, приправы для выделки табаку».

В Древнем Риме слово «соус» (*salsa*) обозначало соленую, пряную или маринованную пищу, подававшуюся к основному блюду. Образовано оно было от латинского глагола *salire* – «приправлять пищу солью». Постепенно словом *salsa* стали называть и саму соленую или приправленную пряностями пищу, а также пюреобразные протертые овощные смеси с приправами и оливковым маслом, которые сопровождали любое основное блюдо.

Кстати, словарь Даля дает еще одну характеристику соусу: «...живописная черная краска пылью, для оттенков рисунка».

Да, этим словом художники называют материал, сделанный на основе глины, сажи, мела, красителей и клея. Этот «не соус» стал популярен у художников в XVIII веке. Рисовальщики готовили его самостоятельно по собственным уникальным рецептам и использовали при работе над набросками, эскизами и даже большими полотнами. В частности, он был использован при создании таких произведений, как «Село Волыньское» А. Саврасова, «Кормилица» Ж. Сера, эскиз «На севере диком...» И. Шишкина.

Что касается соуса в кулинарии, то его география – весь мир. И хотя в каждой стране он получил свое наименование, во многих языках эти названия созвучны. Так, в турецком и узбекском – *sos*, голландском – *saus*, азербайджанском – *sousu*, немецком – *sosse*, у басков – *saltsa*. Однако не во всех. Например, в венгерском языке – *mártás*, чешском – *omáčka*, финском – *kastike*, казахском – *тұздық*.

Многообразие форм и слов – это всегда многообразие явлений. Казалось бы, в большинстве стран для приготовления со-