

Глава 1

Закуски и выпечка

Хорошая выпечка

(М. Черемисова, по книге «Вюрцбургская рукопись», XIV в., Германия)

Перевод

Натри сыр. Смешай его с яйцом и отваренными небольшими кусочками бекона. Сделай прекрасное тесто и залейте его сыром и яйцами. И испеки маленькие лепёшки. Запекай их на масле или в жире по назначению и подавай их тёплыми.



Ингредиенты:

Для теста:

- мука — 175 г + на раскатку теста
- вода — 100 мл
- соль — $\frac{1}{2}$ ч. ложки
- сахар — 1 ч. ложка
- шафран — щепотка

Для начинки:

- сыр — 200 г
- бекон (сырой или варёно-копчёный, сырой предварительно отварить) — 200 г
- яйцо куриное — 1 крупное или 2 маленьких
- свиной жир или масло сливочное — для смазывания

Для начала нужно заварить шафран в горячей воде, чтобы он лучше окрасил тесто в жёлтый цвет. Когда вода остынет, растворите в ней соль и сахар, всыпьте муку и замесите тесто, выложите в миску и накройте. Оставьте на полчаса.

Пока тесто растаивается, займитесь начинкой. Нарежьте бекон, натрите сыр, смешайте все с сырыми яйцами. Разделите тесто на 8 порций, сформируйте из них шарики, дайте немного «отдохнуть» и раскатайте тонкие круглые лепёшки. Разогрейте духовку до 220 °С. Выложите лепёшки на смазанный маслом или жиром противень. Сверху выложите начинку, поставьте в горячую духовку. Лепёшки пекутся быстро, у меня ушло 6 минут, но духовки у всех разные: вынимайте, когда тесто пропечётся и яйца схватятся.

Лепёшки получаются очень похожи на современные мини-пиццы, только на бездрожжевом тесте. Но в Средние века обычно из дрожжевого теста пекли хлеб или оладьи, для пирогов и лепёшек использовали бездрожжевое.

Das Buoch von quoter Spise (ок. 1350 г.) — это первая немецкая поваренная книга. Она написана на старонемецком языке, её также называют *Wurzburger Kochbuch* («Вюрцбургская рукопись»). Она представляет собой часть «Домашней книги» — сборника середины XIV в., составленного Михаэлем из Майнца (известным также под именем Михаэля де Леоне), протонотарием Вюрцбургского епископа Оттона II фон Вольфскееля (управлял епархией в 1335–1345 гг.). В книге содержится 96 рецептов. Впервые эта книга была опубликована в Штутгарте в 1844 г.

Рецепт интересен тем, что он подходит как для бедного стола, так и для богатого. Если взять для теста муку тонкого помола и приправить шафраном с сахаром, получится более роскошное блюдо для богатых. Если приготовить тесто с более грубой мукой и не добавлять шафран с сахаром, получится вполне доступное для небогатого населения блюдо. И конечно, оно не подойдёт для постного дня ни тем, ни другим из-за мяса, сыра и яиц в составе.

Грибной пирог с сыром

(Е. Тишевская, по книге «Парижский домохозяин», XIV в., Франция)

Отличный простой рецепт оценят все, а особенно — любители современной пиццы с грибами. И помните — не жалейте начинки!

Ингредиенты (для 1 небольшого пирога):

- шампиньоны мелкие — 350 г
- мука — 200–300 г
- яйцо куриное — 2–3 шт.
- сыр — 250–300 г
- смалец — 100 г
- соль — по вкусу
- перец чёрный молотый, порошок имбиря — по вкусу

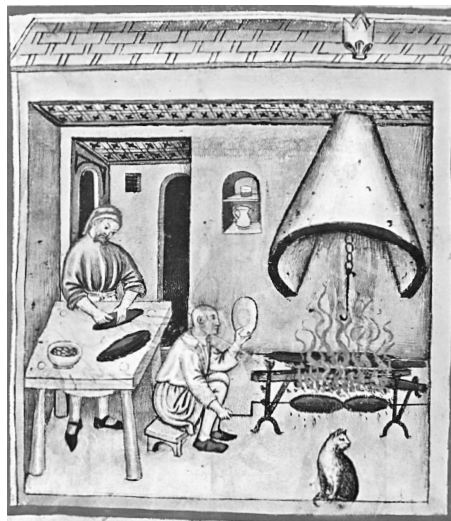
Смалец растопите, но не ждите, когда он закипит. Смешайте с солью. Добавьте большую часть муки и яйца. Замесите тесто, постепенно добавляя оставшуюся муку, пока тесто не станет однородным, в меру плотным и пластичным (консистенция размятого пластилина). После чего оставьте его на 30–40 минут в холодном месте.

Мелкие шампиньоны промойте в проточной воде. Приготовьте их на пару.

Когда тесто будет готово, выложите его в форму. Смешайте грибы, специи и сыр. Для этого рецепта подходят многие твёрдые сорта сыра: пармезан, чеддер. Можно использовать также смесь сыров, которая вам нравится. Также регионально для этого рецепта подходит сыр бри. У меня была моцарелла — тоже получилось хорошо.

Готовьте пирог в духовке, разогретой до 170–200 °С, до золотистого цвета теста. Время приготовления — 30–40 минут.

Масло в рецепте не использовалось, потому что тесто было на смальце. Однако видится вероятным, что на масле могли быть обжарены пропаренные грибы.



Средневековые особенности

- Осуществлялась двойная термическая обработка грибов, как и мяса (в Средневековье мясо нередко проходило несколько термических обработок).

- Грибы нечасто используются в средневековой кухне. Хотя это не говорит о том, что их не употребляли в пищу. Данный рецепт — отличный пример того, что в Средние века грибы всё же ели. Более того, в рецепте есть описание необходимых грибов. Согласно приведённому описанию, это вполне могут быть шампиньоны — у них действительно могут быть красные геминиальные пластинки, а снаружи шляпка завёрнута, как купол.

- Для приготовления теста использовался смалец как натуральный и историчный жир. Смалец и сегодня является хорошей альтернативой пищевому маргарину. Песочное тесто на смальце получается нежным, бархатым и однородным.

- Согласно гуморальной теории¹, ингредиенты начинки пирога компенсируют гуморальные свойства друг друга. Сравните:

- «холодные» и «влажные» продукты, лечащие избыток жёлтой желчи, — грибы, мягкие сыры;

- «горячие» и «сухие» продукты, лечащие избыток флегмы, — перец, имбирь.

- Один из известнейших исследователей исторической кулинарии Дж. Л. Маттерер называет этот пирог одним из своих любимых.

Антипасто (фаршированные яйца)

(Ю. Давидовская, по «Книге об искусстве кулинарии» М. да Комо, XV в., Италия)

Перевод

Сварите яйца вкрутую, очистите и разрежьте пополам. Аккуратно отделите желтки так, чтобы не повредить белки. Часть желтков разотрите с небольшим количеством изюма и добавьте хорошего выдержанного сыра, и немного свежего сыра, и мелко порезанной петрушки, майорана, мяты, 1 или 2 сырых яйца, если желаете — то порошок сладких специй или крепкий порошок. Подкрасьте шафраном и наполните получившейся начинкой яичные белки. Поджарьте начинкой вниз в масле и приготовьте хороший соус для них.

¹ Подробнее о теории гуморов см. статью Ю. Давидовской в конце этой главы. (Прим. ред.)

Для соуса: возьмите оставшиеся яичные желтки и изюм, перемешайте с вержусом¹ или сапой², протрите через сито, добавив имбиря, гвоздики, корицы. Немного потомите соус и затем подавайте к яйцам.

Ингредиенты:

- яйцо куриное — 6–7 шт.
- сыр пармезан — 150 г
- сыр мягкий — 100 г
- изюм белый — 150 г
- мята, петрушка, майоран — 50 г (в совокупности)
- порошок специй (см. главу «Соусы и приправы»)
- специи для соуса: имбирь, гвоздика, корица
- масло сливочное или оливковое — для жарки

! Вержус или сапу можно заменить на сок лимона — по вкусу.

■ Пармезан довольно солёный, но если не хватает солёности, то следует уравновесить вкус.

Это блюдо можно делать и из перепелиных яиц. В заметках Л. да Винчи *Codex Romanoff* упоминается, что на банкете герцогине И. д'Эсте сервант³ предложил фаршированные перепелиные яйца, выложенные на листья салата романо.

¹ *Вержус* (от среднефр. *vertjus*) — зелёный сок. В данном случае — сок незрелого винограда. Имеет резкий кислый и свежий вкус. Вержус часто использовался в средневековой кулинарии наряду с вином и уксусом и иногда делался не только из винограда, но и из других незрелых кислых и терпких фруктов. Позже был вытеснен лимонами, которые в данный период были популярны в основном в регионах с арабским влиянием. Если у вас нет вержуса, то лучше заменить его очень сухим белым вином в смеси с уксусом.

² *Sapa* (*sapa*, также встречаются названия *defrutum* и *vincotto*) — выпаренное на треть вино или сок винограда иногда с добавлением сахара или мёда.

³ *Сервант* — в Средние века так называли слугу, человека, обслуживающего стол. (*Прим. ред.*)





Начинённые вишни

(Ю. Давидовская, по книге «Наука готовить разные продукты», XIV в., Англия)

Перевод (адаптированный)

Удалите у вишен плодоножки и косточки. Сделайте однородную смесь из части вишен и измельчённого варёного мяса курицы. Добавьте желтки сваренных вкрутую яиц и сырые желтки для скрепления смеси. Добавьте перец, корицу, гвоздику. Нафаршируйте остальные вишни этой смесью. Разложите на серебряном блюде, подавайте на «высокий стол»¹ каждому человеку.

Ингредиенты:

- вишня крупная — 1 кг
- яйцо куриное — 5 шт.
- мясо куриное отварное — 300 г
- специи: перец, корица, гвоздика
- соль — по вкусу

Пошированные яйца

(Л. Кирин, по книге *The Forme of Cury* («Способы приготовления еды»)², XIV в., Англия)

Когда я только открывала для себя мир средневековой кулинарии и впервые читала средневековые рецепты, это блюдо удивило меня больше всего. Рядом с супом из лепестков роз, изобилием специй и посыпанным сахаром мясом этот рецепт казался таким современным...

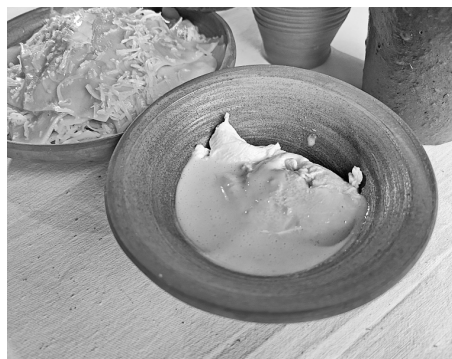
¹ «Высокий стол» в прямом и переносном смысле — стол на помосте, за которым сидели самые знатные гости во главе с хозяином.

² Большинство названий кулинарных книг даётся только в переводе, их названия на языке оригинала можно найти в конце книги, но *The Forme of Cury* — самая популярная средневековая кулинарная книга среди тех, кто занимается реконструкцией средневековой кулинарии, и широко известна под своим оригинальным названием. (Прим. ред.)

Ингредиенты (на 4 порции):

- яйцо куриное — 4 шт.
- желток — 2 шт.
- молоко — 4 скорлупки
- специи: шафран, соль, имбирь — по вкусу

Для того чтобы шафран интенсивнее отдал свой цвет, его нужно замочить в молоке на полчаса. Если у вас шафран был на тычинках, то после замачивания молоко нужно процедить через ситечко.



Смешайте молоко с желтками, щепоткой соли и щепоткой имбиря. Поставьте на маленький огонь и постоянно помешивайте, пока не загустеет.

В другую посуду налейте немного воды и добавьте соль. Современный лайфхак — добавить немного уксуса. Когда вода закипит, сильно перемешивайте её, чтобы получилась воронка. В эту воронку нужно опустить сырое яйцо без скорлупы. Варите яйца по одному за раз до той степени готовности, которая вам нравится. Можно оставить желток жидким, а можно сварить полностью.

Подавайте яйца политыми соусом.

Из-за соуса с имбирём вкус всё-таки отличается от современного блюда. Как бы по-современному на фоне остальных оно ни выглядело¹.

Пайпфарсы

(М. Черемисова, по книге «Парижский домохозяин», XIV в., Франция)

Как-то раз один великовозрастный французский местье взял в жёны юную деву 15 годов от роду. Хозяйка из неё была так себе: пытаюсь приготовить еду, она нещадно переводила продукты, купленные на кровные денежки супруга.

¹ Почти идентичный рецепт присутствует и в других английских кулинарных манускриптах, например в кулинарном трактате *Corpus Christi College*, XV в. (Прим. ред.)

В один прекрасный день или вечер, этого уже никто точно не узнает, благоверный рассвирепел от очередного кулинарного шедевра жены. Ему больше ничего не оставалось делать, и он сел писать для неё наставления по домоводству. Так и появилась книга «Парижский домохозяин» (*Le Ménagier de Paris*).

На самом деле я, конечно, шучу — автор книги неизвестен, но он действительно составил трактат от имени стареющего зажиточного парижского буржуа для его пятнадцатилетней невесты. Эта книга была направлена на то, чтобы научить её обязанностям и поведению, подобающим жене человека с его положением в обществе, и содержала множество практических советов: более 380 рецептов различных блюд, меню для пиров, инструкции по садоводству, по выбору слуг, защите постельного белья от блох, медицинскому уходу за лошадьми и даже указания по выращиванию и дрессировке ястребов.

Перевод

Пайпфарсы. Возьми желтки, муку, соль и немного вина и энергично взбей. Затем обваляй ломтики сыра в кляре и обжарь на железной сковороде с лярдом. Также можешь сделать это с говядиной.

Ингредиенты:

- желток — 2 шт.
- мука пшеничная — 5 ст. ложек
- соль¹
- вино — 3 ст. ложки
- сыр — 250 г
- жир свиной топлёный — 3 ст. ложки

Взбейте желтки с вином и солью, добавьте муку и хорошо перемешайте. Сыр нарежьте брусочками 1,5 × 7 см. Разогрейте в сковороде свиной жир. Обмакивайте кусочки сыра в кляр и отправляйте в горячий жир жариться. Когда будет

¹ Количество зависит от того, насколько солёный вы возьмёте сыр. Если слабосолёный, достаточно пары щепоток, если очень солёный — тесто лучше не солить.

готово с одной стороны, переверните и обжарьте с другой. Выложите на бумажное полотенце, чтобы стёк лишний жир.

Получается отличная закуска к вину. Очень вкусное блюдо, которое довольно легко и быстро готовится. Кляр выходит нежным за счёт добавления вина, которое работает как разрыхлитель.



Этот рецепт предназначался в основном для зажиточного и богатого стола, так как в нём используется вино, которое редко было доступно беднякам. Если заменить вино на пиво, получится более доступное по средневековым меркам блюдо.

Кстати, советуя правильно выбрать сыр, автор «Парижского домохозяина» начинает говорить стихами. Поучая свою молодую супругу, он объясняет ей, что «добрый сыр»:

Не белокож, как древняя Афина,
Не проливает слёз, как Магдалина,
Не пучеглаз, как Аргус, а слепой,
Под пальцами упругий и тугой.
Тяжеловесен, как кусок свинины,
А корочка крепка, будто из глины.
Итак,
Не плачет,
Не глазаст,
Не белокож,
По тяжести — с куском свинины схож.
Под пальцами он прочен, как гранит,
И корочкой, как глиною, покрыт¹.

Стоил сыр в то время недорого, и ему понадобилось немало времени, прежде чем с крестьянских и городских столов он перебрался в аристократическую кухню и начал считаться деликатесом. Однако в составе блюд он встречается часто.

¹ Цитата по книге З. Лионидас «Кухня Средневековья. Что ели и пили во Франции».

Оглавление

Вступление	3
Об авторах	8
ПЕРЕД ТРАПЕЗОЙ	15
Вода для мытья рук	15
Глава 1	
ЗАКУСКИ И ВЫПЕЧКА	17
Хорошая выпечка	17
Грибной пирог с сыром	18
Антипасто (фаршированные яйца)	20
Начинённые вишни	22
Пошированные яйца	22
Пайпфарсы	23
Яблочные фриттеры	26
«Конский хвост»	27
Омлет со свининой	28
Желе	29
Желе со сморчками	30
Приправа	33
Капуста в маринаде	37
Вроцлавский хлеб для тренчеров	39
Средневековая диетология и теория гуморов/ ликворов/жидкостей в поваренных книгах	44
Глава 2	
СУПЫ	48
Бульон из красного нута	48
Густая похлёбка с нутом и каштанами	49
Похлёбка из мяса оленя или косули	51
Похлёбка из старого (сухого) гороха	52
Суп с капустой	55
Белая луковая похлёбка	58
Тевтонский бульон	59

Курица больному человеку	60
Летний потаж (миндальный суп с фрикадельками)	63
Луковый суп с кольцами из теста	63
Глава 3	
МЯСНЫЕ БЛЮДА	65
Кто мог съесть оленя?	65
Мясо, запечённое по-флорентийски	67
Жаркое в соусе для господ	69
Винегрет	72
О гусе	74
Хочпот	76
Кролик, дикая утка или курица	79
Весенние цыплята	80
Надутая курица	82
Фаршированные цыплята	86
Королевские куры	87
Цыплята с изюмом в летнее время	90
Курицы в соусе гаунсел	92
Могила мелких птиц	93
Цыплята в мясных горшочках	96
Жаркое по-германски	101
Риссоле	102
Равиоли для непостного времени	104
Котлеты для мясного дня в праздник святого Реми	106
Пряные шарики из свинины	108
Фаршированные яблоки	110
Колбаса из куропаток с имбирным соусом	112
Мортаделла	114
Хорошая мортаделла	117
Бланманже как категория блюд	118
Зелёное сирийское кушанье	121
Кухонные заметки Леонардо да Винчи	123
Глава 4	
РЫБНЫЕ БЛЮДА	125
Рыба в кисло-сладком соусе	125
Фаршированная рыба под соусом	127
Лосось в тесте	128

Речная рыба в кисло-сладком соусе	131
Речная рыба в коричном соусе	132
Рыба с винным соусом	133
Запечённый лосось под соусом	134
Мидии	134
Глава 5	
ПОСТНЫЕ ГОРЯЧИЕ БЛЮДА (БЕЗ МЯСА И РЫБЫ) . . .	138
Яйца для монахов	138
Апельсиновый омлет для хулиганов	140
Фриттата	141
Яйца в молоке с сыром	143
Яичница с луком	143
Жареное молоко	144
Как приготовить занзареллу	147
Равиоли	149
Равиоли с травами	150
Кресси	153
Мекроусы	154
Сырные фриттеры из твёрдого сыра	156
Рис	158
Хорошо приготовленные баклажаны	159
Жареная тыква	161
Жареный шпинат	163
Жареная репа	165
Отварная спаржа	167
Морковное пюре	170
Чичес (пюре из нута)	173
Гороховое пюре	176
Молодой горошек	177
Потаж из листовой капусты с зелёным горошком . . .	178
Грибы	179
Глава 6	
СОУСЫ И ПРИПРАВЫ	181
«О различных соусах» из «Книги наставлений» (Book of Nurture) Дж. Рассела	181
Имбирный соус	182
Зелёный соус	182
Соус семстил	185
Виноградно-перечный соус	186

Вишнёвый соус	187
Соус из имбирного пряника	188
Сарацинский соус	191
Хороший соус	191
Камелин	191
Горчица	195
Горчица по-ломбардийски	197
Порошки/смеси специй	198
Порошок для гипокраса	200
Об украшении блюд	201

Глава 7

ДЕСЕРТЫ	205
О сладостях	205
Марципан	206
Имбирный пряник	208
Яблочные фриттелле (фриттеры)	209
Сладкие сырные фриттеры	211
Молочные фриттеры	212
Миндальные фриттеры	213
Неаполитанский вишнёвый пирог	214
Пирог со сливочно-яичной начинкой	217
Яблочный пирог с луком	218
Запечённые яблоки	221
Зелёные груши	221
Рофиольки с яблоками или яблоками и орехами	223
Пирожки с сухофруктами	223
Кускеноле (равиоли с фруктовой начинкой)	224
Еда из груш	226
Блины и вафли из сухарей	227
Вафли на яйце	229
Крепы (блинчики)	230
Блины из амидона	232
Леденцы в Великий пост и непостное время	234
Crisples (хворост)	235
Яйца, которые называются «Монах»	236
Рисовая каша с яблоками	237
Котлетки из фруктов	238
Фруктовые пирожки	239
Умная еда из слив	240
Pokerounce	242

Клубничный пудинг	243
Розе (розовый суп)	246
Фризе (земляничный суп)	247
Ежевичный суп	248
Сезонная похлёбка из фундука	249
Миндальное молоко с амидоном	249
Миндальное блюдо	250
Миндальный сыр	252
Джанкет	254
Монами	255
Фиги в вине	256
Груши в сиропе	257
Мармелад из айвы	258
Котиньяк (айвовый мармелад)	260
Айвовый мармелад	262
Грушевая пастила	262
Глава 8	
НАПИТКИ	264
Перечень добрых сладких вин, которые следовало подавать к столу, по «Книге хороших манер» Дж. Рассела (1475 г.)	264
Кларет, брагот и гипокрас	265
Безалкогольные напитки	267
Глава 9	
АНДАЛУЗСКАЯ КУХНЯ	269
«...Маленькими глотками, смакуя аромат»	269
Солдатский кускус, или кускус фитьяни	272
Зулабийя	274
Баклажаны в панировке	278
Необычная колбаса	279
Махши с баклажаном и сыром	282
Кхабиса с гранатовым соком	282
Лимонный сироп	283
Сироп из сушёных роз	284
Мурри	286
Некоторые средневековые кулинарные книги	289
Списки литературы и источников	293
Благодарности	297