



# Рецепты, когда холодно

Блюда народов Севера

Роман Заозерский





Автор, Роман Заозерский, делится живыми историями своего детства. Через воспоминания о деду, разводившем кроликов, и бабушке, готовившей печень на чугунной сковороде, он открывает душу уникальной поморской кухни. В ней — целая философия жизни у Белого моря, где наследуют вкус, приходящий вместе с холодным ветром, соленым бризом и теплом от печи.

«Рецепты, когда холодно: блюда народов Севера» — это вкусовая память целого края, запечатленная в 38 рецептах. В этой книге вы найдете 5 разделов, посвященных разным блюдам — любимым из детства, мясным, рыбным, овощным и десертам.

Каждый рецепт — будь то пате из печени кролика, соленая беломорская сельдь, стейк из оленины или черничный чизкейк — это путешествие. Путешествие на север России, во двор, где хрустит снег, на кухню, где шипит сковорода, и обратно в собственное детство, где вкус и есть самая прочная память.







# СОДЕРЖАНИЕ:

## 1. Вкус детства и традиций

Бефстроганов из телятины с картофельным пюре и можжевелевым маслом .....	8
Кундюмы с олениной и грибами .....	12
Форшмак из сельди с маринованной редькой .....	16
Пате из печени кролика с шанежным хлебом и вишней .....	20
Беломорская сельдь с картофелем .....	24
Пряная килька в свекольной глазури .....	28
Драник с форелью и щучьей икрой .....	32

## 2. Север и огонь

Мясо с углей с картофельным gratenом и вешенками .....	38
Соте из оленины с лисичками .....	42
Стейк из оленины с лесной ягодой и вишневым соусом .....	44
Утка с тыквенным gratenом и соусом из вишни .....	48
Утка с кремом из моркови и свежим шпинатом .....	52
Ломоть с диким оленем .....	56
Салат с сердцем «Важенки» .....	60
Теплый салат с груздями .....	64



### 3. Дары моря

Камбала а-ля «Аква пацца» .....	68
Белорыбица с кремом из пастернака .....	70
Белорыбица с кремом из корня сельдерея с маринованным крыжовником .....	74
Белорыбица с соусом из зеленого листа .....	78
Семга с лобии и пюре из цветной капусты .....	82
Семга с кремом из зеленого горошка с вешенками .....	86
Макрель с печеной цветной капустой .....	90
Треска в пряном масле в соусе из перцев .....	94
Треска, запеченная в твороге .....	98
Беломорская треска слабой соли .....	100
Ломоть с беломорской сельдью и чипсами из свеклы .....	102
Тартар из семги с соусом из йогурта .....	106

### 4. Сад и огород Севера

Легкий салат с летними травами, северной креветкой и клубникой .....	112
Печеные перцы с кремом из рикотты .....	114
Салат с печеной тыквой и пюре из свеклы с фетой .....	118
Салат с печеной свеклой и дымной грушей .....	122
Салат с северной семгой и яйцом пашот .....	126

### 5. Сладкий Север

Десерт из топленого творога со свежими ягодами .....	130
Блины с апельсиновой глазурью и мороженым из облепихи .....	134
Тарт с брусникой .....	138
Тыквенный чизкейк с карамельными орехами .....	142
Малиновый суп с карамельными орехами .....	144
Черничный чизкейк с голубикой .....	148

# РАЗДЕЛ 1.

## Вкус детства и традиций

Корни, северное наследие, домашние  
вкусы и теплая память





Когда я был маленьким, то и не знал, что где-то в мире есть слова вроде «форшмак» или «бефстроганов». Мы просто ели то, что давали земля, лес и море. На Севере вкус не придумывают — его наследуют. Он приходит с холодным ветром, паром из печи, запахом жареного лука и свежего хлеба.

У деда на повети всегда были кролики. Я помню, как он, старик с потрескавшимися руками, возился с ними в клетках, кормил, разговаривал с каждым. Когда наступал праздник, бабушка доставала чугунную сковороду и жарила печень — аромат стоял на весь двор. Потом она измельчала ее, добавляла сливочное масло, немного лука — и получался тот самый паштет, от которого весь дом наполнялся теплом. Мы намазывали его на хлеб, приготовленный из того же теста, что и шанежки, — хрустящий, чуть подгоревший по краям, и ели молча. Просто ели и слушали, как за окном хрустит снег.

Беломорская сельдь — это вообще отдельная история. Рыбу дед солил сам, в бочках, прямо на дворе. Картошку к ней варили в мундире, сбрызгивали маслом, и все — обед готов. Просто и по-северному. В этом не было ничего «ресторанного», но вкус чистый, как морозный воздух.

А драники... Бабушка натирала картошку руками, без всяких комбайнов. Иногда добавляла туда кусочки рыбы, а иногда грибы или любые другие начинки. И когда сковорода начинала шипеть, по дому шел тот самый запах, ради которого я тут же прибежал на кухню.

Теперь, спустя годы, я знаю, что то, что она готовила, это и есть кухня поморов — самая настоящая, русская. И речь здесь не о названиях или техниках, а о заботе и тепле. О простых продуктах, в которых живет жизнь целого края. И сегодня, когда я готовлю эти блюда: паштет из печени кролика, форшмак, бефстроганов, беломорскую сельдь, драники, — я словно возвращаюсь туда, где впервые понял, что вкус — это память. И в каждом кусочке хлеба, в каждой ложке соуса до сих пор живет детство.

# Бефстроганов из телятины с картофельным пюре и можжевельным маслом

## ИНГРЕДИЕНТЫ:

- Телячья вырезка (зачищенная) — 90 г
- Лук репчатый (очищенный) — 20 г
- Масло топленое — 10 г
- Сливки 22–33 % — 70 мл
- Соль или черный перец — по вкусу
- Масло растительное (для жарки) — 10 г
- Можжевельное масло — по желанию
- Петрушка — для подачи

## ДЛЯ КАРТОФЕЛЬНОГО ПЮРЕ:

- Картофель (очищенный) — 1 кг
- Молоко — 110 мл
- Масло сливочное — 20 г
- Соль — по вкусу
- Вода (для варки) — 2 л

## ДЛЯ КАРТОФЕЛЬНЫХ ЧИПСОВ:

- Картофель (мытый очищенный) — 200 г
- Масло (для жарки) — 40 г



---

## **КРАТКАЯ ТЕХНОЛОГИЯ:**

Очищенный репчатый лук шинкуем тонкой соломкой и обжариваем до золотистого цвета на топленом сливочном масле. Добавляем зачищенную телячью вырезку, порезанную соломкой, и быстро обжариваем на хорошо разогретой сковороде до готовности. Добавляем соль и черный перец. Перемешиваем, вливаем сливки и быстро загущаем их.

Картофель отвариваем до готовности, сливаем отвар и измельчаем толкушкой. Сливочное масло топим в молоке на среднем огне, доводим до кипения и добавляем к картофелю. Превращаем смесь в пюре с помощью блендера на минимальной скорости с насадкой венчик. Добавляем соль.

Для чипсов очищенный картофель нарезаем тонкими слайсами (1,5 мм) и оставляем в холодной воде на 10 минут. После этого просушиваем их бумажными полотенцами, обжариваем во фритюре до золотистого цвета и выкладываем в емкость с бумажными полотенцами, чтобы стекло лишнее масло.

В тарелку выкладываем прогретое пюре, взбитое со сливками, и в центре делаем небольшое углубление. В это углубление выкладываем бефстроганов. Посыпаем измельченными картофельными чипсами и сверху выкладываем шапочку из свежих листьев петрушки. Для аромата можно слегка полить можжевеловым маслом.



# Кундюмы с олениной и грибами

---

## ДЛЯ ТЕСТА:

- Мука пшеничная (высший сорт) — 580 г
- Мука пшеничная (на подпыл) — 30 г
- Вода — 300 мл
- Соль — 9 г
- Масло растительное — 100 г
- Соль — 10 г

## ДЛЯ НАЧИНКИ:

- Оленина (свежая) — 260 г
- Грибная смесь — 80 г
- Масло сливочное — 30 г
- Соль — 10 г
- Зелень петрушки — 15 г
- Сало свиное — 60 г
- Бульон куриный — 60 мл (в фарш) + 60 мл (для запекания)
- Лук репчатый — 50 г





---

## **КРАТКАЯ ТЕХНОЛОГИЯ:**

В воду добавляем растительное масло и соль, доводим до кипения, растворяем соль и вливаем в просеянную муку. Быстро замешиваем тесто, формируем в шар, накрываем пищевой пленкой и даем отдохнуть 30 минут.

Для грибной смеси берем смесь из замороженных лесных грибов, отвариваем, мелко нарезаем и обжариваем на растительном масле. Мелко нарезаем свиное сало.

Зачищенное от жил мясо оленя мелко нарезаем ножом, добавляем все ингредиенты и замешиваем начинку.

Присыпаем стол мукой и тонко раскатываем тесто. Нарезаем его на ровные квадраты примерно 7 на 7 см, в центр выкладываем начинку, складываем треугольником, защипываем края и формируем их в виде ушка.

Емкость для запекания смазываем сливочным маслом и выкладываем в нее кундюмы. Запекаем в разогретой до 190 °С духовке около 15 минут. После этого заливаем в емкость бульон и отправляем в духовку еще на 10 минут.

Подаем со сметаной и свежей зеленью.



