

Кулинарная энциклопедия

том 40



Ц-Я (Цыплёнок — Ячмень)

Надежда Бондаренко
Наталья Шинкарёва

**Кулинарная энциклопедия. Том
40. Ц – Я (Цыпленок – Ячмень)**
Серия «Кулинарная энциклопедия (ИД
«Комсомольская правда»))», книга 40

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=24427217

Кулинарная энциклопедия. Том 40. Ц–Я. Цыплёнок – Ячмень:

Комсомольская правда; Москва; 2017

ISBN 978-5-4470-0153-7, 978-5-4470-0237-4

Аннотация

В 40 томе: – всё о чае, шоколаде и яйцах; – история изобретения чипсов; – рецепты штруделя и эклеров; – как приготовить цыплёнка табака; – что такое четверговая соль и чимичурри; – какое блюдо арабы называют «языком птички»; – чем интересны японская, чешская и шведская кухни и многое другое.

Содержание

Ц	5
Цыплёнок	5
Цыплёнок табака	6
Ч	9
Чабер	9
Чавыча	11
Чай	13
Чай по-английски	15
Чайлд, Джулия	17
Чайная церемония	20
Чайник	22
Чак-чак	23
Чатни	26
Зелёный чатни	26
Чахохбили	29
Чача	32
Чебурек	35
Конец ознакомительного фрагмента.	37

Кулинарная энциклопедия.

Том 40. Ц—Я.

Цыплёнок – Ячмень

Руководитель проекта: *Ольга Ивенская*

Составители: *Надежда Бондаренко, Наталья Шинкарёва*

Фотографы: *Павел Леляев, Ирина Завьялова*

Консультант: *шеф-повар Сергей Болотов*

© АО «Издательский дом «Комсомольская правда», 2017

© При подготовке макета использовались материалы фотобанков Shutterstock и Depositphotos

Ц

Цыплёнок

Птенец курицы, широко используемый как продукт питания. От взрослой птицы цыплёнок отличается размерами и нежным мясом. Средний вес составляет 0,6–1 кг.

Это диетический продукт, прекрасно подходящий для низкокалорийных диет. В нём содержится большое количество полноценного белка, легко усваиваемого организмом. В составе мяса витамины группы В, витамин А, Е, аскорбиновая кислота, калий, магний, железо, кальций и фосфор, а также особенное вещество – холин, нормализующее обмен веществ. Блюда из цыплёнка особенно полезны людям с нарушением обмена веществ, заболеваниями сердца, подагрой, язвой, диабетом, полиартритом.

В кулинарии мясо цыплёнка – один из самых популярных продуктов. Птицу жарят, отваривают, запекают, добавляют в салаты, готовят из неё первые блюда и закуски.

Цыплёнок табака

Блюдо грузинской кухни, тушка цыплёнка, обжаренная целиком в специальной сковороде под названием тапа, под прессом. Согласно местным обычаям, готовят его достаточно острым, обильно натирая чесноком и специями.

На 6 порций

Время приготовления: 1 час 40 мин

3 небольших цыплёнка (700–800 г)

100 г сметаны

3–4 ст. л. сливочного масла

3–4 зубчика чеснока

соль и чёрный перец

Калорийность: 255 ккал

- Цыплят вымыть, обсушить. Разрезать вдоль по грудке, распластать и отбить молотком. Сделать на спине «кармашки» и заправить туда ножки.
- Тушки посолить, поперчить, обмазать сметаной. Сливочное масло разогреть на сковороде. Положить цыплят, прижать прессом, обжарить с обеих сторон до румяной корочки.
- Чеснок очистить, измельчить, обмазать готовых цыплят со всех сторон. Подавать к столу.



Ч

Чабер



Однолетнее растение семейства Яснотковые. Чабер известен во многих кухнях, в Болгарии его называют чубрица, в Грузии – кондари, в Молдавии – чимбру, в Армении – цитрон, в Узбекистане – джамбул. Во многих странах мира чабер выращивают как садовое растение, он неприхотлив и часто даёт большой урожай.

Изначально чабер использовали как лекарственное растение, и только в Древнем Риме его стали добавлять в пищу как ароматную приправу. Ещё в Средневековье был отмечен необычный эффект чабера, он способен нейтрализовать свойство бобовых вызывать газообразование. Поэтому до сих пор во многих европейских странах его называют «бобовой травой». Ещё одно название – «перечная травка», – появилось в то время, когда чабером заменяли дорогой и малодоступный перец.

С давних времён чабер используется в медицине, официально признан лекарственным растением во многих европейских странах. Чабер обладает антибактериальными, антигрибковыми, антиоксидантными, болеутоляющими свойствами. Используется при лечении заболеваний сердечно-сосудистой, пищеварительной, нервной систем. Чабер возбуждает аппетит, способствует пищеварению, помогает при метеоризме и головной боли.

Чабер используют как в свежем, так и в высушенном виде. Его добавляют в салаты, супы и соусы. У чабера очень сильный вкус, он способен заглушить другие приправы и специи, поэтому его добавляют в малом количестве и в конце приготовления, чтобы блюдо не стало горьким.

Чавыча

Рыба семейства лососёвых. Обитает в Тихом океане, для нереста заходит в крупные реки, по которым поднимается зачастую на очень дальние расстояния, до 4000 км. Молодые мальки остаются в реках первые 2 года жизни, затем чавыча уходит в море, а через 5 лет она снова возвращается в реки. Чавыча занесена в Красную книгу, поэтому вылов её запрещён. В последние 50 лет её успешно выращивают в рыбных хозяйствах.

Чавыча – самая крупная среди своих сородичей. Зафиксированы факты вылова особей, достигавших 60 кг. Длина тела чавычи в среднем достигает 95 см. Именно из-за размеров американцы прозвали чавычу индейским именем *chinook* – «вождь», а японцы присвоили ей титул «князя лососей».

Чавычу готовят всеми известными способами. Особо ценится малосольная и копчёная чавыча. Деликатесом считается икра чавычи. Ценят её за большой размер икринок – они могут достигать 6 мм в диаметре, но вкус у неё необычный, на любителя, так как она немного горьковата.



Чай



Напиток из ферментированных листьев растения Камелия китайская (чайный куст). Родиной чая считается юго-запад Китая и примыкающие к нему территориально регионы – Бирма, Северный Вьетнам. Здесь до сих пор растут дикие сорта чайного куста. Долгое время считалось, что чай может произрастать исключительно в форме кустов, и только спустя века были открыты и чайные деревья.

Чай известен более 5000 лет. Первые письменные упоминания

нания о чае относятся ко II тысячелетию до н. э., известно, что во время правления китайского императора Шен Нанга чаем активно торговали, а некоторые его сорта ценились наравне с драгоценными камнями и металлами. В XVI–XVIII веках в Европу чай ввезли португальцы и голландцы. В Англии чай появился в 1664 году, когда купцы английской Вест-индской компании привезли в дар королю два фунта чая. Широкое распространение чай получил только в конце XVIII века. В Россию чай попал раньше Европы почти на 100 лет. Его начали пить в Сибири, куда его привезли из Монголии. К 1917 году площадь чайных плантаций в России достигает почти 900 гектаров. В наши дни российский чай сорта «Краснодарский» считается самым северным чаем в мире.

По способу обработки чай бывает **зелёным** – лист подвергается короткой ферментации, настой светлый с лёгкой горчинкой; **чёрным** – более длительной ферментации; **жёлтым** – улун, пуэр, – чайный лист просушивается под солнцем, прессуется или ферментируется; **белым** – самый редкий вид чая, производится путём лёгкого подсушивания первого верхнего листа

Заваривать и пить чай можно весьма по-разному. Существует масса национальных традиций – японская чайная церемония, китайское искусство гунфу-ча, русское чаепитие, английское чаепитие и другие.

Чай в основном используется для приготовления напитка. Но небольшая часть листа идёт на приготовление приправ

и алкогольной продукции. Чай также используется как ингредиент в различных напитках и десертах, например, большой популярностью пользуется мороженое на основе зелёного чая.

Чай по-английски

Английская чайная церемония – самая строгая традиция в этой стране. Долгое время перерыв на пятичасовой чай был обязательным условием для рабочих контрактов даже на промышленных предприятиях. В английской традиции чай, как правило, пьют с подогретым молоком.

На 3 порции

Время приготовления: 30 мин

3 ч. л. чёрного чая

600 мл воды

150 мл молока

3 ч. л. сахара

Калорийность: 38 ккал

- Чай поместить в заварочный чайник, залить кипящей водой, оставить на 20 минут.
- Молоко довести до кипения.
- В чашки положить по 1 ч. ложке сахара, влить молоко (до половины чашки) и дополнить чаем до полной чашки.



Чайлд, Джулия



Знаменитый американский кулинар, телеведущая и автор книг. Родилась в калифорнийской Пасадене. В период Вто-

рой мировой войны работала в отделе военных разработок и, попав на остров Цейлон, познакомилась со своим мужем, дипломатом и знатоком европейской гастрономии. В 1948 году пара переехала в Париж, куда Чайлд был направлен работать в американское посольство. Позже Джулия Чайлд вспоминала, что заниматься кулинарией и изучать французскую кухню начала частично от скуки, частично из любопытства.

В 1950 году Джулия Чайлд закончила парижское отделение кулинарной школы «Кордон Блю», сдав экзамен со второго раза. Уже через год, совместно с двумя подругами, открыла собственную школу французской кухни для американок в Париже. Спустя 10 лет Джулия Чайлд решается на выпуск кулинарной книги. Пособие «Уроки французской кулинарии» произвело революцию в американской кулинарии и быстро стало бестселлером. Позже появится второй том, в котором авторы делятся секретами выпечки.

С 1962 года Джулия работала на американском телевидении в программе «Французский шеф-повар», и в течение нескольких десятилетий учила американских домохозяек, как нужно готовить. За многочисленные восторженные отклики в 1993 году Джулия Чайлд стала первой женщиной, которая была причислена к Кулинарному залу славы.

Джулия Чайлд выпустила 21 кулинарную книгу, последнюю в возрасте 72 лет. Телешоу с её участием выходили вплоть до 1995 года, она участвовала в них до 83 лет. Джулия получила французский Орден Почётного легиона, американ-

скую Президентскую медаль свободы и 4 почётные докторские степени в разных университетах. Умерла Джулия в 2004 году, не дожив 2 дней до 92 лет и не закончив свою последнюю книгу. До сих пор шоу с её участием получают высокий рейтинг и выходят на многих каналах. А её знаменитая книга «Уроки французской кулинарии» переведена на 50 языков мира, в том числе и на русский.

Чайная церемония

Ритуал заваривания и чаепития. Чаще всего эту церемонию связывают с Японией, но подобные традиции существуют и в Китае, Корее, Тайване и пр. В каждой стране свои особенности чайной церемонии, как правило, они связаны с сервировкой и процессом заваривания чая. В каждую церемонию обычно вкладывается философский смысл познания мира, и ритуал считается таинством, попасть на которое – высокая честь.



Чайник

Сосуд с носиком и крышкой для подогрева или кипячения воды. Вероятнее всего, первый чайник придумали в Китае. В Европе чайники появились лишь в XVI веке. В России чаще пользовались самоваром, и чайники были предметом роскоши вплоть до революции 1917 года.

Сегодня чайник – обязательный предмет каждой кухни. По типу нагрева чайники могут быть электрическими или для подогрева на плите.

Чак-чак

Традиционный татарский десерт – кусочки теста, приготовленные во фритюре и склеенные мёдом.

На 8 порций

Время приготовления: 1 час

1 кг светлого мёда

1 стакан сахарного песка

10 яиц

100 мл молока

щепотка соли

щепотка соды

1 ч. л. лимонного сока

1 кг пшеничной муки

1 стакан растительного масла

Калорийность: 363 ккал

- Мёд влить в кастрюлю, всыпать большую часть сахара, довести до кипения и варить, помешивая, на слабом огне около 15 минут, следя, чтобы мёд не потемнел и не подгорел.
- В глубокой миске взбить яйца с 1 ст. ложкой сахара, влить молоко, слегка посолить, добавить соду, предварительно погасив её лимонным соком, и хорошо перемешать. Всыпать муку и замесить мягкое тесто.
- Разделить тесто на кусочки весом около 100 г, раскатать

их в тонкие жгутики, затем нарезать на мелкие шарики.

- В сковороде разогреть масло, обжарить на нём шарики теста до золотистого цвета. Готовые шарики вынуть шумовкой, сложить в широкую миску, полить мёдом и хорошо перемешать.

- Переложить чак-чак на сервировочное блюдо или поднос, смочить руки холодной водой и сформировать пирамидку. Перед подачей чак-чак остудить и нарезать на ломтики.



Чатни

Идею приготовления густого соуса англичане привезли из Индии, на родине они адаптировали блюдо к местным продуктам и способам варки, и сегодня чатни – неотъемлемая часть национальных кухонь, бывших под влиянием и протекторатом Англии.

В самой Индии чатни – и приправа, и соус, и заготовка впрок. Оно может готовиться простым смешиванием измельчённых продуктов и путём их долгого настаивания и уваривания. Жители Индии готовят чатни в основном из фруктов, добавляя в них уксус или специи. Отличительная черта индийского чатни – сочетание сладкого и кислого. В европейской практике чатни стали готовить из всего, что есть под рукой, но всё так же с добавлением специй и уксуса.

Подают чатни к первым или вторым блюдам, сырам и некоторым десертам.

Зелёный чатни

На 1 порцию

Время приготовления: 12 часов

1 пучок свежей мяты

1 пучок кинзы

0,5 зелёного сладкого перца
1 средняя луковица
1 средний спелый помидор
0,5 крупного кисло-сладкого яблока
2 ст. л. натурального йогурта
100 мл воды
2 ч. л. обжаренного кумина
0,5 маленького лимона
соль по вкусу

Калорийность: 42 ккал

- Мята и кинзу промыть, обсушить. У мяты отделить листики, стебли удалить.
- Вымыть и очистить перец, лук, помидор и половину яблока, всё нарезать на небольшие кусочки. Поместить в блендер зелень и овощи, влить йогурт и воду, добавить кумин, измельчить до однородности.
- В полученный соус выжать сок из лимона, добавить соль по вкусу.
- Подавать к блюдам из риса, любым салатам из свежих овощей и закускам.



Чахохбили

Классическая курица по-грузински, приготовленная в остром томатном соусе.

На 5 порций

Время приготовления: 1 час

1 курица весом около 1,3–1,5 кг

5 средних помидоров

5 средних луковиц

3–4 ст. л. сливочного масла

1 пучок кинзы

1 пучок петрушки

1 пучок базилика

2–3 зубчика чеснока

1 ч. л. хмели-сунели

соль по вкусу

Калорийность: 119 ккал

- Курицу вымыть, обсушить, разрезать на небольшие кусочки.
- Хорошо разогреть глубокую сковороду, положить в неё куски курицы. Обжаривать 10–15 минут на среднем огне, чтобы они равномерно покрылись корочкой.
- Помидоры вымыть, ошпарить кипятком, снять кожицу, мякоть нарезать на небольшие кубики и добавить к курице.

Накрыть крышкой, тушить 8–10 минут.

- Лук нарезать на полукольца. На отдельной сковороде растопить сливочное масло и обжарить лук до золотистого цвета, затем добавить его к курице с помидорами.

- Зелень промыть, обсушить, мелко нарезать. Чеснок очистить, измельчить. Добавить зелень, чеснок и хмели-сунели в сковороду с чахохбили. Посолить по вкусу.

- Подать блюдо к столу горячим.



Чача



Крепкий грузинский спиртной напиток, разновидность

бренди. Получают его из мезги – массы, оставшейся после отжима винограда. Её подвергают брожению, а затем полученную жидкость – перегонке один, максимум два раза. Крепость напитка составляет 70–80°, поэтому перед бутелированием чачу разводят водой. Напиток прекрасно сочетается с такими исконно грузинскими кушаньями, как сациви, хачапури, чахохбили и пр. Хорошей закуской считается также твёрдый сыр. Употребляют чачу обычно в чистом виде, иногда добавляют в коктейли.

Чебурек

Разновидность пирожка из тонкого пресного теста, популярная у тюркских и монгольских народов. В качестве начинки для чебуреков используют баранину или другое мясо с зеленью и специями. Реже кладут сыр, картофель, капусту, грибы, яйца с луком и рисом. Обычно чебурекам придают форму полукруга.

Согласно одной из легенд, впервые эти сытные и вкусные пирожки приготовили воины Чингисхана, а может и сам Великий хан. Сегодня чебуреки – одно из главных национальных блюд крымских татар и других крымских народов.

В отличие от русских пирожков, чебуреки не выпекаются, а жарятся в большом количестве хорошо прогретого растительного масла, благодаря чему снаружи получается золотистая хрустящая корочка. Для того чтобы тесто было эластичным и при жарке не трескалось, в него не кладут яиц, но часто добавляют немного водки. Подают чебуреки горячими, ничем не дополняя, а едят их, сначала аккуратно выпивая образовавшийся при жарке внутри бульон.

На 8–10 порций

Время приготовления: 40 мин

Для теста

2 щепотки соли

1 ч. л. сахара

1,25 стакана воды

4 стакана пшеничной муки

8 ст. л. растительного масла

1 ч. л. водки

Для начинки

300 г свинины

300 г говядины

1 луковица

измельчённая зелень петрушки и укропа

0,5–1 стакан мясного бульона

соль и перец по вкусу

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.