

# Кулинарная энциклопедия

том 22



М—Н (Мостарда — Наливка)

**Надежда Бондаренко**  
**Наталья Шинкарёва**

**Кулинарная энциклопедия. Том**  
**22. М-Н (Мостарда – Наливка)**  
Серия «Кулинарная энциклопедия (ИД  
«Комсомольская правда»))», книга 22

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=23932069](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=23932069)*

*Кулинарная энциклопедия. Том 22. М – Н. Мостарда – наливка:*

*Комсомольская правда; Москва; 2016*

*ISBN 978-5-4470-0155-1*

### **Аннотация**

В 22 томе: что приготовить с моцареллой; как сделать домашнюю наливку; что такое мостарда, навахас и мсикаташ; классический рецепт торта «Муравейник»; всё о моховиках, мяте и мускатном орехе; рецепты мочёных яблок, брусники и рябины; чем мраморная говядина отличается от обычной; какое блюдо является «визитной карточкой» эстонской кухни и многое другое.

# Содержание

М	5
Мостарда	5
Мостачоли	8
Мохама	11
Мохито	13
Моховик	17
Маринованные моховики	20
Суп из свежих моховиков	23
Моховики с картофелем в сметане	26
Моцарелла	29
Салат из мини-моцареллы с оливками и помидорами черри	32
Конец ознакомительного фрагмента.	33

# Кулинарная энциклопедия.

## Том 22. М-Н

### (Мостарда – Наливка)

Руководитель проекта: *Ольга Ивенская*

Составители: *Надежда Бондаренко, Наталья Шинкарёва*

Фотографы: *Павел Леляев, Ирина Завьялова*

Консультант: *шеф-повар Сергей Болотов*

© АО «Издательский дом «Комсомольская правда», 2016

© При подготовке макета использовались материалы фотобанков Shutterstock и Depositphotos

# М

## Мостарда

Итальянское фруктовое варенье, которое готовят с добавлением горчицы и употребляют в качестве оригинального соуса или пикантного гарнира к мясу, птице или сыру.

В Италии мостарда считается именно соусом, хотя процесс её приготовления ничем не отличается от варки варенья. Для мостарды обычно выбирают такие фрукты и ягоды, как персики, дыня, груши, инжир, абрикосы, айва, яблоки, виноград или черешня. Крупные плоды режут небольшими кусочками, в процессе варки варенья добавляют горчичный порошок, горчичное масло или, реже, зёрна горчицы, отчего готовый продукт приобретает ни с чем не сравнимый вкус.

Изначально добавлять горчицу в варенье стали для лучшей сохранности последнего. Горчица выступала в качестве натурального консерванта. Первые записи о мостарде, как о типичном итальянском соусе, относятся к XIV веку. Правда, в них речь идёт о соусе, называемом *mosto ardente*, состоящем из смеси винного сусла и семян горчицы. Позднее вместо винного сусла стали использовать различные фрукты.

Производить мостарду в промышленных объёмах начала в 1500 году семья Себеллини, но только спустя 100 лет этот

соус признали одним из основных итальянских соусов, и он стал появляться на самых роскошных столах Рима.

Сегодня производят множество видов этого соуса. Вот лишь некоторые из них:

- В Виченце мостарду готовят из айвы или груш, сваренных в 50 % сахарном сиропе.
- Кремонская мостарда представляет собой смесь фруктов, нарезанных крупными кусками и сваренных в сахарном сиропе.
- В Мантуе мостарду варят из цельных плодов груши или айвы.
- Вогерская мостарда – смесь цельных фруктов в густом сахарном сиропе.
- Пьемонтская мостарда представляет собой конфитюр, изготовленный на основе винного сула, к которому в процессе приготовления добавляют айву.
- Калабрезская мостарда готовится на основе винограда.
- В Болонье мостарду готовят из слив.
- На Сицилии самая необычная мостарда – из виноградного сула с добавлением муки и специй.



# Мостачоли

Итальянское медовое печенье, основные ингредиенты которого – мука и мёд. На территории страны пекут десятки видов этого десерта, который является одним из главных угощений на традиционных итальянских свадьбах.

Как утверждают летописи, покровитель Италии, святой Франческо, так любил хрустящее печенье, что в предсмертном письме просил привезти ему одежду для похорон и немного мостачоли.

Обычно печенья нарезают после выпекания, и они получаются в форме ломтя хлеба, но в некоторых регионах страны пекут мостачоли в виде различных фигурок.

*Время приготовления: 20 мин + выстаивание теста*

200 г жидкого мёда

цедра 1 апельсина или лимона

200 г пшеничной муки твёрдых сортов

*Калорийность: 316 ккал*

- Мёд влить в миску, добавить цедру. Постепенно досыпая муку, замесить тесто, по консистенции похожее на песочное. Оставить тесто минимум на 1 час, а лучше на ночь при комнатной температуре.
- Раскатать тесто в прямоугольную заготовку толщиной

2,5 см. Выложить её на противень, выпекать при 180 °С в течение 20 минут. Готовность проверить с помощью зубочистки – она должна выходить сухой из центра заготовки.

- Достать из духовки, нарезать наискосок, чтобы толщина ломтиков была не более 1 см. Немного остудить, подавать к столу.



# Мохама

Деликатес испанской кухни, балык из тунца. Готовят его, покрывая филе рыб тунцовых пород солью и оставляя его вялиться на открытом воздухе.

Полагают, что придумали это блюдо финикийцы, проживавшие в древнем испанском городе Кадис.

Самой вкусной считается мохама, для которой используется мясо голубого атлантического тунца. Такой балык ценится столь же дорого, как окорок хамон самого высокого качества. А самый дорогой балык готовят из икры тунца – его цена может достигать 60 евро за 1 кг.





# Мохито

Алкогольный коктейль на основе светлого рома с добавлением листьев мяты. Появился мохито в начале XIX века на Кубе, однако авторами его стали не кубинцы, а американцы, которые приезжали из Штатов, чтобы отдохнуть от действующего там «сухого закона». Столкнувшись с отсутствием в стране привычного для них бурбона, американцы стали активно использовать местный ром для приготовления разнообразных коктейлей.

Прообразом мохито стал популярный в то время в США мятный джулеп, в состав которого входили виски, мята и сахарный сироп. Новый коктейль стал необыкновенно популярным, и даже серьёзное охлаждение отношений между странами не заставило кубинцев отказаться от изобретения своего «идеологического врага».

Сегодня мохито готовят практически в любом баре мира, и он является одним из самых популярных коктейлей.

*На 1 порцию*

*Время приготовления: 5 мин*

3 дольки лайма

горсть листьев свежей мяты

200 г дроблёного льда

15 мл сахарного сиропа

50 мл белого рома

100 мл содовой воды

- В высокий стакан хайбол выложить лайм, подавить барным пестиком.
- Листочки мяты чуть подавить в руках, чтобы раскрылся аромат, затем положить их в стакан.
- Сверху уложить почти доверху колотый лёд.
- Влить сахарный сироп и белый ром.
- Долить содовой водой, размешать коктейльной ложкой.
- Украсить веточками мяты, дополнить соломинкой, подавать к столу.





# Моховик



Съедобный гриб, относящийся к семейству Болетовые. Часто произрастает во мху, отчего и получил своё название. Шляпка гриба имеет полушаровидную форму, по мере роста гриба она становится выпуклой, а у старых экземпляров уплощается. Снаружи шляпка коричневая или зеленоватая, бархатистая на ощупь, внутри губчатая, жёлтого цвета.

Моховик можно встретить в основном в хвойных, чаще сосновых лесах, растущих в умеренном климате Северного и Южного полушарий. Всего насчитывается 18 видов грибов, которые объединяются под общим названием «моховик». По своим вкусовым и питательным свойствам этот гриб относят к первой категории, в которую входят самые ценные грибы, отличающиеся высокими вкусовыми качествами.

Мякоть гриба богата белками и сахарами, а также эфирными маслами и различными ферментами. Среди витаминов, содержащихся в нём, А, В<sub>2</sub>, С, D и РР, причём по содержанию витамина В моховик сравним с зерновыми продуктами. По количеству витамина РР моховик можно сравнить с печенью и дрожжами, а витамина D – со сливочным маслом.

Моховик – настоящий «рекордсмен» по содержанию кальция и молибдена. Однако, несмотря на пользу для организма, грибы считаются тяжёлой пищей, поэтому ограничить их употребление стоит людям с заболеваниями желудочно-кишечного тракта.

Моховик нашёл широкое применение в кулинарии. Причём, в отличие от многих других грибов, его можно использовать без предварительного отваривания. В ход идут и шляпка, и ножка гриба. Моховик прекрасно подходит для маринования, приготовления горячих блюд, засолки и сушки.

## *Как выбирать*

При выборе моховиков следует обращать внимание на их внешний вид. У здорового, качественного гриба шляпка окрашена в коричнево-зеленоватый цвет или имеет красноватый оттенок. Ножка и внутренний губчатый слой под шляпкой – желтоватого оттенка. Если гриб молодой, трубчатый слой бледно-жёлтый. Если внутренняя часть гриба красноватая – он будет горьким, а зеленоватый или оливковый цвет ножки и губчатого слоя говорит о старости.

## *Как хранить*

Свежие грибы хранятся не более 4–6 часов. Для более долгого хранения можно отварить грибы в воде в течение 10 минут, откинуть в дуршлаг, дать остыть, разложить в контейнеры и заморозить – в таком виде они могут храниться до 1 года.

## *Подготовка*

Нужно помнить, что грибы быстро окисляются на воздухе, поэтому обрабатывать их после сбора нужно как можно скорее. Чтобы грибы не потемнели, рекомендуется сразу

опустить их в воду, в которую добавлена соль и лимонная кислота из расчёта 1 ч. ложка соли и 2 г лимонной кислоты на 1 л воды. Перед использованием грибы нужно очистить и хорошо промыть.



## **Маринованные моховики**

*Время приготовления: 1 час + маринование*

1,5 кг МОХОВИКОВ

1 л воды  
4 лавровых листа  
4–6 бутончиков гвоздики  
0,5 ч. л. чёрного перца горошком  
2 ст. л. соли  
1 ст. л. сахара  
4 ч. л. уксуса 9 %

*Калорийность: 19 ккал*

- Моховики очистить, промыть, обрезать ножку. Выложить грибы в кастрюлю, залить холодной водой, добавить 1 ст. ложку соли. Варить на сильном огне 30 минут, снимая шумовкой пену.
- Затем добавить 2 лавровых листа, половину количества гвоздики, перца, соли и сахара. Довести до кипения, проварить ещё несколько минут.
- Снять кастрюлю с огня, накрыть марлей, убрать в прохладное место на 48 часов. Откинуть грибы в дуршлаг и промыть.
- Сварить маринад из 1 л воды и уксуса с добавлением оставшихся лаврового листа, гвоздики, перца, соли и сахара. Банки простерилизовать.
- Грибы разложить по банкам, залить горячим маринадом. Герметично закрыть.
- Убрать на 2 недели в тёмное место.



# Суп из свежих моховиков

*На 8 порций*

*Время приготовления: 1 час*

500 г куриного мяса

2 л воды

соевый соус по вкусу

250 г моховиков

1 луковица

4 зубчика чеснока

2 ст. л. растительного масла

1 пучок зелёного лука

соль и перец по вкусу

*Калорийность: 25 ккал*

• Приготовить куриный бульон: мясо промыть, залить холодной водой, отварить до готовности. Достать мясо из бульона, мелко нарезать. Бульон посолить, добавить соевый соус.

• Грибы очистить, промыть, крупно нарезать. Лук и чеснок очистить, измельчить.

• На сковороде разогреть растительное масло, обжарить лук, добавить грибы, тушить в течение 25 минут. Всыпать рубленый чеснок, перемешать, влить соевый соус и снять с огня.

- В кипящий бульон выложить мясо и грибы, добавить перец, довести до кипения. Варить 1 минуту, снять с огня.
- Зелёный лук вымыть, мелко нарезать. Разлить суп по тарелкам, посыпать зеленью, подавать к столу.



# Моховики с картофелем в сметане

*На 3 порции*

*Время приготовления: 40 мин*

1 кг моховиков

1,2 кг картофеля

1 луковица

2 зубчика чеснока

2 ст. л. растительного масла

200 мл сметаны

2 лавровых листа

соль и перец по вкусу

*Калорийность: 112 ккал*

- Грибы очистить, промыть в проточной воде, откинуть в дуршлаг, чтобы стекла лишняя жидкость.
- Картофель очистить, крупно нарезать и отварить до полуготовности (около 12 минут) в подсоленной воде. Воду слить.
- Лук и чеснок очистить, мелко нарезать.
- На сковороде разогреть растительное масло, обжаривать лук и чеснок до мягкости в течение 5 минут.
- Грибы крупно нарезать, добавить в сковороду с луком. Жарить на среднем огне, пока не испарится вся жидкость.
- Добавить отварной картофель, лавровый лист и сметану,

перемешать, посолить и поперчить по вкусу. Тушить, периодически помешивая, на слабом огне ещё 10 минут.

- Снять с огня, немного остудить, подавать к столу.



# Моцарелла

Один из самых известных итальянских сыров. Молодой рассольный сыр, отличающийся нежной и упругой текстурой, слегка солоноватым свежим вкусом. Размер сырных шариков может быть как маленьким, примерно с виноградину и весом до 20 г (чильеджина), так и крупным, диаметром около 8 см (боккончини). Реже встречается очень мелкая моцарелла – шарики размером с жемчужину (перлини).

Большую часть моцареллы, которую можно найти в продаже, делают из коровьего молока, однако самой вкусной и классической считается моцарелла из молока буйволиц.

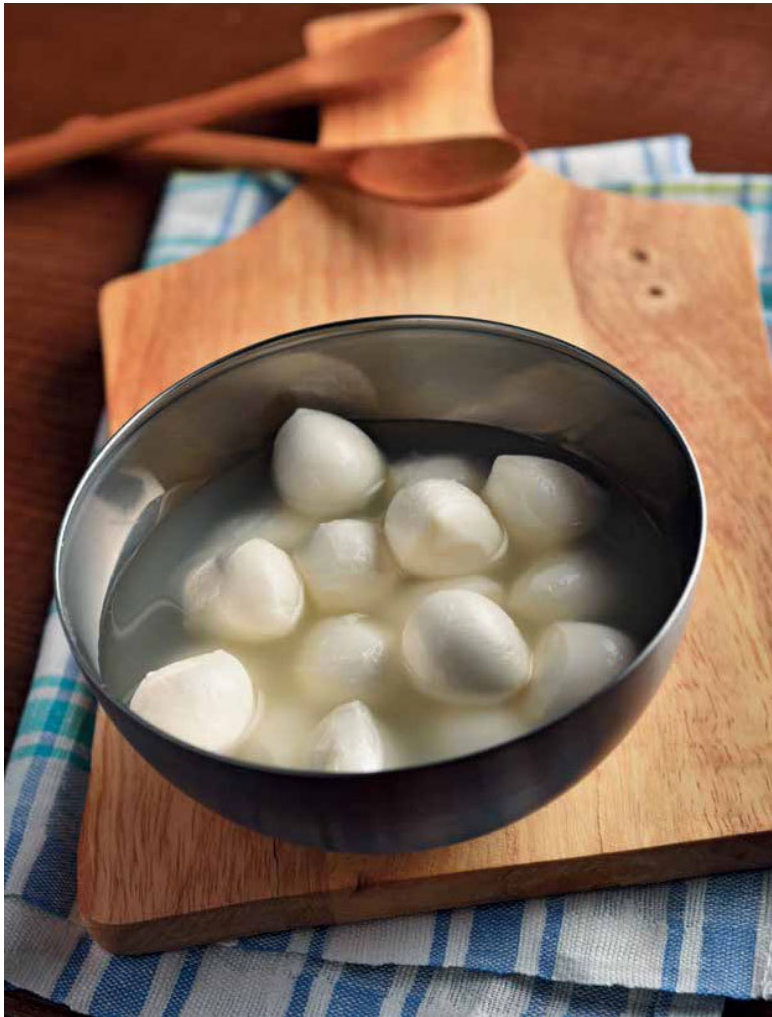
История появления моцареллы относится к XII веку. «Изобретена» она была случайно: кочевники, обитавшие в итальянских регионах Кампании, Базиликате и Апулии, перемещались с места на место, а свежее молоко перевозили с собой, влив его в кожаные мешки, сшитые из желудков овец и баранов. Молоко подвергалось воздействию высоких температур, тряски и сычужных ферментов, содержащихся в желудках. Оно сворачивалось и превращалось в плотный снаружи и мягкий внутри сгусток. Таким образом, первыми потребителями моцареллы стали пастухи. Со временем рецепт перекочевал и в другие регионы страны, и сегодня этот сорт сыра известен во всём мире как исконно итальянский продукт. Лучшей считается моцарелла, произведённая в ре-

гионе Кампания.

В наши дни производится четыре вида этого сыра:

- Свежая моцарелла из коровьего (*fior di latte*) или буйволиного (*di bufala*) молока;
- Прессованная моцарелла (*mozzarella solida*);
- Растянутая моцарелла в виде косички (*trecce*) и узелков (*nodini*);
- Подкопчённая моцарелла (*mozzarella affumicata*);

Моцарелла нашла широкое применение в кулинарии. В частности, она является основой классического итальянского салата капрезе (см. *Капрезе*). Её также добавляют в пасту и подают в качестве антипасты, готовят с нею соусы, кладут в салаты, пиццу и другие блюда.



*Моцарелла чилъеджина*

# **Салат из мини-моцареллы с оливками и помидорами черри**

*На 2 порции*

*Время приготовления: 25 мин*

100 г рукколы

15 помидоров черри

0,5 банки консервированных оливок или маслин

300 г мини-моцареллы

3 ст. л. оливкового масла

2 ст. л. бальзамического уксуса

соль и перец по вкусу

*Калорийность: 122 ккал*

- Листья рукколы вымыть, обсушить. Помидоры вымыть, оливки откинуть в дуршлаг, чтобы стекла жидкость. Шарики моцареллы также откинуть в дуршлаг.

# 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.