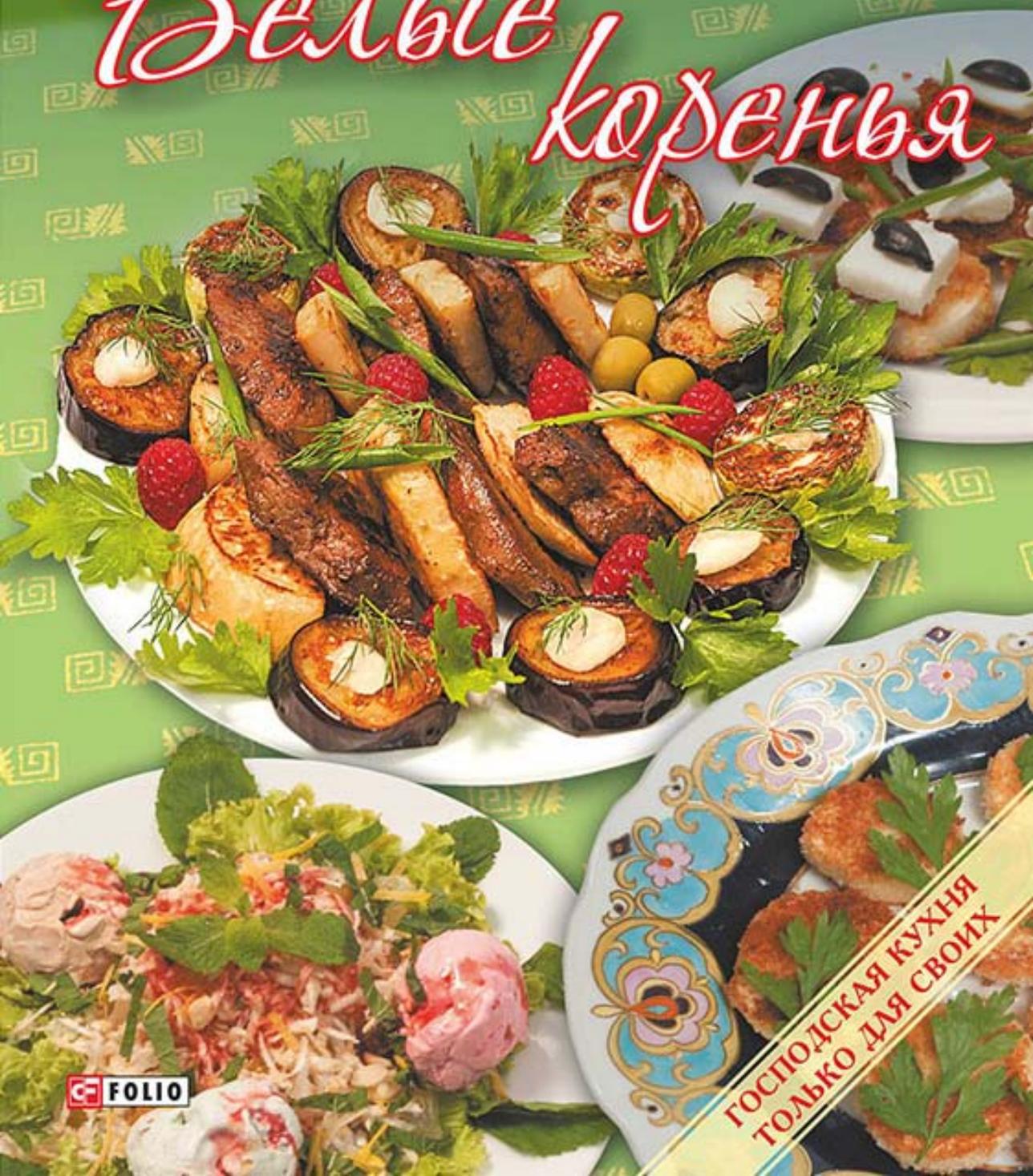


Валентин  
Мордхилевич

КУЛИНАРНАЯ  
КОЛЛЕКЦИЯ

# Белые коренья



FOLIO

ГОСПОДСКАЯ КУХНЯ  
ТОЛЬКО ДЛЯ СВОИХ

ББК 36.997  
М79

Серия «Кулинарная коллекция»  
основана в 2014 году

Составление и фото  
А. А. Заклецкого

Художник-оформитель  
Л. П. Вировец

*Автор выражает особую признательность за содействие и уют  
ООО «МАССАНДРА — КИЕВ» на Подоле у Днепра —  
коллективу и шефу Проскуриной Татьяне.*

### **Мордхилевич В. Л.**

М79 Белые коренья / В. Л. Мордхилевич; составление и фото  
А. А. Заклецкого; худож.-оформитель Л. П. Вировец. — Харьков: Фолио,  
2014. — 95 с.: фото. — (Кулинарная коллекция).

ISBN 978-966-03-6737-1 (Кулинарная коллекция).

ISBN 978-966-03-6742-5.

Идея этой книги — не только познакомить с действительно редкими и старинными рецептами, но и дать представление о философии кулинарного мастерства, об искусстве обращения с продуктами для достижения безукоризненного вкуса блюда.

Автор, именитый киевский шеф-повар, дает «новое прочтение» старым добрым знакомым — петрушке, сельдерее, пастернаку, — не забывая и о классических приемах работы с ними. Он щедро поделится с вами самыми любимыми рецептами почти забытой господской кухни. Все рецепты максимально сохраняют полезность белых кореньев и необходимую пропорцию жиров, белков и углеводов.

**ББК 36.997**

ISBN 978-966-03-6737-1  
(Кулинарная коллекция)  
ISBN 978-966-03-6742-5

© В. Л. Мордхилевич, 2014  
© А. А. Заклецкий, составление, фото, 2014  
© Л. П. Вировец, художественное оформление, 2014  
© Издательство «Фолио», марка серии, 2014

## СОДЕРЖАНИЕ

ХОЛОДНАЯ ОБРАБОТКА	6
НОЖИ ДЛЯ ОВОЩЕЙ	7
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕГО КОРНЯ СЕЛЬДЕРЕЯ	9
САЛАТ ИЗ ОТВАРНОГО КОРНЯ СЕЛЬДЕРЕЯ	15
САЛАТ ИЗ ЛИСТОВОГО СЕЛЬДЕРЕЯ	19
САЛАТ ИЗ ЧЕРЕШКОВОГО СЕЛЬДЕРЕЯ	23
САЛАТ «ВАЛЬДОРФ»	27
САЛАТ ИЗ КОРНЯ ПЕТРУШКИ И ФЕНХЕЛЯ	35
САЛАТ ИЗ ОТВАРНЫХ ЧЕРЕШКОВ СЕЛЬДЕРЕЯ	39
БЕЛЫЕ КОРЕНЬЯ, ПАССЕРОВАННЫЕ ДЛЯ СУПОВ, СОУСОВ, ВТОРЫХ БЛЮД	43
ПЕЧЁНЫЕ БЕЛЫЕ КОРЕНЬЯ ДЛЯ БУЛЬОНОВ И СТУДНЕЙ	46
СУП С ПЕЧЁНЫМ ПАСТЕРНАКОМ	49
СЕЛЬДЕРЕЙ С ЖАРЕННОЙ ПЕЧЁНКОЙ	57
СЕЛЬДЕРЕЙ, ЖАРЕННЫЙ ВО ФРИТЮРЕ, С ЯБЛОЧНЫМ ПЮРЕ	61
КОРЕНЬ ПЕТРУШКИ, ЖАРЕННЫЙ НА СЛИВОЧНОМ МАСЛЕ	67
БЕЛЫЕ КОРЕНЬЯ, ЖАРЕННЫЕ В СУХАРЯХ	69
БЕЛЫЕ КОРЕНЬЯ С ЛИСИЧКАМИ В СОУСЕ МАДЕРА	73
БЕЛЫЕ КОРЕНЬЯ В МЕДУ	79
БЕЛЫЕ КОРЕНЬЯ В КАРАМЕЛИ ОТ БАЛАБУХ	83
СОК ФРЕШ ИЗ БЕЛЫХ КОРЕНЬЕВ И ФРЕШ-КОКТЕЙЛЬ	89
О ПРОДУКТАХ	91





Белые коренья — давние знакомые на нашем обеденном столе, настолько давние, что вошли в народный эпос:

Танцовала риба з раком,  
Риба з раком,  
А петрушка з пастернаком,  
З пастернаком...

Как часто бывает по отношению к давним, обыденным явлениям, у современного человека сложился определённый кулинарный стереотип по поводу героев этой книги: белые коренья — петрушка, сельдерей, пастернак — лишь заправка для супов, и не более. И хотя диетологи чуть ли не на каждом углу рассказывают о пользе белых кореньев, обычно эти речи воспринимают без особого энтузиазма — белые коренья стары, как шекспировское «быть или не быть».

В этой книге мы пытаемся дать «новое прочтение» старым добрым знакомым, не забывая и о классических приёмах работы с этими овощами. Ведь эти корнеплоды можно употреблять в самых разных вариантах — сырыми в составе салатов и соков, жареными во фритюре или основным способом, пассерованными, варёнными различными способами, запечёнными, тушёными, печёными на горячей конфорке, в духовке или над горячими углями. Из белых кореньев готовят темпуру, салаты, гарниры, пассеровки...

Кроме того, у сельдерея селекционеры вывели популярные сегодня черешковый и листовой сорта — их используют для салатов в дополнение к корневому сельдерею, а также для оформления некоторых коктейлей. У петрушки, кроме корней, употребляют листья. Петрушкой оформляют салаты, её маринуют, а также повсеместно используют для супов, соусов и гарниров.

Петрушка и сельдерей с античных времён считались священными растениями. Египтяне посвящали петрушку богу Гору — сыну Озириса. Сельдерей, или, как его называли древние греки, «селион» (что означает «блестящий»), был праздничным растением, которым украшали дома, из него плели венки на голову во время больших празднеств. Листья сельдерея иногда можно увидеть на капителях коринфских колонн. Считалось, что накормленные сельдереем кони обладают большей скоростью и выносливостью. Кстати, вельможи Екатерины II с удовольствием выращива-

ли сельдерей и тоже украшали им себя во время пиршеств.

Три белых корня приносят огромную пользу человеческому организму, они помогают противостоять целой армии различных болезней, и не только. Корни сельдерея, например, помогают женщинам бороться за изысканные формы и служат «противоядием» от целлюлита.

В приведенных рецептах мы постарались не только сохранить полезность белых корешков, но и соблюсти необходимую для нормального питания пропорцию жиров, белков и углеводов.

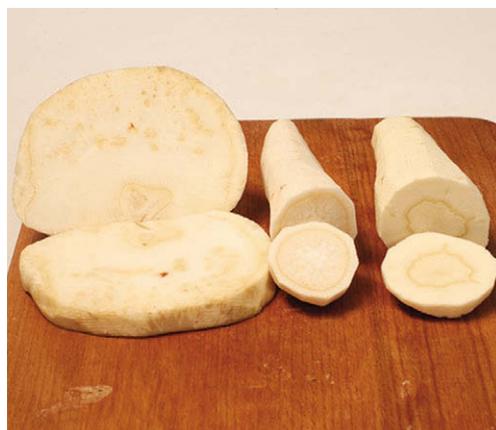
Полезное может быть вкусным и оригинальным, и на гамлетовский вопрос «быть или не быть» белым кореньям в современной кухне мы отвечаем: «БЫТЬ!».

## **ХОЛОДНАЯ ОБРАБОТКА**

Коренья замачивают, моют, обсушивают, вытирают насухо при необходимости и чистят от кожицы (наиболее рационально — непосредственно перед термической обработкой), нарезают и готовят.

Белые коренья, общий вид (слева направо): пастернак, петрушка, сельдерей

Очищенные коренья (слева направо): сельдерей, петрушка, пастернак



Чистка корней с помощью желобкового ножа с плавающим лезвием



Кратковременное хранение в воде до использования



## НОЖИ ДЛЯ ОВОЩЕЙ

Желобковый нож с плавающим лезвием для очистки кожицы с корнеплодов; нож для очистки корневищ у корнеплодов; нож для нарезки овощей



Правильный захват ножа рукой при нарезке овощей: большой палец находится на ручке и освобождает кистевой сустав от нагрузки локтевых мышц





## САЛАТ ИЗ СВЕЖЕГО КОРНЯ СЕЛЬДЕРЕЯ

Миндаль ошпаривают кипятком. Через 5–7 минут очищают кожицу, хорошо промокают от влаги марлей и дробят ножом на разделочной доске. Изюм прополаскивают холодной водой и промокают полотенцем.

У лимона срезают цедру, снимают мездру и во время нарезки удаляют зёрна, если они имеются. Листья мяты отделяют от черешков.

На крупной тёрке натирают в лоток корень сельдерея, добавляют миндаль, изюм, дольки лимона — и осторожно перемешивают снизу вверх, сохраняя форму нарезки.

Укладывают салат на охлаждённую в холодильнике тарелку, присыпают мятой и тонко нарезанной цедрой, подают к столу одновременно с пломбиром.

### **Продукты: Инвентарь:**

<i>Корень молодого сельдерея, очищенный — 90 г</i>	<i>Кастрюля маленькая для ошпаривания миндаля</i>
<i>Миндаль, очищенный от кожицы, — 20 г</i>	<i>Полотенца бумажные</i>
<i>Изюм «дамский пальчик» — 20 г</i>	<i>Душлаг, ситечко или грохот</i>
<i>Лимон без цедры, семян и мездры — 20 г</i>	<i>Желобковый нож</i>
<i>Листья мяты без черешков — 5 г</i>	<i>Нож малый</i>
<i>Разноцветные шарики пломбира — 3 шт. (90 г)</i>	<i>Нож большой для нарезки зелени</i>
<i>Ликёр «Черри» — 20 г</i>	<i>Тёрка</i>



Ошпариваем кипятком миндаль



Очищаем миндаль от кожицы



Дробим миндаль ножом



Прополаскиваем изюм холодной водой



Промокаем изюм бумажным полотенцем



Ошпариваем лимон в горячей воде в течение 3–5 минут



Снимаем с лимона цедру



Удаляем мездру с плода



Во время нарезки долек лимона удаляем из них косточки



Листья мяты освобождаем от черешков



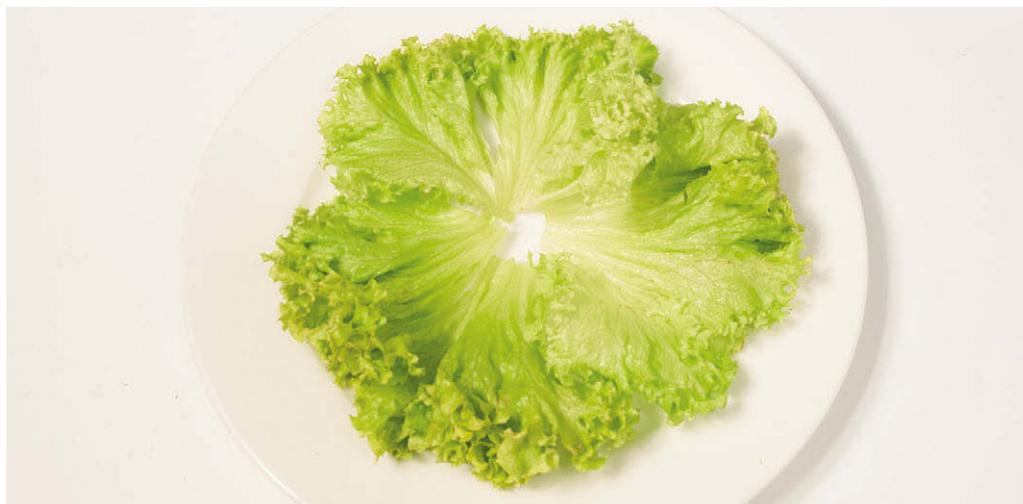
Натираем корень сельдерея в лоток



Добавляем к натёртому сельдерею измельчённый миндаль, изюм, лимон и перемешиваем



Укладываем листья салата на тарелку



Режем мелко мяту



Выкладываем конусом салат в тарелку, сверху присыпаем листьями мяты



Добавляем три шарика мороженого, поливаем салат ликёром «Черри» и лимонным соком и подаём к столу

