

Краснокочанная капуста, зимняя королева

На предзимнем поле кочанчики этой капусты прикрыты восковыми листьями как броней. Они делают капусту морозостойкой и сохраняют ее качества для любителей вкусно поесть. Все традиционные рецепты ее приготовления требуют кислых приправ — таких, как яблоки, уксус или вино; без них капуста теряет свой ярко-красный цветной пигмент и синееет. Ее запах кому-то не понравится: капуста содержит сернистые компоненты, в частности горчичное масло. Зато она снижает уровень холестерина, бедна калориями и богата балластными пищевыми веществами; считают также, что она способна предупредить рак. Чего же боле?

Салат из краснокочанной капусты с апельсинами и ореховой приправой

На 4–6 порций. 1 кочан капусты (примерно 800 г), соль, 3 луковицы, 2 апельсина, 4 столовые ложки бальзамического уксуса, свежемолотый перец, половина чайной ложки толченых семян фенхеля, 4 столовые ложки оливкового масла, 100 г очищенных грецких орехов, 4 столовые ложки апельсинового сока, 2 столовые ложки мелко нарубленной петрушки.

Кочан очистить, вымыть, разделить на четыре части. Литья капусты нашинковать тонкой соломкой, добавить чайную ложку соли; перемешивая, умять капусту (лучше всего с помощью деревянного пестика).

Луковицы очистить, вымыть и нарезать тонкими кольцами. С апельсинов снять кожуру, удалить белую кожицу, порезать на ломтики, удалив зерна. Уксус налить в большую миску. Сначала добавить в него чайную ложку соли, перец и толченые семена фенхеля, а затем 2 столовые ложки оливкового масла. Вложить капусту, лук и апельсины, всё хорошенько перемешать, попробовать на вкус и выложить на блюдо.

Орехи грубо порубить, обжарить, помешивая, на сковороде без жира, выложить в миску и оставить охлаждаться. Подмешать 2 столовые ложки оливкового масла, апельсиновый сок и петрушку, приправить солью и выложить на салат. Салат можно подавать в качестве гарнира или закуски вместе с багетом.

Голубцы

На 4 порции. 50 г шпика, 400 г свиного филе, 2 шалота, 1 зубчик чеснока, 1 большое кислое яблоко, 2 картофелины, 3 столовые ложки оливкового масла, 250 мл апельсинового сока (без сахара), соль, свежемолотый перец, 1 чайная ложка сушеного майорана, 1 чайная ложка свеженатертого имбиря, 3 гвоздички, 2 лавровых листа, 1 кочан краснокочанной капусты (примерно 800 г), 200 мл мясного или овощного бульона, 200 мл красного вина, 4 столовые ложки сметаны, половина чайной ложки крахмала, 2 чайные ложки бальзамического уксуса, 2 столовые ложки рубленой петрушки.

Для начинки порезать ветчину маленькими кубиками. Филе порезать на небольшие кусочки. Очистить шалоты и чеснок, яблоко и картофелины, всё порезать на мелкие кубики.

Разогреть в кастрюльке 1 столовую ложку масла вместе со шпиком, обжарить мясо, помешивая, в течение 1 минуты. Вложить шалоты и чеснок, тушить до стекловидности. Вложить кубики яблок и картофеля, влить апельсиновый сок. Приправить солью, перцем, майораном и имбирем. Готовить, прикрыв крышкой, на слабом огне в те-

чение 10 минут, время от времени помешивая; оставить охлаждаться.

Достаточное количество воды с 1 столовой ложкой соли, гвоздичками, лавровыми листьями довести в большой кастрюле до кипения. Держать наготове миску с холодной водой. Кочан капусты очистить, положить на 3 минуты в кипящую воду, за это время один раз перевернув его, вынуть из кастрюли, ненадолго положить в холодную воду, чтобы остыл, и осторожно отделить верхние листья. Повторить это еще и еще раз, пока не наберется достаточно количества листьев. На каждый из 8 голубцов понадобится по одному большому листу или по два-три маленьких и, кроме того, еще несколько листьев — на один потом укладывают голубцы, а другими прикрывают их сверху. Если капуста еще очень плотная, листья положить на несколько минут в бурно кипящую воду, затем остудить в холодной воде и дать стечь каплям.

Разогреть духовку до 170 градусов. Глубокую сковороду (лучше всего чугунную) смазать 1 столовой ложкой масла и дно ее выложить бланшированными капустными листьями.

На рабочей поверхности разложить капустные листья, в них завернуть начинку; голубцы из маленьких листьев связать нитками. Вплотную один к другому уложить голубцы в кастрюлю.

Смешать бульон с красным вином и вылить на голубцы. Накрыть слоем бланшированных листьев и сбрызнуть 1 столовой ложкой масла. Закрыть крышкой (вместо крышки можно использовать двойной слой фольги) и готовить в духовке на средней полке в течение часа.

Листья, покрывающие голубцы, снять, уложить их на предварительно согретое блюдо, на них — голубцы вместе с нижним слоем листьев; сохранять теплыми. Сметану смешать с крахмалом, подогреть, приправить солью, перцем, уксусом, вылить на голубцы, посыпать петрушкой.

Борщ с мясом и перловкой

На 4 порции. 1–2 куски телятины (примерно 400 г), 1 крупная луковица, 1 лавровый лист, 2 гвоздички, 1 стручок перца чили, 1 крупная морковь, 2 стебля кочанного сельдерея, 1 перо лука, 1 кочан капусты (примерно 900 г), 40 г сливочного масла, 1 чайная ложка коричневого сахара, соль, перец, 4 столовые ложки перловой крупы, 4 столовые ложки уксуса из красного вина, по 3 веточки петрушки и укропа, 1 стаканчик кислых сливок.

Куски телятины обдать холодной водой и положить в суповую кастрюлю. Очистить луковицу, нашинковать ее гвоздичками и лавровым листом и вместе со стручком чили положить в мясо. Влить 1,75 л кипящей воды и варить всё 30 минут. Вынуть мясо из бульона, дать ему остыть и порезать кубиками.

Тем временем очистить морковь, сельдерей и лук, вымыть, нарезать кубиками. Капусту нашинковать соломкой.

В широкой кастрюле нагреть масло. Подмешать сахар и слегка карамелизовать его. Потушить в нем морковь, сельдерей и лук, добавить капусту и всё вместе тушить еще 2–3 минуты. Вложить овощи в мясной бульон, приправить солью и перцем и варить, прикрыв крышкой, 20 минут.

Перловку и кубики мяса замешать в бульон с овощами и, прикрыв крышкой, варить всё на слабом огне еще 20 минут, затем приправить уксусом. Вложить вымытую и порубленную зелень и подавать борщ со сметаной.

Капустный штрудель из слоеного теста с кишмишем и кедровыми орехами

На 4–5 порций.

Для начинки: 50 г кишмиша, 50 мл красного вина, 700 г краснокочанной капусты, 1 луковица, 20 г топленого масла, 1 полная чайная ложка коричневого или белого сахара, 100 мл мясного или овощного бульона, по четверти чайной ложки молотого ямайского (гвоздичного) перца и корицы, 1 щедрая щепот свеженатертого мускатного ореха, соль, свежемолотый перец, 2 столовые ложки яблочного или винного уксуса, 1 полная столовая ложка апельсинового конфитюра, 50 г кедровых орехов, 2 мелко натертых сухаря, 2 больших ломтя вареной ветчины.

Для теста: 70 г сливочного масла, 450 г листового слоеного теста (замороженного), 100 г листьев петрушки.

Размочить кишмиш в красном вине (в течение часа). Капусту нашинковать тонкой соломкой.

Очистить луковицу и порезать ее на кубики. Нагреть в кастрюле топленое масло, карамелизовать в нем сахар. Подмешать кубики лука и потушить их до стекловидности. Добавить капусту и тушить еще немного. Размешать в бульоне размоченный кишмиш, праности, 1 чайную ложку соли и 1 щедрую щепот перца. Тушить под крышкой на слабом огне 45 минут, время от времени помешивая. За 15 минут до окончания готовки смешать уксус с апельсиновым конфитюром и приправить овощи.

В сковороде без жира обжарить кедровые орехи, чтобы они стали золотисто-желтыми, и, засыпав сухарной мукой, смешать с капустой, дать остыть. Духовку разогреть до 180 °С. Противень выложить пергаментной бумагой. Порезать ветчину на небольшие кусочки.

Расстопить масло. Листы теста раскатать. Смазывая их маслом, ровно наложить один на другой. На верхний лист выложить горькой капусту, а на нее — ветчину. Края теста оставить свободными. Накрыть горку капусты длинным краем, противоположный наложить сверху. Короткие края заправить под штрудель. Смазать штрудель маслом и запекать в середине духовки в течение 30 минут до золотисто-желтого цвета. Еще теплым нарезать штрудель на дольки и украсить листьями петрушки.

