

Государственное бюджетное учреждение
культуры Республики Крым
«Крымская республиканская универсальная
научная библиотека им. И. Я. Франко»

Отдел иностранной литературы

Франция – страна гурманов

Виртуальный обзор

Симферополь, 2020



Франция — это страна высоких кулинарных традиций, которые подобно высокой моде употребляются только в торжественных случаях, требуют опыта и соответствующей подготовки. Здесь еда является образом жизни и возводится в ранг искусства, а великим поварам присваивают звание академиков и награждают орденами Почетного легиона. Гурмэ — знатоки изысканной пищи. Они пользуются во Франции почетом и уважением. Во французской кухне важно все — вкусовые качества блюд, их декорирование, порядок подачи, застольные приборы и аксессуары. Но находясь в самой «вкусной» стране мира, кощунственно закусывать сэндвичем на остановке. Поэтому крайне рекомендуем заранее планировать свой день. Посещение хорошего французского ресторана, где подают правильно приготовленные морепродукты, стоит того, чтобы потерпеть до вечера.

А теперь посмотрим: чем нас может удивить каждый регион в отдельности?

Нормандия — рай для гурманов и просто любителей хорошо поесть. Во время «Праздника живота» в Руане можно найти все продукты, производимые в регионе. С берегов Ла-Манша везут знаменитые морские деликатесы (гребешки Сен-Жак, устрицы с Котантена).



Раскидистые яблоневые сады обогащают кухню региона. Мы сразу представляем нормандский яблочный пирог, сидр и кальвадос, в честь которого появилось выражение «Нормандская дыра». На десерт попробуйте тергуль – рисовый десерт, томленный в печи около 5 часов. И обязательно загляните в Шоколатриум или в Карамель Нормандии!



По соседству с Нормандией лежит мало кому известный регион Бретань. В нем сельское хозяйство имеет не такое развитие, как у соседки — на лугах жители Бретани разводят барашков, мясо которых имеет слегка солоноватый вкус из-за сильных морских ветров, наносящих слои соли на пастбища. Помимо этого, на данной территории выращивают артишоки, а в качестве десерта в Бретани популярны тоненькие блинчики — крепы. В Бретани, регионе традиций и фольклора вы сможете попробовать бретонский флан Фар, шушен (бретонская версия медовухи), а также изысканные блюда из морепродуктов и сладкий пирог Кунь Аман.



Южнее находится Перигор — по большей своей части сельскохозяйственный регион. Два «звездных» блюда кухни Перигора — паштет из гусиной печени (foie gras) и трюфели (truffles). Сочные ломтики фуа-гра едят и отдельно, и (вместе с трюфелями) в виде гарнира к самым разнообразным блюдам — от омлета до фаршированного карпа. Мало того, любое блюдо под «соусом Перигё» (sauce Perigeux) или «по-перигорски» непременно включает паштет из гусиной печени, дуэтом к которому служит сладкий белый хлеб (fougasse). Трюфели также нередко готовят на горячих углях, завернув в бекон (a la cendre).



Юг Франции в основном питается легкими средиземноморскими блюдами, а вот в отдаленных от морского побережья регионах, как правило, принято готовить «тяжелую» и очень сытную еду. К примеру, в Лангедоке немного таких знаменитых блюд, как густое рагу из фасоли под названием кассуле. В основе названия блюда лежит окситанское слово «касолет», обозначающее «глиняный горшок», у которого имеется коническое горлышко. Такой горшок традиционно используется для приготовления этого блюда. Необходимые ингредиенты – белая фасоль и несколько разных видов мяса или мясных продуктов. Продаются и консервы «кассуле», которые готовятся в массовом производстве. Для их приготовления просто берут фасоль, бекон и томатный соус. Для того чтобы приготовить настоящую кассуле в ресторане, понадобится индейка или тушеная утиная ножка. Фасоль готовят на небольшом огне, добавив припущенные овощи и травы.

Подавать кассуле лучше всего с красными винами сорта Корбьер и Фиту.



Ну как же не отметить кухню Прованса, кулинария которой отличается огромным количеством зелени, томатов, баклажанов, специй, чеснока и оливкового масла.

Блюда Прованса и средиземноморского побережья отличаются более широким использованием оливкового масла, чеснока, помидоров, баклажанов, маслин и перца, рыбы и фруктов. Визитная карточка Прованса - "буйабес" («уха по-марсельски») - сложный и очень сытный рыбный суп с чесноком и пряностями, заправленный чесночным соусом "руй" (rouille). Марсель считается родиной этого блюда, поэтому пробовать его советуют именно здесь. Этот популярнейший суп предлагают в ресторанах многих приморских городов, однако в каждом из них – свой рецепт блюда.





Несомненно хороши крабы и морские ежи, которых жители побережья готовят с большой выдумкой. Свежие мидии в луковом бульоне с пряностями, тушеное мясо по-авиньонски, уха с чесночным соусом - "буррида" (в принципе тот же "буйабес", но сваренный чуть иначе), молодая баранина из Систерона, всевозможная дичь, "тапенада" (типичное провансальское блюдо из каперсов, маслин и анчоусов), овощное рагу "рататуй" и рагу из ягненка, помидоры по-провансальски, паштет из гусиной печёнки из Дордони (обычно подается с шампанским, что достаточно необычно для Франции), ассорти по-марсельски, утка по-ландски "конфит", трюфели (truffes), супы "аноли" и "писту", баранье рагу "гардань". И всё это обязательно обильно приправлено знаменитым провансальским оливковым маслом (huile d'olive), соусами и специями.

Ингредиенты

Кабачок цукини - 500 г

Баклажан - 500 г

Помидоры - 500 г

Помидоры - 400 г

Морковь - 100 г

Лук репчатый - 150 г

Перец сладкий - 300 г

Чеснок - 3 зубчика

Сахар - 2 ч.л.

Оливковое масло - 4 ст.л.

Тимьян - 5 г

Розмарин - 5 г

Базилик зеленый - 5 г

Соль по вкусу

Перец черный молотый - 1,5 Ч.Л.



Как приготовить рататуй

Готовим соус: Помидоры для соуса залить кипятком и оставить на 10 минут, слить воду и снять с помидор кожицу, нарезать небольшими кубиками.

Сладкие перцы завернуть в фольгу по одному и запечь в духовке при температуре 180°C в течении 25 минут. Запеченные перцы очистить от семян. Нарезать репчатый лук кубиками, морковь тонкими кружочками.

Разогреть сковороду, налить 2 ст.л. оливкового масла, положить лук и жарить 2 минуты на среднем огне, затем добавить морковь, помидоры, чеснок, соль 1 ч.л. и перец черный молотый 1/2 ч.л., сахар, по 2-3 веточки розмарина и тимьяна, тушить на слабом огне 15 минут. Достать из сковороды розмарин и тимьян, взбить овощи и запеченный перец в блендере до однородного состояния. Цукини, баклажан и помидоры нарезать тонкими кружочками одинаковой толщины. Постарайтесь подобрать овощи одинакового диаметра. На дно формы для запекания выложить ровным слоем овощной соус и сверху посыпать листьями базилика. Сложить из овощей пирамиду, чередуя баклажан, помидор и цукини. Выкладывайте пирамиды горизонтально по всей поверхности формы для запекания.

Сверху положить веточки розмарина, тимьяна и листья базилика. Посыпать 1/2 ч.л. соли и 1/2 ч.л. черного перца, 1 зубчиком чеснока и полить 2 ст.л. оливкового масла. Накрыть форму фольгой и поставить в духовку. Выпекать 1 час при температуре 180°C, затем снять фольгу и выпекать рататуй еще 15 минут при той же температуре.

ИНГРЕДИЕНТЫ

250 г морских ежей
100 г помидоров
20 г раковых шеек
20 г лука-шалота (луковица)
по 1 веточке базилика и мяты
20 г оливкового масла
соль, перец
1 веточка кресс-салата

Для соуса

50 г сливочного масла
2 яичных желтка
сок морских ежей
50 мл белого вина
10 мл сока лайма



ПОШАГОВЫЙ РЕЦЕПТ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Шаг 1

Морского ежа открыть щипцами и отделить икру. Слить сок в отдельную посуду. Ежа промыть и обсушить. Помидор нарезать мелкими кубиками. Раковые шейки и лук-шалот порубить.

Шаг 2

Базилик и мяту порезать. На раскаленной сковороде в оливковом масле обжарить лук-шалот, икру ежа, помидоры, раковые шейки. Добавить зелень и обжаривать 2-3 минуты. Посолить, поперчить. В панцирь ежа положить кресс-салат и полученную смесь полить соусом.

Шаг 3

Для соуса: атопить сливочное масло, на водяной бане взбить желтки, добавить сок ежей и взбивать, пока объем не увеличится вдвое. Добавить вино и тонкой струей вливать сливочное масло до загустения. Добавить сок лайма, соль, перец и оставить в теплом месте.

Благодаря вкуснейшим винам и гастрономическим изыскам, всему миру весь мир известна кухня Бургундии. Одно из главных блюд кухни - говядина по-бургундски (bœuf bourguignon) и улитки в различных вариациях, приготовленные в соусе с ароматическими травами или в виде начинки для тарталеток. В Бургундии еда начинается с лёгких закусок amusegueule, например, с небольших пирогов с сыром gougère, которыми закусывают аперитив – kir (кир). Затем приступают к более серьезным блюдам из мяса, сливок и насыщенных винных соусов. Типичным примером закусок могут быть oeufs en meurette («яйца в винном соусе») или толстый пласт jambon persille (заливное с ветчиной и петрушкой).



В Эльзасе любят готовить жирную сытную еду, к примеру, фламмокухен — очень тонкую хрустящую пиццу с салом и луком, фламбированные фрукты, квашенную капусту и, конечно же, тушеную картошку с мясом (baeskeoffe).

Ингредиенты

Тесто:

200 мл теплой воды

10 г свежих дрожжей

350 г муки

1 ч.л. сахара

0,5 ч.л. соли

1 ст.л. оливкового масла

Начинка:

200 г крем-фреша (или жирных сливок в моем случае)

70 г сыра

200 г бекона

1 яйцо

2 луковицы

мускатный орех

соль

перец



Этот пирог называют огненным пирогом, потому что готовят его на максимальной температуре, а подают к столу горячим. Рецепт этого пирога появился на границе Германии и Франции - в Эльзасе. Пирог получается вкусным и сытным. Готовят его на очень тонком дрожжевом тесте. Лук, запеченный в крем-фреше, понравится даже тем, кто его не любит, а готовый пирог источает такой аромат, который не оставит равнодушным никого. Сервируют Фламмокухен на деревянной разделочной доске, а едят его с вином или пивом.

Французы говорят: «Celui qui tient la queue de la poêle, la tourne du côté qu'il veut» («Кто ведает кухней, тот и выбирает, что хочет»).

Bon appétit et à bientôt!



Использованные Интернет ресурсы:

<https://pegastour.ru/tourists/tours/what-know/382-frantsiya-otkryvaem-mir-dlya-gurmanov>

<https://www.vsegdavkusno.ru/recipes/ratatuy>

<https://elenaruvel.com/frantsuzskaya-eda-top-10/>

<https://beltaplus.by/ru/gourmet-ru/view/puteshestvuem-po-miru-korolevy-kulinarii-11067-2020/>

Благодарим за просмотр!