

ГОТОВИМ НА ПАРУ

Кулинарная книга

ASKO в сотрудничестве с Slow Food Италия


Slow Food® Italia

 **ASKO**
Inspired by Scandinavia

Искусство создания вкуса

Комбинированные паровые духовые шкафы ASKO с четырьмя уровнями приготовления **4**

Больше, чем просто рецепты

Альянс поваров **6**

Трентино — Альто-Адидже

Спаржа с вареным окороком из баранины вильнёссер брилленшаф и соусом бользанина **8**
Канедерли с крапивой (хлебные кнедлики) **10**
Отварная говядина **12**
Крем-брюле с кофе Уэуэтенанго **14**

Кампания

Равиоли с начинкой из трески на пару **40**
Треска с салатом эскарриоль **42**
Капоната с треской и овощами **44**

Апулия

Фокачча с белым луком из Маргерита-ди-Савойя, оливками челлина ди нардо и томатами фьяскетто из Торре Гуачето **46**
Тиелла из полбы с сезонными овощами, мидиями и свежими кальмарами **48**
Запеченные овощи в конверте **50**
Запеченные артишоки **52**

Ломбардия

Гигантские свекольные равиоли с начинкой из оленины и овощей **16**

Пьемонт

Нежный кофейный бисквит **18**

Сицилия

Домашний хлеб на закваске **54**
Тарт с баклажанами на фондю из сыра пьячентину эннэзе **56**
Картофельные ньокки с фондю из сыра вастедда делла Валле-дель-Беличе и обжаренными моллюсками **58**
Обжаренный осьминог с сыром страчателла и хрустящим хлебом из муки тимилия **60**
Треска в сувиде с луком из Тропеа и помидорами черри **62**
Мясной хлеб с мортаделлой, яйцом и сыром вастедда делла Валле-дель-Беличе с гороховым соусом **64**
Горячее суфле из шоколада из Модики и традиционной сицилийской пшеничной муки тимилия **66**

Лигурия

Каппон магро **20**

Эмилия-Романья

Сэндвич из зернового хлеба «5 злаков» с осьминогом **22**
Сэндвич со свиной грудинкой мора романьола **24**

Тоскана

Суфле из лука-порей с фондю из сыра пекорино **26**
Мясной рулет из баранины помаранчино с артишоками **28**
Хлебный пирог марокка ди Казола **30**

Лацио

Помидоры, фаршированные рисом **32**
Рататуй **34**
Запеченная треска с картофелем **36**
Тарт с анчоусами и цукини **38**

Искусство создания вкуса

Сохранение натурального вкуса

Профессиональные повара используют пар, чтобы сохранить все богатство вкусов или создать аппетитную хрустящую корочку на хлебе. Приготовление на пару сохраняет вкус, витамины и питательные вещества продуктов лучше, чем при иных способах готовки. Этот метод приготовления практически не создает запахов, а также во время готовки нет необходимости добавлять соль и специи. Комбинированные паровые духовые шкафы ASKO позволят вам объединить традиционную конвекцию и готовку на пару в рамках одной программы или просто использовать только конвекцию или пар.

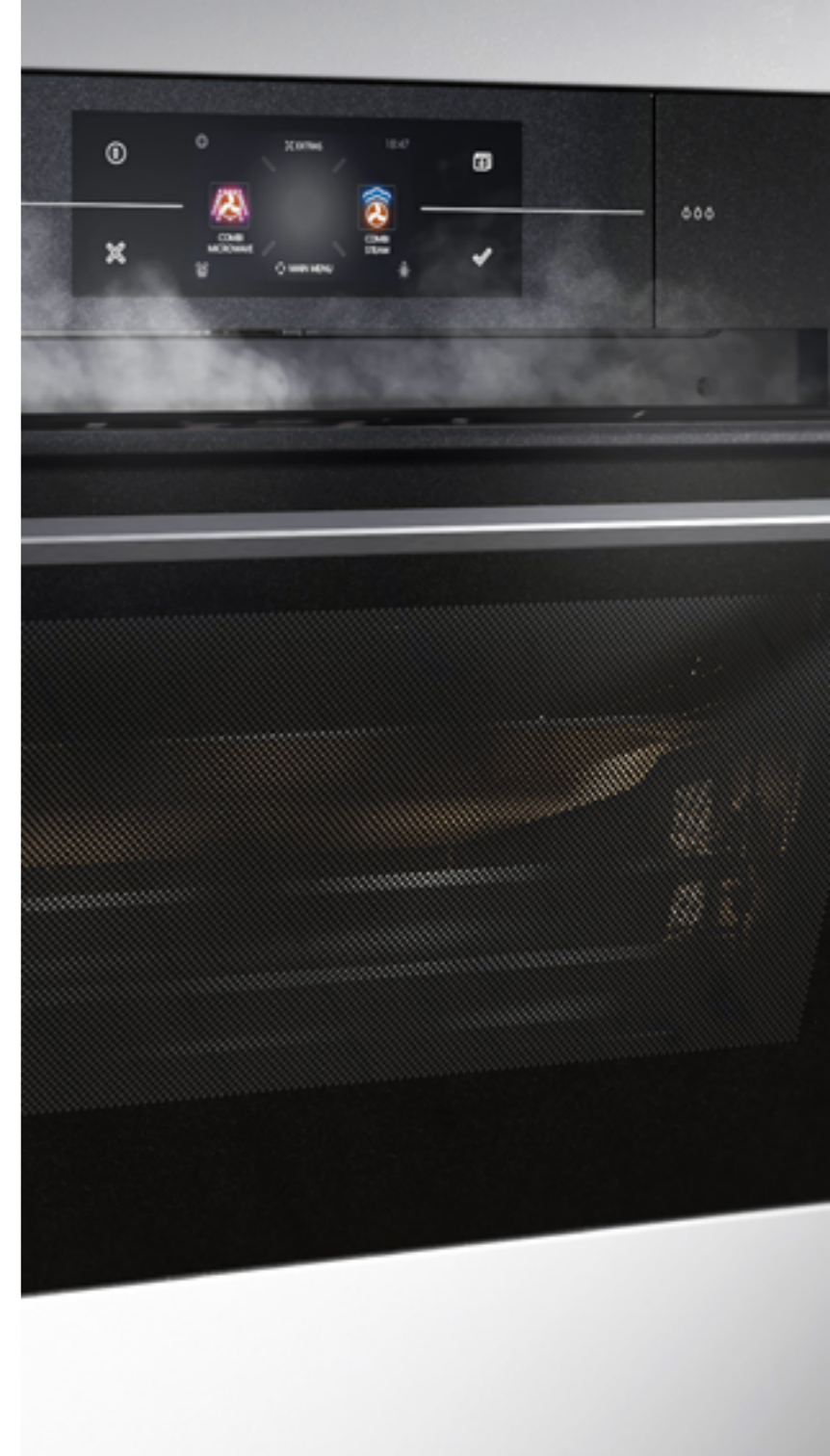
Готовим на пару

Комбинированный паровой духовой шкаф гарантирует максимальный выбор способов приготовления. Вы можете готовить только на пару, сочетать классический нагрев с паром или остановиться на традиционных режимах.

Паровые шкафы ASKO оснащены уникальным парогенератором, который создает только чистый мелкодисперсный пар. Пар подается через пять специальных зон внутри духового шкафа через равные промежутки времени. Такое равномерное распределение пара гарантирует идеальное приготовление блюда.

Система 5 Air Flow

Все духовые шкафы ASKO имеют особую форму рабочей камеры, которая обеспечивает равномерную циркуляцию горячего воздуха. Форма духовых шкафов и пять зон распределения воздуха и пара обеспечивают их равномерную циркуляцию и гарантируют идеальное приготовление даже на нескольких уровнях, а чтобы воздух распределялся еще лучше, внутренняя камера и противни покрыты высококачественной пиролитической эмалью, которая эффективно поглощает и отражает тепло, обеспечивая правильное приготовление блюд.



Больше, чем просто рецепты

Эта книга — не просто книга рецептов. Она является отражением разных регионов, людей с их жизненным опытом, взаимосвязанных проектов, содействующих развитию профессионального интереса, а еще страсти, творчеству и знаниям. В этой книге повара отвели почетное место своим рецептам, адаптировав их для домашнего приготовления. Они перечислили не только локальные ингредиенты, но и продукты поставщиков, фермеров и ремесленников, с которыми у них налажены тесные отношения. Другие важные действующие лица — местные производители и проект Slow Food Presidia. Все они являются частью проекта Альянса поваров Slow Food.

Это крупное сообщество поваров представлено в 25 странах мира. Его члены предпочитают использовать продукты проекта Slow Food Presidia и локальную фермерскую продукцию, стремясь сделать их известными и продвигать их в своем меню.


В настоящее время Альянс насчитывает в Италии сотни членов. К тому моменту, когда шеф-повар или ресторатор присоединяется к Альянсу, он, как правило, уже проделал нелегкий и интересный путь адаптации своего меню и работы. Обеспечение свежайшими и лучшими продуктами, поддержание традиционной гастрономической культуры региона, стремление представлять ее, продвижение связанных с ней специалитетов — это те цели, которые ставят перед собой желающие преуспеть в ресторанном бизнесе.

Членство в Альянсе Slow Food требует большой осознанности и самоотверженности.

Включение продуктов Slow Food Presidia в меню означает сохранение биоразнообразия сельскохозяйственных продуктов, находящихся под угрозой исчезновения. Поиск экологически чистых и сезонных местных продуктов означает снижение негативного воздействия на окружающую среду. Минимизация пищевых отходов означает борьбу с ними. Упоминание местных производителей в меню означает придание их работе достойной и справедливой оценки.

Это, безусловно, нелегкий путь, поскольку существуют более простые способы получения прибыли с меньшими усилиями. Но преданное членство поваров и расширение проекта во многих странах мира указывают на то, что принадлежность к сети Slow Food является предметом престижа и гордости и предоставляет возможность для знакомства и культурного обмена с другими регионами, странами и традициями. Это дает возможность получать информацию, предложения и при этом ценить знания, помогающие применять эффективные модели.

Эта книга на самом деле нечто большее, чем просто сборник рецептов. Это также плод сотрудничества Slow Food и ASKO, которые, рассказывая историю поваров и их блюд, отдают им дань уважения и признают их приверженность общему идеалу в изменении мира к лучшему — рецепт за рецептом.

Ингредиенты, отмеченные в книге знаком , включены в каталог «Ковчег вкуса» или проект Slow Food Presidia. Их можно заменить аналогичными высококачественными продуктами.

Альянс поваров Slow Food



Оскар Месснер
Ristorante Pitzock
Виа Пицак, 30
Фунес (Больцано)



Алессия Маццола
Osteria Al Gigianca
Виа Бросета, 113
Бергамо



Фабио Сольдано
Osteria del Caccetta
Пьяцца Дженерале
Солароли, 26
Бриона (Новара)



Маурицио Пинто
Ristorante Voltalacarta
Виа Ассаротти, 60/R
Генуя



**Андреа Зондини и
Маттео Джентили**
Amburgheria Creativa
Виа Ромео Галли, 24
Форли (Форли-Чезена)



Габриэле Нанни
Ristorante Sirocco
Виа Овидио, 57
Беллария-Иджеа-
Марина (Римини)



Даниэле Фаджиолини
Antico Ristoro Le
Colombaie
Виа Монтанелли, 22
Лок. Ла Катэна — Сан-
Миниато (Пиза)



Маттео Балларини
Osteria del Velodromo
Vecchio
Виа Дженцано, 139
Рим



**Луиджи и Консилья
Руссо**
Ristorante La Lanterna
Виа Колонелло Дж.
Алиперта, 8
Сомма-Везувиана
(Неаполь)



Антонио Эррико
La Locanda di Nonna
Mena
Виа Эдисон, 30
Сан-Вито-деи-
Норманни (Бриндизи)



Адриана Сироне
Casa & Putia Ristorante
Виа Сан-Камилло, 14
Мессина

Спаржа с варено-копченым окороком из баранины вильнёссер брилленшаф и соусом бользанина

Приготовление



25 минут

Количество порций



4 порции

Настройки духового шкафа



Пар 100°C

Закуска

Ингредиенты

- 20 стеблей спаржи
- 40 г сливочного масла
- 200 г варено-копченого окорока из баранины вильнёссер брилленшаф
- 4 яйца
- 20 г горчицы
- 80 г подсолнечного масла
- 20 г итальянского оливкового масла первого холодного отжима
- 5 г белого винного уксуса
- Шнитт-лук
- Черный перец
- Соль

Приготовление

Очистите стебли спаржи и готовьте в духовом шкафу на пару при температуре 100°C около 15 минут. Выложите спаржу на ломтики окорока, посолите и добавьте немного сливочного масла.

Для приготовления соуса бользанина отварите яйца в течение 7 минут, затем остудите. Очистите, отделите желтки и мелко их нарежьте.

Выложите желтки в миску, добавьте горчицу, перец, уксус, подсолнечное масло, оливковое масло и перемешайте. В конце добавьте мелко нарезанный шнитт-лук (его можно заменить на зеленый лук) и порубленные яичные белки, посолите. Подавайте спаржу с соусом бользанина.

Примечание

Овец редкой альпийской горной породы вильнёссер брилленшаф изначально разводили в Южном Тироле в основном ради шерсти. Сейчас эти овцы приобрели кулинарную ценность за свое нежное мясо.

В данном рецепте подразумевается, что варено-копченный бараний окорок берется уже готовый, из супермаркета, поэтому здесь не приводится пошаговая технология его приготовления. Вы можете найти её в интернете и приготовить бараний окорок в домашних условиях. Или предлагаем замену: прошутто, пармская ветчина, тамбовский окорок бользанина.



Трентино — Альто-Адидже
Ristorante Pitzock

Канедерли с крапивой

Хлебные кнедлики

Приготовление



1 час

Количество порций



4 порции

Настройки духового шкафа



Пар 100°C

Первое блюдо

Ингредиенты

- 300 г черствого белого хлеба
- 250 г крапивы
- 125 мл молока
- 40 г сливочного масла ботиро ди Примьеро ди мальга
- 1/2 луковицы
- 2 зубчика чеснока
- 3 яйца
- 1 ст. л. пшеничной муки высшего сорта (итальянский тип 00)
- Соль
- Молотый черный перец римбас
- Мускатный орех
- Сыр пармезан

Приготовление

Промойте крапиву и ошпарьте кипятком, слейте воду и хорошо отожмите. Мелко нарежьте половинку луковицы и чеснок и слегка обжарьте их на сливочном масле. Затем добавьте крапиву и еще немного обжарьте. Пробейте крапиву с молоком в блендере в течение 15 секунд.

Добавьте получившуюся смесь к черствому хлебу, туда же добавьте яйца, приправьте солью, перцем и мускатным орехом и хорошо вымесите. Посыпьте мукой и оставьте на 20 минут. Вылепите из теста небольшие кнедлики. Выложите их на противень и готовьте в духовом шкафу на пару 15-20 минут.

подавайте блюдо, заправив его сливочным маслом и пармезаном, предварительно растопив сливочное масло на медленном огне до янтарного цвета.

Примечание

Ботиро ди Примьеро ди мальга — уникальное натуральное альпийское масло из сырых сливок, которое изготавливается на пастбищах Примьеро, между доломитовыми вершинами Пале-ди-Сан-Мартино и горами Лагорай. Ботиро на местном диалекте означает «масло», а мальга — «хижина». Можно попробовать заменить его топленным маслом.

Черный перец Римбас выращивается в малазийском штате Саравак, недалеко от реки Римбас. Его можно заменить доступной вам разновидностью черного перца.



Трентино — Альто-Адидже
Ristorante Pitzock

Отварная говядина

Приготовление



2 часа 10 минут

Количество порций



4 порции

Настройки духового шкафа



Пар 100°C

Основное блюдо

Ингредиенты

- 800 г тирольской серой говядины 🍖
- Молотый черный перец римбас 🌶️
- 1 ч. л. ягод можжевельника
- 2 г белого перца горошком
- 2 лавровых листа
- Тимьян
- Розмарин
- 2 моркови
- 100 г сельдерея
- 50 г корня петрушки
- 100 г лука
- Соль

Приготовление

Очистите морковь, сельдерей, лук и корень петрушки, нарежьте все кубиками. Мясо промойте, обсушите и хорошо приправьте солью и перцем.

Выложите мясо на противень вместе с нарезанными овощами, горошками белого перца, ягодами можжевельника, тимьяном, розмарином и лавровым листом.

Добавьте щепотку соли и готовьте в духовом шкафу на пару при температуре 100°C около 2 часов.

приготовленное мясо тонкими ломтиками поперек волокон и выложите на сервировочное блюдо вместе с овощами.

Примечание

Тирольская серая говядина — мясо альпийской породы крупного рогатого скота Тирольский серый из австрийского Тироля и итальянского Южного Тироля. Можно заменить говядиной высокого качества.

Черный перец Римбас выращивается в малазийском штате Саравак, недалеко от реки Римбас. Его можно заменить доступной вам разновидностью черного перца.



Трентино — Альто-Адидже
Ristorante Pitzock

Крем-брюле с кофе Уэуэтенанго

Приготовление



1 час

Количество порций



4 порции

Настройки духового шкафа



Пар 85°C

Десерт

Ингредиенты

- 180 мл сливок
- 100 мл молока
- 3 яичных желтка
- 50 г сахара
- 1/4 стручка ванили
- 2 г кофе Уэуэтенанго

Приготовление

Подогрейте молоко с кофе и оставьте 30 минут остывать. Процедите через ситечко, чтобы кофе остался в фильтре, а у молока сохранился только вкус кофе.

Пробейте в блендере все остальные ингредиенты с молоком в течение нескольких секунд. Разлейте смесь по формочкам для крем-брюле.

Поставьте формочки на противень в духовой шкаф и накройте бумагой для выпечки, чтобы на десерте не оседала влага.

Готовьте на пару в течение 28 минут при температуре 85°C.

Затем дайте крем-брюле остыть, посыпьте коричневым сахаром и карамелизуйте с помощью паяльной лампы.

Примечание

Кофе из региона Уэуэтенанго (Гватемала) обладает вкусом сухофруктов и шоколадным послевкусием, он выращен на известковой почве. Продается в России.



Трентино — Альто-Адидже
Ristorante Pitzock

Гигантские свекольные равиоли с начинкой из оленины и овощей

Приготовление



1 час 30 минут

Количество порций



4 порции

Настройки духового шкафа



Пар 100°C

Первое блюдо

Ингредиенты

Для теста

- 200 г рисовой муки + 100 г пшеничной хлебопекарной муки (итальянский тип 00)
- 100 мл теплой воды
- 100 г вареной свеклы
- Щепотка морской соли из Червии 🍷

Для начинки

- 500 г фарша из оленины
- 1 головка белого лука Куреджо и Фонтането 🍷
- 1 стакан красного вина
- 1 стакан овощного бульона
- Соль

- 100 г моркови
- Уксус
- 100 г красного лука
- 100 г ошпаренных одуванчиков
- 100 г ошпаренной спаржи
- 200 г панировочных сухарей
- 200 г сыра пармезан из молока коров бьянка моденезе 🍷
- 2 яйца
- 1 зубчик чеснока
- Перец
- Мускатный орех
- Сметана

Приготовление

Мелко нарезанный лук обжарьте на сковороде с небольшим количеством растительного масла. Положите туда мясо и готовьте на сильном огне, пока лук не станет золотистым. Добавьте стакан красного вина и выключите огонь, дайте остыть.

Овощи нарежьте кубиками. Мелко порежьте одуванчики. Обжаривайте овощи по отдельности на сковороде с небольшим количеством растительного масла, зубчиком чеснока

и солью. Затем смешайте все овощи и дайте остыть. Смешайте мясо с овощами, добавьте пармезан, панировочные сухари и яйца. Начинка должна получиться сочной, поэтому при необходимости добавьте овощной бульон.

Смешайте два вида муки, насыпьте горкой, сделайте в центре углубление и добавьте туда воду и пюре из вареной свеклы. Замесите плотное тесто, заверните его в пищевую пленку и дайте отдохнуть 15 минут.

Раскатайте тесто в тонкий пласт. С помощью формочки для равиоли вырежьте кружки и выложите на каждый ложку начинки. Сложите кружки пополам и защипните края. Разогрейте духовой шкаф до температуры 100°C и готовьте равиоли на пару 5 минут на противне с антипригарным покрытием, предварительно смазав его растительным маслом. Переложите равиоли в сковороду с антипригарным покрытием, смазанную растительным маслом, и обжарьте до золотистой корочки. Добавьте немного уксуса, полстакана подсоленной воды и немного сливочного масла. Накройте крышкой и варите не менее 3-4 минут.

Выложите равиоли на сервировочное блюдо, полейте бульоном из сковороды и украсьте сметаной, перцем и мускатным орехом по вкусу.

Примечание

Морская соль из Червии может быть заменена нерафинированной морской солью.

Белый лук из муниципалитетов Куреджо и Фонтането (регион Пьемонт) замените на белый репчатый лук.

Пармезан из молока коров породы бьянка моденезе можете заменить на любой другой пармезан.

Трентино — Альто-Адидже
Ristorante Pitzock

Нежный кофейный бисквит

Приготовление



26 минут

Количество порций



4 порции

Настройки духового шкафа



Комбинированный режим
с паром 180°C

Десерт

Ингредиенты

- 4 целых яйца + 2 яичных белка
- 100 г сахарной пудры
- 50 г муки
- 50 г картофельного крахмала

- 8 г какао Чонтальпа
- 15 г кофе Уэуэтенанго
- 10 г сахара
- Полпакетика дрожжей

Приготовление

Взбейте яичные белки с сахаром до стойких пиков.

Затем смешайте желтки с сахарной пудрой и нагрейте смесь до 50°C. Взбейте смесь электрическим миксером. Просейте муку, крахмал, какао, дрожжи и кофе и аккуратно вмешайте все в яичную смесь с сахаром.

Затем аккуратно введите взбитые белки и готовьте все в духовом шкафу на комбинированном режиме с паром в течение 35 минут при температуре 180°C.

Этот бисквит можно использовать как основу для тортов с начинкой из крема или для других десертов.

Примечание

Какао Чонтальпа производится в мексиканском штате Табаско, в области Чонтальпа. Можно заменить на какао-порошок высокого качества.

Кофе из региона Уэуэтенанго (Гватемала) обладает вкусом сухофруктов и шоколадным послевкусием, он выращен на известковой почве. Продается в России.



Трентино — Альто-Адидже
Ristorante Pitzock

Каппон магро

Приготовление



3 часа

Количество порций



4 порции

Настройки духового шкафа



Пар 90°C

Основное блюдо

Ингредиенты

- 500 г кальмаров
- 1,5 кг дорады или светлой умбрины
- 2 кг мидий
- 500 г креветок без головы
- 10 целых креветок
- 6 лангустинов + 2 лобстера
- 5 морковок + 5 кабачков
- 200 г стручковой фасоли
- 500 г картофеля
- 4 артишока + 1 кочан цветной капусты
- 1 вареная свекла
- 2 стебля сельдерея
- Соль и итальянское оливковое масло первого холодного отжима
- 2 вареных яйца

- 8 галет San Rocco di Camogli gallette del marinaio
- 50 г каперсов + 80 г оливок
- 8 обессоленных лигурийских анчоусов
- 80 г тунца мохама

Для соуса сальса верде

- 300 г петрушки
- 400 г итальянского оливкового масла первого холодного отжима
- 2 вареных яичных желтка
- 100 г анчоусов в масле
- 100 г каперсов
- 200 г хлеба
- 120 мл белого уксуса
- Соль

Приготовление

Для приготовления соуса сальса верде замочите хлеб в уксусе и добавьте листья петрушки. Добавьте остальные ингредиенты и перемешайте, приправив солью и уксусом.

Почистите кальмары, удалив внутренности и внешнюю пленку. Нарежьте кальмары соломкой и запекайте в духовом шкафу на пару около 8 минут.

Белую рыбу почистите и отделите филе. Готовьте рыбу на пару около 3 минут при температуре 90°C, затем сбрызните оливковым маслом.

Очистите мидии, удалив пучки нитей с раковин. Затем поставьте мидии в духовой шкаф и готовьте на пару 10-12 минут, пока раковины не откроются.

Очистите креветки без головы, удалив центральную прожилку. Затем поставьте креветки в духовой шкаф и готовьте на пару 3 минуты при температуре 90°C.

Оставьте креветки с головой и лангустины целыми и готовьте в духовом шкафу на пару при температуре 90°C в течение 4 минут.

Варите лобстеров в кастрюле в большом

количестве воды 9 минут, затем разрежьте пополам, сломайте клешни и выньте все мясо.

Нарежьте очищенную морковь и кабачки кружочками. Готовьте на пару в течение 6 минут, затем приправьте оливковым маслом и солью.

Очистите артишоки, нарежьте дольками и готовьте в духовом шкафу на пару около 35 минут, приправив оливковым маслом и солью.

Очистите сельдерей, нарежьте небольшими кусочками и готовьте в духовом шкафу на пару несколько минут. Так же подготовьте стручковую фасоль и готовьте 12-14 минут.

Разберите цветную капусту на соцветия и готовьте в духовом шкафу на пару примерно 8-10 минут. Картофель готовьте на пару 30 минут. После этого очистите от кожуры и нарежьте ломтиками.

Когда все ингредиенты будут готовы, выложите их на блюдо. Обмакните галеты в воду с уксусом и выложите в центр блюда. По краю тарелки выложите нарезанные кружочками морковь и цукини.

Сверху на галеты выложите соус сальса верде и положите слоями рыбу, овощи и соус.

Очистите анчоусы от костей и выложите на блюдо вместе с оливками и каперсами. Украсьте блюдо креветками, лангустинами, омарами, мидиями и яйцами, нарезанными дольками. В конце добавьте кусочки вареной свеклы и тунца мохама.

Примечание

Капон магро — изысканный генуэзский салат из морепродуктов и овощей, сложенный в виде пирамиды и заправленный зеленым соусом. Обычно готовится на Рождество.

Галеты из городка Сан-Рокко-ди-Камольи (San Rocco di Camogli gallette del marinaio) можно заменить на простые галеты.



Трентино — Альто-Адидже
Ristorante Pitzock

Сэндвич из зернового хлеба «5 злаков» с осьминогом

Приготовление



1 час 30 минут

Количество порций



4 порции

Настройки духового шкафа



Пар 100°C

Основное блюдо

Ингредиенты

- 4 булочки из зернового хлеба «5 злаков» по 95 г каждая
- 1 осьминог весом около 1 кг
- 2 стебля сельдерея
- 100 г каперсов из Салины 🌿
- 100 г лука
- 1 анчоус
- Немного чеснока
- Петрушка + базилик
- Лимон
- Итальянское оливковое масло первого холодного отжима 🌿
- Белое или красное вино
- Подсолнечное масло
- Уксус
- Соль, перец

Приготовление

Для приготовления соуса сальса верде нарежьте каперсы с анчоусами, небольшую луковицу и немного чеснока. Добавьте петрушку, несколько листьев базилика и смешайте все с небольшим количеством лимонного сока и оливковым маслом первого холодного отжима.

Очистите осьминога, выпотрошив из головы все внутренности. Для этого выверните голову наизнанку и срежьте внутренности ножом. Удалите клюв. Обжарьте осьминога на сковороде с оливковым маслом на сильном огне и залейте белым или красным вином. После того как жидкость выкипит, накройте крышкой и готовьте на пару около 45 минут. Затем дайте осьминогу остыть под накрытой крышкой.

Для приготовления рыбного майонеза процедите бульон, образовавшийся при приготовлении

осьминога, добавьте подсолнечное масло, уксус и лимон.

Булочку разрежьте пополам и подогрейте в духовке 3 минуты при температуре 180°C. Намажьте одну половинку соусом сальса верде, выложите салат из сельдерея, заправленный оливковым маслом, солью и перцем, затем предварительно поджаренного осьминога и карамелизированный лук. Вторую половину булочки намажьте рыбным майонезом. Добавьте лук, каперсы из Салины и закройте сэндвич.

Примечание

Каперсы с острова Салина можно заменить другими каперсами итальянского производства.



Трентино — Альто-Адидже
Ristorante Pitzock

Сэндвич со свиной грудинкой мора романьола

Приготовление



15 часов 30 минут

Количество порций



8 порции

Настройки духового шкафа



Пар 80°C

Основное блюдо

Ингредиенты

Для булочек

- 900 г хлебопекарной муки (итальянский тип 00)
- 100 г жерновой муки 1-го или 2-го типа
- 10 г свежих пивных дрожжей
- 50 г сахара
- 50 г итальянского оливкового масла первого холодного отжима
- Пол-литра молока
- 20 г соли

Для свиной грудинки

- 1,5 кг свиной грудинки мора романьола

- 1 звездочка аниса
- 1 ч. л. фенхеля
- Ползубчика чеснока
- Соль

Для гарнира из овощей и соуса

- 150 мл традиционного бальзамического уксуса из Модены
- 2 анчоуса в масле
- Полкочана краснокочанной капусты
- Пол-луковицы
- 8 столовых ложек майонеза
- 1 ст. л. кетчупа
- Соль, перец

Примечание

Мора романьола — итальянская порода свиней, родиной которой является Эмилия-Романья. В качестве замены может быть свинина высокого качества.

Приготовление

Нарежьте свинину кубиками по 150 граммов каждый, приправьте солью, специями и маринуйте, завакуумировав в пакете весь день. Вечером поместите вакуумный пакет в духовой шкаф и готовьте мясо на пару при температуре 80°C в течение 15 часов. Прежде чем вынуть мясо из духовки и дать ему остыть, убедитесь, что оно мягкое. Если мясо не достаточно мягкое, продолжайте его готовить.

Для приготовления булочек смешайте муку, молоко, сахар, дрожжи и соль и замесите тесто. Когда оно станет плотным и эластичным, понемногу влейте оливковое масло. Положите тесто в смазанную маслом емкость, накройте пищевой пленкой и оставьте подниматься при комнатной температуре. Через несколько часов тесто увеличится в объеме вдвое. Сформируйте шарики по 120 граммов каждый и раскатайте их скалкой. Выложите лепешки на противень, выстланный бумагой для выпечки, на расстоянии друг от друга и накройте пищевой пленкой. Когда булочки снова увеличатся в объеме, поставьте их в духовой шкаф и готовьте на пару 20 минут при температуре 100°C. Очень мелко нарежьте лук и капусту, добавьте анчоусы, соль и перец.

Дайте булочкам остыть 5 минут. Приготовьте соус, смешав кетчуп и майонез. Подогрейте булочку, выложите свиную грудинку на тарелку с небольшим количеством масла до образования корочки, приправьте солью и смажьте бальзамическим уксусом. Надрежьте булочки, в каждую положите овощи, сверху выложите свиную грудинку и смажьте все соусом.



Эмилия-Романья
Amburgheria Creativa

Суфле из лука-порей с фондю из сыра пекорино

Приготовление



2 часа

Количество порций



8 порции

Настройки духового шкафа



Комбинированный режим с паром 150°C

Закуска

Ингредиенты

- 10 стеблей лука-порей
- 8 яичных желтков
- 200 г тертого сыра пармезан
- 150 мл итальянского оливкового масла первого холодного отжима
- Соль, перец

Для фондю

- 600 г сыра пекорино из Монтанья-Пистойезе

- 200 г сыра таледжио
- 250 мл свежих сливок
- 250 г свежего молока

Для соуса бешамель

- 85 г муки
- 200 г сыра пекорино из Монтанья-Пистойезе
- 100 г сливочного масла из Альто-Эльво
- 1 литр свежего молока

Приготовление

Почистите лук-порей и нарежьте тонкими кольцами. Положите в кастрюлю с оливковым маслом, посолите и поперчите. Готовьте на сильном огне, пока не выкипит вся жидкость и лук не будет прилипать ко дну, но не пригорать. Снимите кастрюлю с огня на 15 минут, затем снова поставьте на огонь и хорошо перемешайте.

За это время приготовьте соус бешамель. Для этого в кастрюле растопите 100 граммов сливочного масла, выключите огонь и всыпьте всю муку. Перемешайте венчиком до получения золотистой массы, включите огонь и добавьте немного теплого молока. Снова перемешайте до загустения массы, влейте оставшееся молоко и перемешивайте до получения густого крема. В конце добавьте сыр пекорино и соль.

Выложите лук-порей, желтки, пармезан на большой противень и все перемешайте; добавьте соус бешамель, тщательно перемешайте еще раз и вылейте в смазанную маслом форму для запекания. Выпекайте в духовом шкафу на комбинированном режиме с паром примерно 30 минут при температуре 150°C. Когда поверхность суфле приобретет золотистый оттенок и немного поднимется, выньте форму из духовки и дайте остыть при комнатной температуре.

Приготовьте фондю. Для этого подогрейте молоко и сливки в кастрюле. Добавьте нарезанные небольшими кусочками сыры таледжио и пекорино. Готовьте на слабом огне, постоянно помешивая, пока масса не станет кремообразной. Взбейте миксером.

Примечание

Сыр пекорино из овечьего молока из Монтанья-Пистойезе (Тоскана) можно заменить на пекорино другого производителя.

В качестве альтернативы сливочному маслу из Альто-Эльво (регион Пьемонт) может выступить натуральное высококачественное сливочное масло других фермеров.



Тоскана
Antico Ristoro Le Colombaie

Мясной рулет из баранины помаранчино с артишоками

Приготовление



1 час 30 минут

Количество порций



8 порции

Настройки духового шкафа



Комбинированный режим
с паром 160°C

Основное
блюдо

Ингредиенты

- Пловина поясничной части баранины породы помаранчино 🍷
- 6 артишоков
- 1 лимон
- 2 веточки розмарина
- 1 пучок шалфея
- 1 пучок тимьяна
- 1 зубчик чеснока
- 200 мл красного вина
- 200 мл белого вина
- 200 мл итальянского оливкового масла первого холодного отжима 🍷
- Соль, перец

Приготовление

Нарежьте розмарин, шалфей, тимьян, зубчик чеснока и немного цедры лимона. Очистите артишоки, нарежьте их на кусочки и положите в посуду с водой и лимоном. Разложите баранину на рабочей поверхности, сверху выложите лимон, посыпьте измельченными травами и чесноком, приправьте солью и перцем.

Просушить артишоки и выложите на мясо. Скрутите мясо в тугий рулет, плотно обмотайте шпагатом и обвяжите, как салями. Выложите рулет на противень, сбрызните оливковым маслом, посыпьте оставшимися травами, посолите и поперчите.

Готовьте в духовом шкафу на комбинированном режиме с паром примерно 1 час при температуре 160°C. В середине приготовления добавьте вино.

Примечание

Помаранчино — местная порода тосканских овец, имеет ограниченное распространение. Попробуйте заменить её фермерской бараниной высокого качества.



Тоскана
Antico Ristoro Le Colombaie

Хлебный пирог марокка ди Казола

Приготовление



1 час

Количество порций



8 порции


Настройки духового шкафа



Комбинированный режим
с паром 200°C

Десерт

Ингредиенты

- 2 яйца
- 200 г сахара
- 200 г тростникового сахара
- 100 г сливочного масла
- 400 г хлеба марокка ди Казола  или хлеба из каштановой муки
- 500 мл свежего молока
- 1 пакетик дрожжей
- 80 г грецких орехов
- 70 г очищенного миндаля
- 50 г кедровых орешков
- 150 г изюма
- 50 мл белого рома
- Соль

Приготовление

Взбейте желтки с сахаром и сливочным маслом. Отдельно взбейте яичные белки с щепоткой соли и поставьте в холодильник. Изюм замочите в теплой воде с ромом.

Хлеб из каштановой муки нарежьте тонкими ломтиками и положите в кастрюлю с молоком. Когда хлеб впитает молоко, отожмите хлеб и смешайте со взбитыми желтками. Добавьте в кастрюлю крупно порубленные орехи, изюм, все перемешайте, затем добавьте взбитые белки и дрожжи.

Смажьте форму для запекания сливочным маслом, выложите и равномерно распределите тесто и посыпьте тростниковым сахаром. Выпекайте в духовом шкафу на комбинированном режиме с паром около 40 минут при температуре 200°C, пока верх пирога не станет золотистым.

Примечание

Каштановый хлеб марокка из Казолы получил своё название от коммуны Казола-ин-Луниджана (Тоскана). Название марокка происходит от диалектного слова «марокат», что означает «неподатливый»: раньше тесто из каштана получалось довольно твёрдым. Сегодня в состав этого вида хлеба, кроме каштановой, входит пшеничная мука, варёная и размятая в пюре картошка, которая придаёт хлебу воздушность. Для того, чтобы приготовить этот десерт, попробуйте найти в продаже или испечь хлеб из каштановой муки.



Тоскана
Antico Ristoro Le Colombaie

Помидоры, фаршированные рисом

Приготовление



1 час 40 минут

Количество порций



4 порции

Настройки духового шкафа



Комбинированный режим
с паром 180°C

Основное
блюдо

Ингредиенты

- 6 крупных неаполитанских помидоров
- 1 кг картофеля
- 200 г риса грумоло-делле-аббадессе или виалоне нано

- Несколько листьев базилика
- 1 головка белого лука
- 2 стебля сельдерея

Приготовление

Срежьте верхушки у помидоров и извлеките мякоть. Протрите томатную мякоть вместе с нарезанным луком и сельдереем через сито для протирки овощей и перелейте смесь в посуду.

Добавьте к овощному пюре рис и базилик. Немного подогрейте для насыщенного аромата. Снимите с огня, охладите 15 минут и начините помидоры этой массой.

Нарежьте картофель крупными дольками и выложите на противень.

Наверх выложите помидоры и готовьте в духовом шкафу на пару около 50 минут при температуре 180°C.

Примечание

Грумоло-делле-аббадессе и виалоне нано — итальянские сорта риса, отличающиеся повышенным содержанием крахмала и сохраняющие форму при варке. В России можно найти в розничной продаже и в интернет-магазинах.



Лацио
Osteria del Velodromo Vecchio

Рататуй

Приготовление



1 час 15 минут

Количество порций



4 порции

Настройки духового шкафа



Комбинированный режим
с паром 210°C

Гарнир

Ингредиенты

- 2 крупных цукини романеско
- 2 баклажана
- 2 клубня молодого картофеля
- 300 г помидоров черри
- 1 головка белого лука из Фара-Фильорум-Петри 🌱
- Несколько листиков базилика
- Несколько листиков мяты
- Итальянское оливковое масло первого холодного отжима 🌿
- Соль
- Перец

Приготовление

Промойте овощи и нарежьте кубиками.

Помидоры черри разрежьте пополам.

Выложите нарезанные овощи на противень, щедро полейте оливковым маслом первого холодного отжима.

Приправьте солью и перцем; добавьте листики базилика и мяты.

Готовьте в духовом шкафу на комбинированном режиме с паром около 45 минут при температуре 210°C.

Примечание

В коммуне Фара-Фильорум-Петри (регион Абруццо) выращивают белый лук, который трудно достать в России, и его придется заменить на белый лук других производителей.



Лацио
Osteria del Velodromo Vecchio

Запеченная треска с картофелем

Приготовление



1 час 20 минут

Количество порций



6 порции

Настройки духового шкафа



Комбинированный режим
с паром 180°C

Основное
блюдо

Ингредиенты

- Филе вымоченной трески весом около 800 г
- 400 г молодого картофеля
- 200 г свежих помидоров черри или даттерини
- 2 головки белого лука из Фара-Фильорум-Петри 🌱
- Итальянское оливковое масло первого холодного отжима 🌱
- Соль
- Перец

Приготовление

Предварительно замочите треску и затем снимите с нее кожу.

Выложите на противень нарезанный кружочками картофель.

На картофель выложите треску.

Помидоры черри разрежьте пополам и очень мелко нарежьте две луковицы. Выложите овощи на противень к рыбе, приправьте маслом, солью и перцем.

Готовьте на комбинированном режиме с паром при температуре 180°C около 1 часа.

Примечание

В коммуне Фара-Фильорум-Петри (регион Абруццо) выращивают белый лук, который трудно достать в России, и его придется заменить на белый лук других производителей.

Даттерини — сорт помидоров, напоминающих по размеру черри, родом с юга Сицилии. Название пошло от итальянского слова date, что переводится как «финик», поскольку форма плодов напоминает финики.



Торт с анчоусами и цукини

Приготовление



1 час 20 минут

Количество порций



4 порции

Настройки духового шкафа



Комбинированный режим
с паром 180°C

Основное
блюдо

Ингредиенты

- 1 кг свежих анчоусов менаика без костей 🌱
- 1 крупный цукини романеско
- 2 зубчика чеснока из Уфиты 🌱
- итальянское оливковое масло первого холодного отжима 🌱
- соль, перец

Приготовление

Цукини нарежьте полосками и полностью выложите ими противень, сверху выложите анчоусы, удалив голову, внутренности и позвоночник.

Приправьте солью, измельченным чесноком, перцем и маслом.

Затем снова выложите слой цукини и слой анчоусов.

Запекайте в духовом шкафу на комбинированном режиме с паром 25 минут при температуре 180°C до образования золотистой корочки.

Выньте из духовки, дайте постоять 10 минут, прежде чем разрезать на порции.

Подавайте, украсив листиками петрушки.

Примечание

Менаика — способ ловли анчоусов (другое название этой мелкой морской рыбы — хамса). Рыбаки используют сети особого плетения (они и называются менаика), ячейки которых позволяют мелкой рыбешке беспрепятственно проплывать через сеть, зато крупный анчоус запутывается в ней головой.

Полное название цукини романеско — включает еще слово *costata*, что означает «ребристый римский». Его плоды длинные с четко выраженными гранями (рёбрами). Цвет плода серо-зелёный с бледными пятнами и полосками на рёбрах, а вкус нежный и ароматный. Можно купить в России.

Чеснок из Уфиты — это чеснок с высоким содержанием эфирных масел из долины реки Уфита (регион Кампания). Замените на фермерский чеснок высокого качества.



Раaviоли с начинкой из трески на пару

Приготовление



3 часа

Количество порций



5 порций

Настройки духового шкафа



Пар 100°C

Первое блюдо

Ингредиенты

Для теста

- 500 г хлебопекарной муки (итальянский тип 00)
- 1 ч. л. соли
- Вода

Для начинки

- 400 г филе трески
- Пол-литра молока
- 150 г сливочного масла
- 50 г рисовой муки

- Мускатный орех
- 1 небольшой лук-шалот
- 200 г тертого сыра пармиджано реджано

Для соуса

- 500 г зеленого горошка 🌱
- 1 лук-шалот
- Итальянское оливковое масло первого холодного отжима 🌿
- Соль, перец

Приготовление

Насыпьте муку горкой, сделайте в центре углубление, влейте туда немного воды и добавьте соль. Замесите эластичное тесто, заверните его в пищевую пленку и уберите в холодильник минимум на 30 минут. Для начинки растопите на сковороде треть сливочного масла и обжарьте мелко нарезанный лук-шалот. Затем добавьте в сковороду нарезанное филе трески, накройте крышкой и готовьте примерно 15 минут.

Приготовьте соус бешамель. Растопите оставшееся сливочное масло на слабом огне и всыпьте рисовую муку. Постепенно влейте молоко, постоянно помешивая соус до загустения, в конце добавьте тертый мускатный орех. Добавьте к соусу приготовленную треску, пармезан, все тщательно перемешайте и дайте остыть.

Для зеленого соуса обжарьте в сковороде нарезанный лук-шалот на оливковом масле, добавьте горошек, приправьте солью и перцем. Когда горошек приготовится, переложите его в блендер и хорошо пробейте.

Достаньте тесто из холодильника и раскатайте в пласт толщиной примерно 1,5 миллиметра. Положите пласт теста на форму для равиоли, сделайте углубления и наполните их начинкой. Накройте вторым пластом теста и прокатайте скалкой, чтобы вырубить равиоли. Выложите равиоли на перфорированный противень и готовьте на пару около 10 минут при температуре 100°C. Подогрейте гороховый соус и выложите на дно сервировочной тарелки, сверху выложите равиоли и покапайте оливковым маслом первого холодного



Кампания
Ristorante La Lanterna

Треска с салатом эскарриоль

Приготовление



1 час

Количество порций



4 порции

Настройки духового шкафа



Пар 100°C

Основное блюдо

Ингредиенты

- 800 г филе трески
- 2 головки салата эскарриоль
- 50 г очищенных грецких орехов
- 20 г кедровых орехов
- 1 ч. л. каперсов
- Итальянское оливковое масло первого холодного отжима 🌿
- 100 г черных оливок без косточек
- 1 зубчик чеснока
- 4 филе анчоусов менаика 🌿

Приготовление

Салат эскарриоль очистите и промойте, немного потушите в закрытой кастрюле, слейте воду.

Обжарьте чеснок в оливковом масле, добавьте каперсы, кедровые и грецкие орехи, салат эскарриоль и оливки. Готовьте около 10 минут.

Разделите филе трески на четыре порции, выложите в противень, сбрызните оливковым маслом и запекайте на пару около 15 минут при температуре 100°C.

Выложите на блюдо салат эскарриоль, сверху — филе трески и украсьте анчоусами

Примечание

Салат эскарриоль — разновидность цикорного салата. Можно заменить на эндивий.

Менаика — способ ловли анчоусов (другое название этой мелкой морской рыбы — хамса). Рыбаки используют сети особого плетения (они и называются менаика), ячейки которых позволяют мелкой рыбешке беспрепятственно проплывать через сеть, зато крупный анчоус запутывается в ней головой.



Капоната с треской и овощами

Приготовление



1 час

Количество порций



4 порции

Настройки духового шкафа



Пар 100°C

Основное блюдо

Ингредиенты

- 4 хрустящих хлебца фризелле
- 400 г трески
- 1 морковь
- 1 цукини
- 2 неаполитанских перца папачелле (1 красный и 1 желтый) 🌶️
- 1 стебель сельдерея
- 150 г оливок черного и зеленого цвета без косточки 🌿
- Итальянское оливковое масло первого холодного отжима
- Винный уксус
- Несколько листьев базилика
- Соль

Приготовление

Сбрызните треску маслом и готовьте в духовом шкафу на пару при температуре 100°C в течение 13 минут, посолите и проверьте готовность; мякоть должна легко отделяться. Дайте остыть.

Нарежьте овощи кубиками и готовьте в духовом шкафу на пару около 5 минут при температуре 100°C. Когда овощи остынут, посолите их, приправьте оливковым маслом и сбрызните винным уксусом.

Смочите фризелле, выложите на них овощи и сверху филе рыбы. Украсьте блюдо оливками, щедро покапайте оливковым маслом и добавьте листики базилика.

Примечание

Капоната — традиционное сицилийское блюдо, вид овощного рагу.

Фризелле — разновидность итальянского хлеба родом из южных регионов страны, он выпекается дважды: первый раз — почти до готовности, во второй раз — до румяности.

Неаполитанский перец папачелле (или папачелла) имеет круглую форму и толстые, мясистые, сочные, сладкие и хрустящие стенки. Попробуйте найти в супермаркете или на рынке что-то подобное.



Фокачча с белым луком из Маргерита-ди-Савойя, оливками Челлина ди Нардо и томатами фьяскетто из Торре Гуачето

Приготовление



5 часов 15 минут

Количество порций



4 порции

Настройки духового шкафа



Комбинированный режим
с паром 180°C

Закуска

Ингредиенты

- 250 г хлебопекарной муки (итальянский тип 0)
- 250 г манки тонкого помола
- 5 г свежих дрожжей
- Итальянское оливковое масло первого холодного отжима 🌿
- 10 оливок Челлина ди Нардо без косточек
- 8 томатов Фьяскетто из Торре Гуачето 🌿
- 1 луковица среднего размера
- Соль

Приготовление

В миске растворите дрожжи в воде, добавьте муку, манку и половину столовой ложки соли. Все перемешайте, чтобы получилось однородное тесто.

Накройте полотенцем и оставьте подниматься 2 часа при комнатной температуре.

Выложите тесто на смазанный оливковым маслом противень, добавьте тонко нарезанный лук, помидоры и оливки. Немного посолите и сбрызните оливковым маслом.

Оставьте подниматься 3 часа. Выпекайте в духовом шкафу на комбинированном режиме с паром при температуре 180°C около 30 минут.

Примечание

Фоккача — итальянская пшеничная лепёшка, которую готовят из различных видов теста.

Челлина ди Нардо — сорт оливок из юго-восточной итальянской провинции Апулия. Можно найти в российских магазинах.

Фьяскетто — сладкие и сочные томаты из местности Торре Гуачето в провинции Бринди-зи (Апулия).

Белый лук из Маргерита-ди-Савойя, коммуны в регионе Апулия, в провинции Барлетта-Андрия-Трани, замените на фермерский лук высокого качества.



Апулия
La Locanda di Nonna Mena

Тиелла из полбы с сезонными овощами, мидиями и свежими кальмарами

Приготовление



1 час 30 минут

Количество порций



4 порции

Настройки духового шкафа



Комбинированный режим
с паром 150°C

Основное
блюдо

Ингредиенты

- 200 г полбы
- 10 помидоров Реджина из Торре-Канне 🇮🇹
- 1 кг мидий
- 500 г кальмаров
- 100 г горошка
- 1 цукини
- 1 картофелина среднего размера
- Чеснок
- Красный лук из Аквавивы 🇮🇹
- Итальянское оливковое масло первого холодного отжима 🇮🇹
- Соль, перец

Приготовление

Очистите мидии и готовьте их в закрытой сковороде, пока раковины не откроются и не выделится сок. Слейте бульон от мидий в посуду.

Смажьте противень оливковым маслом и посыпьте измельченным чесноком. Выложите нарезанный ломтиками картофель, мидии в половинках раковин, сверху выложите горошек, кальмары и промытую полбу. Добавьте нарезанные помидоры, цукини и половину измельченной луковицы.

Залейте все бульоном от мидий, посолите, поперчите и запекайте на комбинированном режиме с паром 45 минут при температуре 150°C.

Примечание

Тиелла (или тьелла) — итальянская слоеная запеканка из овощей. Ее можно употреблять как закуску, и как основное блюдо.

Красный лук из Аквавивы – сладкий лук, который выращивают в Аквавива-делле-Фонти (регион Апулия). Можно заменить на ялтинский лук.

Реджина из Торре-Канне (регион Апулия) – местный сорт томата. Ягоды маленькие и круглые.



Апулия
La Locanda di Nonna Mena

Запеченные овощи в конверте

Приготовление



45 минут

Количество порций



4 порции

Настройки духового шкафа



Комбинированный режим
с паром 200°C

Гарнир

Ингредиенты

- 2 луковицы
- 500 г картофеля
- 1 качан брокколи
- 4 моркови Полиньяно 🌿

- Итальянское оливковое масло первого холодного отжима 🌿
- Петрушка
- Соль, перец

Приготовление

Отварите брокколи в течение 3 минут.

Нарежьте картофель, лук, морковь, разделите все овощи на 4 порции и выложите на 4 листа бумаги для выпечки. Приправьте оливковым маслом, солью, перцем и петрушкой.

Плотно закройте конверты и запекайте на комбинированном режиме с паром около 30 минут при температуре 200°C

Примечание

Разноцветная морковь Полиньяно — специалитет из Полиньяно-а-Маре, одного из самых красивых и живописных городов Апулии. Эти корнеплоды разной формы и окраски обладают особым вкусом. Равноценную замену им найти сложно, поэтому можно посоветовать просто морковь высокого качества.



Запеченные артишоки

Приготовление



1 час

Количество порций



4 порции


Настройки духового шкафа



Комбинированный режим
с паром 180°C

Гарнир

Ингредиенты

- 16-20 артишоков, в зависимости от размера
- Лимонный сок
- Вяленые томаты фьяскетто из торре гуачето
- Итальянское оливковое масло первого холодного отжима 
- Соль

Приготовление

Промойте артишоки и положите в воду с лимонным соком, чтобы они не потемнели. Выложите артишоки на противень, добавьте оливковое масло первого холодного отжима, вяленые томаты Фьяскетто из Торре Гуачето и посолите.

Запекайте на комбинированном режиме с паром при температуре 180°C около 30 минут.

Примечание

Если не удастся купить заявленные в рецепте вяленые томаты сорта Фьяскетто из местности Торре Гуачето (регион Апулия) замените их на вяленые томаты другого итальянского производителя.



Домашний хлеб на закваске

Приготовление



18 часов

Количество порций



4 порции

Настройки духового шкафа



Комбинированный режим
с паром 175°C

Ингредиенты

- 1 кг муки (из пшеницы тимилия, русселло или майорка)
- 500 мл воды
- 14 г морской соли из Трапани
- 5 мл оливкового масла первого холодного отжима
- 100 г сухой хлебной закваски

Приготовление

Разведите закваску в теплой воде. Оставьте немного теплой воды, в которой растворите чайную ложку соли. В большой миске смешайте руками муку, воду и закваску.

Добавьте оливковое масло. Тесто должно получиться очень мягким и липким. Ближе к концу замешивания добавьте соленую воду. Не добавляйте все сразу, так как соль замедляет действие дрожжей, и тесто может не подняться. Накройте миску крышкой и оставьте тесто подниматься при комнатной температуре (около 20°C) на 12-18 часов. Когда тесто увеличится в объеме и появятся пузырьки, выложите тесто на присыпанную мукой поверхность.

Присыпьте тесто сверху мукой, растяните и сложите: берите тесто с двух боков заготовки и складывайте внутрь, аккуратно прижимая, затем сложите два оставшихся конца к центру.

Переверните тесто швом вниз и положите в форму для выпечки. В зависимости от того, любите вы много корочки на хлебе или мало, используйте форму с низкими или высокими бортиками.

Оставьте тесто расстаиваться еще 2-3 часа.

Выпекайте хлеб на комбинированном режиме с паром примерно 50-55 минут при температуре 175°C.

Выньте из духовки и дайте остыть.

Важно оставить хлеб остывать на решетке. Так влага будет медленно испаряться по всей поверхности, делая хлеб очень мягким, с тонкой корочкой. Если вы любите более толстую корочку, отрежьте горбушки с двух сторон, чтобы пар вышел быстрее.

Примечание

Пшеничная мука тимилия — это древний сорт твердой пшеницы из Сицилии. Производится с использованием каменных мельниц в районе Трапани, имеет после помола сероватый цвет.

Русселло и майорка — сорта сицилийской муки высокого качества. Эту муку можно найти в специализированных магазинах итальянских продуктах или заказать через интернет.

Морская соль из Трапани (Сицилия) получается путем естественного испарения. Она имеет особенный мягкий «минеральный» и немного сладковатый вкус. Можно заменить на натуральную соль высокого качества.



Тарт с баклажанами на фондю из сыра пьячентину эннэзе

Приготовление



1 час 20 минут

Количество порций



4 порции

Настройки духового шкафа



Пар 90°C

Закуска

Ингредиенты

Для теста

- 3 баклажана
- 1 органическое яйцо
- 20 г панировочных сухарей из муки тимилия
- 10 г тертого сыра пармиджано реджано
- Оливковое масло первого холодного отжима
- 4 листика базилика
- Морская соль из Трапани
- Перец

Для фондю из сыра пьячентину эннэзе

- 200 мл сливок 35% (можно заменить сливками для взбивания)
- 200 г сыра пьячентину эннэзе
- 4 помидора Сиканьо из Валле-дель-Беличе или 4 помидора черри из Пакино
- Морская соль из Трапани

Приготовление

Разрежьте баклажаны пополам и готовьте в духовом шкафу на пару 15-20 минут при температуре 90°C. Снимите с них кожицу, пробейте в миксере вместе с панировочными сухарями, яйцом, пармезаном, базиликом, морской солью из Трапани и перцем.

Полученную смесь разлейте по формочкам, смазанным маслом, и готовьте в духовом шкафу на пару 40-45 минут при температуре 90°C. Положите натертый сыр «Пьячентину эннэзе» и сливки в кастрюлю и поставьте на умеренный огонь. Как только сыр расплавится и смешается со сливками, снимите с огня и посолите.

Разлейте фондю по тарелкам, сверху выложите тарт. Украсьте блюдо помидорами и подавайте горячим.

Примечание

Морская соль из Трапани (Сицилия) получается путем естественного испарения. Она имеет особенный мягкий «минеральный» и немного сладковатый вкус. Можно заменить на натуральную соль высокого качества.

Сиканьо из долины Валле-дель-Беличе — небольшой мясистый помидор, его выращивают на Сицилии, в районе Сиканских гор.

Черри из города Пакино — сладкие помидоры, которые выращивают на юге Сицилии.



Сицилия
Casa & Putia Ristorante

Картофельные ньокки с фондю из сыра вастедда делла Валле-дель-Беличе и обжаренными моллюсками

Приготовление



2 часа

Количество порций



4 порции

Настройки духового шкафа



Пар 100°C

Закуска

Ингредиенты

Для картофельных ньокки

- 800 г розового картофеля
- 250 г хлебопекарной муки (итальянского сорта 0) или рисовой муки
- Морская соль из Трапани

Для обжаренных моллюсков

- 500 г моллюсков
- Стакан белого вина
- Оливковое масло первого холодного отжима
- Петрушка

Для фондю из сыра вастедда делла Валле-дель-Беличе

- 200 мл сливок 35% (можно заменить сливками для взбивания)
- 200 г сыра вастедда делла Валле-дель-Беличе
- Морская соль из Трапани

Приготовление

Отварите картофель в духовом шкафу на пару в течение 40-45 минут при температуре 100°C. Снимите с картофеля кожицу и разомните в пюре. Добавьте муку, посолите и месите тесто руками, пока оно не станет однородным.

Вылепите из теста небольшие шарики диаметром около 2 сантиметров. Разрежьте шарики на кусочки и аккуратно надавите на каждый из кусочков тыльной стороной вилки.

Моллюски промойте, положите в сковороду, смазанную оливковым маслом, и готовьте, пока раковины не раскроются, затем влейте стакан белого вина. В конце добавьте нарезанную петрушку и снимите сковороду с огня.

Процедите моллюски через тонкое сито, затем снова положите их в процеженный бульон.

Натрите сыр вастедда делла Валле-дель-Беличе, добавьте сливки, посолите и поставьте на умеренный огонь.

Готовьте ньокки на пару около 15 минут при температуре 100°C. Затем переложите их в кастрюлю с фондю и перемешайте. Выложите блюдо в глубокую тарелку и добавьте обжаренные моллюски вместе с бульоном. Подавайте блюдо горячим.

Примечание

Сыр вастедда из молока овцы породы Валле-дель-Беличе производится в сицилийском городе Беличе. Можно заменить на свежий творожный овечий сыр.

Морская соль из Трапани (Сицилия) получается путем естественного испарения. Она имеет особенный мягкий «минеральный» и немного сладковатый вкус. Можно заменить на натуральную соль высокого качества.



Сицилия
Casa & Putia Ristorante

Обжаренный осьминог с сыром страчателла и хрустящим хлебом из муки тимилия

Приготовление



1 час 20 минут

Количество порций



4 порции

Настройки духового шкафа



Пар 100°C

Основное блюдо

Ингредиенты

- 1 осьминог весом около 1 кг
- 100 г сыра страчателла
- 30 мл молока
- Оливковое масло первого холодного отжима
- 4 ломтика хлеба из муки тимилия
- Морская соль из Трапани

Приготовление

Почистите осьминога и готовьте его в духовом шкафу на пару 60 минут при температуре 100°C.

Поджарьте хлеб на гриле и сбрызните оливковым маслом.

Смешайте сыр страчателла с молоком и оставьте полученный соус.

Разрежьте еще теплые щупальца осьминога и поджарьте на гриле с обеих сторон.

Выложите на тарелку ломтик хлеба, сливочный соус и два щупальца осьминога, посолите и сбрызните оливковым маслом.

Примечание

Страчателла — в переводе с итальянского «небольшие лоскутки». Это молодой нежный творожный сыр, изготовленный из молока буйволиц и пропитанный свежими сливками. Производится в провинции Фоджа (Foggia), региона Апулия. Продается в России.

Морская соль из Трапани (Сицилия) получается путем естественного испарения. Она имеет особенный мягкий «минеральный» и немного сладковатый вкус. Можно заменить на натуральную соль высокого качества.



Треска в сувиде с луком из Тропеа и помидорами черри

Приготовление



40 минут

Количество порций



4 порции

Настройки духового шкафа



Сувид при 70°C

Основное блюдо

Ингредиенты

- 800 г трески
- 10 зимних помидоров или 1 кг помидоров черри
- 2 головки красного лука из Тропеа
- 3 ст. л. тростникового сахара или меда
- 6 ст. л. белого винного уксуса
- Черный перец
- Оливковое масло первого холодного отжима
- Лимонная цедра
- Морская соль из Трапани

Приготовление

Разделите рыбу на четыре порции, сбрызните оливковым маслом первого холодного отжима, поперчите и готовьте сувид в паровом шкафу 20-25 минут при температуре 70°C.

Поджарьте на гриле целые помидоры.

Лук очистите и нарежьте не слишком тонко. Положите лук на сковороду, смазанную оливковым маслом. Уменьшите огонь, посолите и оставьте на медленном огне. Секрет превосходного кисло-сладкого лука заключается в медленном приготовлении. Масло приобретает насыщенный аромат, а лук становится мягким и не пригорает. Когда лук размягчится (примерно через 10-15 минут), слегка увеличьте огонь, добавьте уксус, сахар (или мед) и перемешайте. Как только сахар растворится, лук зарумянится и карамелизуется. После этого выключите огонь и дайте луку остыть.

Выложите готовую рыбу на тарелки вместе с помидорами и луковым соусом, посыпьте морской солью из Трапани, цедрой лимона и сбрызните оливковым маслом.

Примечание

Красный лук из Тропеа (Калабрия) можно заменить ялтинским луком или другим сортом сладкого, ароматного и сочного репчатого лука.

Морская соль из Трапани (Сицилия) получается путем естественного испарения. Она имеет особенный мягкий «минеральный» и немного сладковатый вкус. Можно заменить на натуральную соль высокого качества.



Мясной хлеб с мортаделлой, яйцом и сыром вастедда делла Валле-дель-Беличе с гороховым соусом

Приготовление



1 час

Количество порций



4 порции

Настройки духового шкафа



Комбинированный режим
с паром 160°C

Основное
блюдо

Ингредиенты

- 600 г говяжьего фарша
- 200 г мортаделлы из Рагузы
- 200 г свежего хлеба из муки тимилия или хлеба из твердых сортов пшеницы
- 150 г нарезанного кубиками сыра вастедда делла Валле-дель-Беличе
- 200 мл цельного молока
- 2 органических вареных яйца
- Морская соль из Трапани

- Петрушка
- Оливковое масло первого холодного отжима
- Перец

Для горохового соуса

- 450 г свежего горошка
- 1 головка белого лука
- 50 г сыра пармиджано реджано
- Оливковое масло первого холодного отжима
- Морская соль из Трапани

Приготовление

Срежьте корочку с хлеба, нарежьте около 150 граммов мякиша кубиками и положите в миску с молоком. Нарежьте кубиками мортаделлу и сыр вастедда делла Валле-дель-Беличе. Положите в отдельную миску говяжий фарш, добавьте кубики мортаделлы и сыра, слегка отжатый от молока хлеб, нарезанные вареные яйца, несколько листьев петрушки, поперчите и посолите. Все перемешайте руками и сформируйте плотный рулет. Выложите мясной хлеб на бумагу для выпечки, смазанную оливковым маслом, и отставьте в сторону.

Поставьте духовку нагреваться до 160°C, выбрав комбинированный режим с паром, и

приступайте к приготовлению соуса. Для этого очень мелко нарежьте лук. Нагрейте в сковороде немного оливкового масла первого холодного отжима, добавьте лук и дайте ему размягчиться. Добавьте горох, посолите, поперчите и залейте большим количеством воды.

Когда горох сварится, переложите его вместе с луком в блендер. Добавьте тертый сыр пармиджано реджано, немного оливкового масла и хорошо пробейте до бархатистой консистенции. Затем смажьте противень маслом, выложите мясной рулет по центру и запекайте в духовом шкафу на комбинированном режиме с паром 40-50 минут. Нарежьте мясной хлеб

ломтиками и подавайте с пикантным гороховым соусом.

Примечание

Мортаделла – самая известная итальянская вареная колбаса из свиного фарша и сала, родом из Болоньи. Рагуза – город в Сицилии. Если не удастся достать настоящую мортаделлу, замените её на колбасу «Любительская».

Пшеничная мука тимилия – это древний сорт твердой пшеницы из Сицилии. Производится с использованием каменных мельниц в районе Трапани, имеет после помола сероватый цвет. Эту муку можно заказать через интернет.

Сыр вастедда из молока овцы породы Валле-дель-Беличе производится в сицилийском городе Беличе. Можно заменить на свежий творожный овечий сыр.

Морская соль из Трапани (Сицилия) получается путем естественного испарения. Она имеет особенный мягкий «минеральный» и немного сладковатый вкус. Можно заменить на натуральную соль высокого качества.



Сицилия
Casa & Putia Ristorante

Горячее суфле из шоколада из Модики и традиционной сицилийской пшеничной муки тимилия

Приготовление



1 час

Количество порций



4 порции

Настройки духового шкафа



Комбинированный режим
с паром 150°C

Десерт

Ингредиенты

- 100 г шоколада из Модики
- 100 г пшеничной муки тимилия
- 100 г темного какао-порошка
- 50 г тростникового сахара
- 2 органических яйца
- 40 мл молока
- 25 г сливочного масла
- Молотая корица
- Сахарная пудра

Приготовление

Смешайте сахар и яйца. Добавьте их в шоколад, растопленный на водяной бане, все аккуратно перемешайте до кремовой консистенции. Вылейте смесь в миску с мукой, какао, молоком и корицей.

Разлейте смесь по формочкам, предварительно смазанным сливочным маслом и посыпанным мукой или тростниковым сахаром.

Выпекайте в духовом шкафу на комбинированном режиме с паром при температуре 150°C в течение 20 минут (готовность определяется по аромату и внешнему виду).

Подавайте, посыпав сахарной пудрой по вкусу, с шоколадными дисками из Модики.

Примечание

Пшеничная мука тимилия — это древний сорт твердой пшеницы из Сицилии. Производится с использованием каменных мельниц в районе Трапани, имеет после помола сероватый цвет. Эту муку можно заказать через интернет.

Шоколад из Модики — уникальный зернистый шоколад ручной работы с насыщенным вкусом какао, который производят только в сицилийском городке Модика. Попробуйте заменить его на кондитерский шоколад высокого качества. Шоколадные диски используются как глазурь, в растопленном виде для кондитерских изделий.



Продукт	Температура	Время приготовления	Оборудование	
Приготовление на пару				
Брокколи	100 °C	12-16 мин.	Перфорированный противень для приготовления на пару	
Морковь	100 °C	25-30 мин.	Перфорированный противень для приготовления на пару	
Нарезанные овощи (перец, цукини, морковь, лук)	100 °C	15-20 минут	Перфорированный противень для приготовления на пару	
Зеленая фасоль	100 °C	20-25 минут	Перфорированный противень для приготовления на пару	
Зеленая спаржа	100 °C	15-20 минут	Перфорированный противень для приготовления на пару	
Очищенный картофель (разрезанный на четвертинки)	100 °C	25-35 мин.	Перфорированный противень для приготовления на пару	
Филе рыбы (толщиной 2 см)	80 °C	15-20 мин.	Перфорированный противень для приготовления на пару в неперфорированном противне для приготовления на пару	
Осьминог	85 °C	100-110 мин.	Решетка	
Мидии в раковинах	95 °C	20-25 мин.	Решетка	
Филе лосося (толщиной 3 см)	65 °C	100-110 мин.	Решетка	
Креветки	100 °C	10-14 мин.	Перфорированный противень для приготовления на пару в неперфорированном противне для приготовления на пару	
Куриная грудка	100 °C	23-28 мин.	Перфорированный противень для приготовления на пару в неперфорированном противне для приготовления на пару	
Филе говядины средней степени готовности (толщиной 4 см)	60 °C	110-120 мин.	Решетка	
Баранина средней степени готовности (толщиной 3 см)	65 °C	105-115 мин.	Решетка	
Флан/пудинг (6 десертов по 100 мл каждый, накрытые пищевой пленкой)	90 °C	20-30 мин.	Противень или решетка	
Комбинированный режим с паром		Интенсивность подачи пара		
Овощная/картофельная запеканка	160-180°C	2	35-50 минут	Решетка
Запеченная рыба	200°C	3	20-25 минут	Решетка/противень
Домашний хлеб	180°C (предварительный нагрев)	2	30-40 минут	Решетка



10 преимуществ комбинированных паровых духовых шкафов ASKO

Основное преимущество комбинированного парового шкафа заключается в том, что он позволяет готовить здоровую пищу, сохраняя питательные качества продуктов, витамины и полезные минералы. Такой способ приготовления сохраняет нежную текстуру овощей и мягкость рыбы. Вот десять ответов на самые распространенные вопросы о комбинированных паровых духовых шкафах ASKO.

1 – в чем преимущество комбинированного парового духового шкафа?

Это духовой шкаф «2-в-1», который объединяет традиционные способы приготовления и приготовление на пару.

2 – большой объем духового шкафа 73 литра.

Несмотря на стандартные внешние размеры, духовой шкаф позволяет готовить большое количество блюд.

3 – почему духовой шкаф оснащен внешним парогенератором?

Духовой шкаф оснащен парогенератором, который производит только чистый пар благодаря особой системе, удерживающей конденсат. Это позволяет сохранить натуральный вкус продуктов, а также содержащиеся в них витамины и минералы.

4 – за какое время паровой шкаф нагревается до нужной температуры?

Это занимает несколько минут. Пар подается равномерно через пять зон на задней стенке духового шкафа и очень быстро достигает нужного уровня и заданной температуры.

5 – при какой температуре нужно готовить пищу?

Время приготовления пищи на пару зависит от размера и толщины продукта. Чем больше продукт, тем дольше он будет готовиться. Рекомендуется использовать специальную посуду, предназначенную для каждого блюда, так оно лучше пропитается соком во время приготовления.

6 – какой вид тепла используется? Влажный пар или сухой?

Приготовление на пару предполагает обработку продуктов влажным паром, обеспечивающим бережную тепловую обработку продуктов.

7 – какую посуду можно использовать для приготовления в паровом шкафу?

Любую жаропрочную посуду, подходящую по размеру для равномерного разогрева. Перфорированная посуда и противни собирают всю стекающую жидкость.

8 – комбинированное пошаговое приготовление

Вы можете сочетать разные способы приготовления в трех последовательных этапах. Благодаря этому можно запрограммировать три этапа приготовления с разным режимом нагрева, температурой и продолжительностью. На дисплее будут отображаться текущие параметры работы духовки.

9 – для чего нужен термозонд?

Термозонд — это отличный инструмент для обеспечения идеальной степени готовности блюда.

10 – какой режим выбрать?

Вы можете выбрать один из 17 режимов приготовления или довериться автоматическим программам, уже запрограммированным в духовом шкафу.



ASKO
Inspired by Scandinavia

ООО «Горенье БТ»

119071, Москва, Ленинский проспект, 25

ТЕЛЕФОН: +7 (800) 707 08 07

WWW.RU.ASKO.COM INFO@ASKORUS.RU