

АЛХИМИЯ ВКУСА

Соусы, эмульсии и фундамент кухни



Артем Оноприенко

Арте́м Оноприе́нко

**Алхимия вкуса: Соусы,
эмульсии и фундамент кухни**

«Автор»

2026

Онопrienко А.

Алхимия вкуса: Соусы, эмульсии и фундамент кухни /
А. Онопrienко — «Автор», 2026

«Алхимия вкуса» — первая книга из серии «Кулинарная грамотность», которая превращает сложную науку приготовления соусов в понятную и доступную практику. Вы узнаете, как работают соль, кислота, жир и температура; почему эмульсия держится или распадается; как приготовить пять материнских соусов и создать на их основе десятки дочерних. Более 100 рецептов — от классического майонеза до изысканного демигласа — с пошаговыми инструкциями и вариантами для импровизации. Исторические вставки, интервью с шеф-поварами и чек-листы помогут закрепить навыки. Эта книга для тех, кто хочет не просто следовать рецептам, а понимать кулинарию. Для новичков — надёжная база. Для опытных поваров — система, которая открывает простор для творчества. Начните своё кулинарное путешествие с фундамента вкуса. Ваши соусы больше никогда не подведут.

© Онопrienко А., 2026

© Автор, 2026

Содержание

АЛХИМИЯ ВКУСА	5
Введение	6
Зачем нам соусы?	6
Для кого эта книга	7
Как пользоваться этой книгой	8
Несколько обещаний, которые я вам даю	9
Глава 1. Фундамент: соль, кислота, жир, тепло	10
1.1. Соль: больше, чем просто солёность	11
1.2. Кислота: яркость и баланс	12
1.3. Жир: носитель вкуса и текстуры	13
1.4. Тепло: превращение сырья в соус	14
1.5. Пятый вкус: умами	15
1.6. Сборка: как четыре элемента работают вместе	16
Итоги главы 1. Чек-лист новичка	16
Практические упражнения к главе 1	17
Упражнение 1. Почувствуйте соль	17
Упражнение 2. Кислота как спасатель	17
Упражнение 3. Роль жира	17
Глава 2. Эмульсии: искусство соединения несоединимого	18
2.1. Что такое эмульсия? Простыми словами	19
2.2. Эмульгаторы: невидимые помощники	20
2.3. Два типа эмульсий	21
2.4. Почему эмульсия разрушается?	22
2.5. Майонез: король холодных эмульсий	23
Что делать, если майонез не получился?	25
Историческая вставка: Майонез и соусы в России	25
2.6. Голландский соус: горячая эмульсия	26
Почему голландский соус расслаивается и как это исправить	27
2.7. Винегретные заправки: лёгкие эмульсии	28
Конец ознакомительного фрагмента.	29

Артем Оноприенко
Алхимия вкуса: Соусы,
эмульсии и фундамент кухни

АЛХИМИЯ ВКУСА

Соусы, эмульсии и фундамент кухни
Книга 1 из серии «Кулинарная грамотность»

Введение

Зачем нам соусы?

Вы когда-нибудь задумывались, почему одно и то же блюдо в ресторане кажется волшебством, а дома – просто едой? Часто разница кроется в соусе. Не в дорогих продуктах, не в сложной технике, а в той самой «алхимии», когда несколько ингредиентов превращаются в нечто большее, чем сумма частей.

Соус – это не просто приправа. Это архитектор вкуса. Он может связать воедино разные текстуры, добавить яркости, создать контраст или, наоборот, обволакивающую нежность. В мире кулинарии соусы долгое время были признаком статуса: в средневековой Европе умение приготовить сложный соус отличало повара знатного дома от простого стряпуха. Французская кухня возвела соусы в ранг искусства, создав знаменитую систему «материнских соусов», которая до сих пор служит фундаментом для поваров по всему миру.

Но не бойтесь слова «французская кухня». В этой книге мы не будем учить вас ресторанным тонкостям, требующим стажировки в Лионе. Мы будем разбираться с самой сутью: как работают соль, кислота, жир и температура; почему эмульсия держится или распадается; как из обычного бульона родить демиглас, который превращает кусок мяса в гастрономическое событие.

Для кого эта книга

Если вы новичок на кухне и боитесь, что соусы – это слишком сложно, эта книга проведёт вас за руку от первого взбитого венчиком майонеза до уверенной импровизации. Вы не найдёте здесь формул с десятком экзотических ингредиентов. Вместо этого мы освоим «кирпичики» – базовые техники, которые потом сможете применять бесконечно.

Если вы уже готовите и иногда пробуете соусы из рецептов, но хотите понять почему они получаются или не получаются, – вы в правильном месте. Мы заглянем в химию и физику ровно настолько, чтобы вы чувствовали себя уверенно, но не скучали.

Как пользоваться этой книгой

Книга построена по принципу «от основы к вершине». Первые главы объясняют фундаментальные вещи – вкусы, эмульсии, бульоны. Пропускать их не стоит, даже если кажется, что вы и так знаете, как посолить суп. Именно в деталях скрываются «секреты», которые превращают хорошее блюдо в великолепное.

Каждый теоретический раздел закрепляется практическими рецептами. Я намеренно даю не один рецепт, а семейство рецептов, чтобы вы видели, как изменение одного ингредиента меняет характер соуса. В конце глав вы найдёте короткие итоги и чек-листы – они помогут закрепить навыки.

Также в книге есть исторические вставки и мини-интервью с известными шеф-поварами. Они добавляют контекст и вдохновение.

Несколько обещаний, которые я вам даю

Вы перестанете бояться, что соус «расслоился» или «свернулся», – и будете знать, как это исправить.

Вы научитесь готовить пять материнских соусов, а значит, сможете сделать несколько десятков дочерних.

Вы поймёте, как с помощью соуса изменить вкус даже самого простого блюда.

Вы откроете для себя, что кулинария – это не строгая наука, а пространство для творчества, где понимание правил позволяет их нарушать.

Давайте начнём наше путешествие в алхимию вкуса. Переверните страницу – и первый шаг сделан.

Глава 1. Фундамент: соль, кислота, жир, тепло

В этой главе мы зложим основу, без которой все последующие соусы останутся лишь набором ингредиентов. Четыре столпа кулинарного искусства – соль, кислота, жир и тепло – определяют, будет ли ваше блюдо плоским или многомерным, пресным или гармоничным.

1.1. Соль: больше, чем просто солёность

Соль – самый древний и самый важный усилитель вкуса. Но её роль не ограничивается тем, чтобы сделать еду солёной. В правильных пропорциях соль подавляет горечь, усиливает сладость и делает вкус более насыщенным. Она также влияет на текстуру: в соусах соль помогает высвободить влагу из продуктов, делая их более сочными, а в эмульсиях стабилизирует структуру.

Как соль работает на химическом уровне

Молекулы соли (хлорид натрия) распадаются на ионы натрия и хлора. Эти ионы взаимодействуют с рецепторами нашего языка, но также влияют на белки и другие молекулы в продуктах. Например, в мясе соль растворяет мышечные белки, которые затем образуют гель, удерживающий влагу. В овощах соль вытягивает воду, что может быть полезно (например, для удаления горечи из баклажанов) или вредно, если пересолить.

Соль в соусах: правила и нюансы

Добавляйте соль постепенно. Лучше недосолить в начале и добавить в конце, чем пересолить. Пересоленный соус спасти сложно (хотя иногда помогает добавление картофеля или разбавление).

Учитывайте солёность других ингредиентов. Бульоны, сыры, бекон, оливки, каперсы – все они несут свою соль. Пробуйте соус в процессе.

Используйте разные виды соли. Крупная морская соль даёт более мягкий вкус и лучше растворяется. Хлопья соли (например, мальдонская) хороши для финальной посыпки – они добавляют текстуру и вспышку солёности.

Соль усиливает аромат. Если соус кажется пресным, часто проблема не в недостатке вкуса, а в недостатке соли.

Практический совет: при варке бульонов или соусов на водной основе солите их ближе к концу, чтобы жидкость не стала слишком концентрированной из-за выпаривания.

1.2. Кислота: яркость и баланс

Кислота – это секретное оружие шеф-поваров. Она добавляет свежесть, подчёркивает другие вкусы и предотвращает ощущение тяжести. Без кислоты даже самый наваристый соус может казаться унылым.

Источники кислоты в кулинарии

Цитрусовые: лимон, лайм, апельсин. Лимонный сок – классика для заправок, рыбы, птицы.

Уксусы: винный, яблочный, бальзамический, рисовый. Каждый привносит свой оттенок. Винный уксус – для французских соусов, яблочный – для салатов и барбекю, бальзамический – для клубники и пармезана.

Ферментированные продукты: вино, йогурт, сметана, пахта, кимчи. Они вносят не только кислоту, но и сложные нотки.

Фрукты: томаты, ягоды, гранат – природные кислоты, которые часто становятся основой соусов.

Как кислота влияет на соус

Осветляет вкус. Если соус кажется слишком жирным или насыщенным, капля лимонного сока или уксуса «прорежет» жир и сделает его более приятным.

Влияет на цвет. Кислота может сохранять яркость овощей (например, добавляйте лимонный сок в зелёные соусы, чтобы они не потемнели).

Меняет текстуру. Кислота денатурирует белки (как в цесарке или рыбе, маринованной в лимонном соке). В соусах на основе молока кислота может вызвать свёртывание – об этом нужно помнить.

Правило баланса: в большинстве соусов кислотность должна быть едва ощутима как послевкусие. Вы не должны чувствовать уксус напрямую; он работает в фоновом режиме. Исключение – яркие заправки, где кислота выступает на первый план.

1.3. Жир: носитель вкуса и текстуры

Жир – это не только калории, но и основной носитель аромата. Многие вкусовые молекулы растворяются именно в жире, а не в воде. Поэтому соус без жира часто кажется «плоским» – ароматы не раскрываются.

Виды жиров в кулинарии

Растительные масла: оливковое, подсолнечное, рапсовое, кунжутное, ореховые масла. Они различаются по температуре дымления и вкусу. Для эмульсий лучше использовать нейтральные масла (подсолнечное, рапсовое), чтобы не перебивать вкус.

Животные жиры: сливочное масло, топленое масло (гхи), смалец, утиный жир. Они придают глубину и насыщенность.

Молочные жиры: сливки, сметана, йогурт – добавляют кремовость.

Функции жира в соусах

Эмульгирование: жир и вода соединяются в стабильную смесь.

Обволакивание: жир создаёт приятную текстуру на языке, продлевая ощущение вкуса.

Транспорт аромата: жир растворяет ароматические молекулы и доставляет их к рецепторам.

Терморегуляция: жир помогает равномерно распределять тепло при приготовлении.

Важный момент: качество жира напрямую влияет на вкус соуса. Прогорклое масло испортит любую заправку. Сливочное масло должно быть свежим, без посторонних запахов.

1.4. Тепло: превращение сырья в соус

Температура – это инструмент, который управляет химическими реакциями. Понимание того, что происходит с ингредиентами при нагревании, позволяет избежать ошибок.

Ключевые температурные зоны

40–60°C: активация ферментов, плавление жиров. В этом диапазоне йогурты и сыры становятся более мягкими.

60–80°C: денатурация белков. Мясо теряет влагу, яйца начинают сворачиваться. Для соусов это критическая зона: если перегреть голландский соус или заварной крем, они свернутся.

100°C: кипение воды. При этой температуре выпаривается жидкость, концентрируя вкус.

Выше 100°C: реакции Майяра и карамелизация. Они создают сложные вкусы и коричневый цвет. Для соусов это часто означает обжаривание овощей или костей перед варкой бульона.

Тепло и эмульсии

Эмульсии чувствительны к температуре. Голландский соус и майонез не любят резкого нагрева. Если вы готовите соус на водяной бане, следите, чтобы температура не поднималась выше 70–75°C, иначе белки яиц свернутся, и эмульсия разрушится.

Тепло и загустение

Крахмалы (мука, кукурузный крахмал) начинают клейстеризоваться при температуре около 70°C. Для загустения соуса нужно довести его до кипения, но не переваривать, чтобы крахмал не разрушился.

1.5. Пятый вкус: умами

Хотя умами не входит в классическую четвёрку (соль, кислота, жир, тепло), без него невозможно говорить о полноте вкуса. Умами – это «мясной», «бульонный» вкус, открытый японским химиком Кикинаэ Икэдой в 1908 году. Его источник – глутаминовая кислота и её соли (глутаматы).

Где содержится умами

Природные источники: томаты, грибы, пармезан, соевый соус, анчоусы, мисо, водоросли комбу, говядина, выдержанные сыры.

В соусах умами усиливается за счёт комбинации продуктов (например, томатная паста + пармезан) и длительного томления.

Умами не является отдельным вкусом в том смысле, что его трудно выделить изолированно. Но если ваш соус кажется пресным даже после соли и кислоты, вероятно, ему не хватает именно умами.

Интервью с шефом: «Секрет простоты»

Мы попросили Анну Петрову, шеф-повара московского ресторана «Овощи и Точка», поделиться её взглядом на фундаментальные вкусы.

– Анна, с чего вы советуете начинать новичку в освоении соусов?

– С понимания соли. Многие люди боятся соли, недосаливают, а потом еда кажется безвкусной. Я всегда говорю: солите поэтапно, пробуйте. Соус – это не суп, его соль раскрывается иначе.

– А что насчёт кислоты?

– Кислота – мой главный инструмент, когда нужно «оживить» блюдо. Если я пробую соус и чувствую, что чего-то не хватает, чаще всего это либо соль, либо кислота. Лимонный сок или хороший уксус творят чудеса.

– Многие боятся использовать жир в соусах, считая его вредным.

– Зря. Жир – это текстура. В растительных соусах я часто использую оливковое масло хорошего качества. Оно не только даёт вкус, но и помогает связать все компоненты. Веганские соусы без масла часто получаются водянистыми.

– Тепло – это, наверное, самая сложная тема для новичков?

– Да, но здесь важно запомнить одно: большинство соусов не любят кипения. Если вы готовите эмульсионный соус (голландский, майонез) или соус на основе молока, держите температуру под контролем. Лучше меньше огня, чем больше. А если что-то пошло не так – не паникуйте, почти всё можно исправить.

В следующих главах мы ещё встретимся с Анной и другими шефами.

1.6. Сборка: как четыре элемента работают вместе

В идеальном соусе соль, кислота, жир и тепло находятся в равновесии. Это не значит, что они должны быть в равных пропорциях, но каждый выполняет свою роль:

Соль делает вкус глубоким и насыщенным.

Кислота добавляет свежесть и контраст.

Жир придаёт тело и мягкость.

Тепло (в процессе приготовления) превращает сырые ингредиенты в гармоничную массу.

Когда вы пробуете готовый соус, задайте себе три вопроса:

Достаточно ли солёный? (Если нет – добавьте соль.)

Есть ли яркость? (Если вкус плоский – капните лимонного сока или уксуса.)

Чувствуется ли жир? (Если соус водянистый – возможно, нужно добавить масло или сливки.)

Итоги главы 1. Чек-лист новичка

Я понимаю, что соль добавляют постепенно, пробуя.

Я знаю, что кислота «прорезает» жир и освежает вкус.

Я различаю основные виды жиров и их роль в соусах.

Я помню, что температура – это инструмент, и для эмульсий опасен перегрев.

Я знаю про умами и умею добавлять его с помощью томатов, грибов или сыра.

Я пробую соус перед подачей и корректирую баланс.

Практические упражнения к главе 1

Эти упражнения не требуют сложных ингредиентов, но помогают натренировать вкус.

Упражнение 1. Почувствуйте соль

Приготовьте простую заправку: 3 ст. ложки оливкового масла, 1 ст. ложка лимонного сока. Разделите на три порции. В первую не добавляйте соль, во вторую добавьте щепотку, в третью – чуть больше (но не пересаливайте). Попробуйте каждую. Обратите внимание, как соль меняет восприятие масла и кислоты.

Упражнение 2. Кислота как спасатель

Возьмите ложку жирного сливочного супа или просто растопите немного сливочного масла. Попробуйте. Затем добавьте несколько капель лимонного сока. Сравните ощущения. Вы почувствуете, как кислота «освежает» жир.

Упражнение 3. Роль жира

Приготовьте один и тот же соус на воде и на масле (например, протушите нарезанные помидоры с луком: половину на воде, половину на оливковом масле). Сравните вкус. Жирный вариант покажется более округлым и насыщенным.

Глава 2. Эмульсии: искусство соединения несоединимого

Эмульсии – это, пожалуй, самый загадочный и одновременно самый полезный раздел соусной кулинарии. Именно здесь происходит магия: две жидкости, которые в обычной жизни не смешиваются – вода и масло, – превращаются в единую, гладкую, бархатистую массу. Если вы когда-нибудь делали домашний майонез или заправку для салата, вы уже создавали эмульсию. А если она у вас расслаивалась, вы сталкивались с обратной стороной этой магии.

В этой главе мы разберёмся, что происходит на молекулярном уровне, научимся готовить три главные эмульсии – майонез, голландский соус и винегретные заправки, – а главное, поймём, как не бояться ошибок и легко их исправлять.

2.1. Что такое эмульсия? Простыми словами

Представьте, что вы наливаете в банку воду и растительное масло. Что произойдёт? Масло соберётся сверху в виде большого прозрачного слоя, вода останется внизу. Между ними будет чёткая граница. Если вы начнёте энергично взбалтывать банку, масло разобьётся на тысячи крошечных капелек, которые на мгновение разлетятся по всей воде, и жидкость помутнеет. Но стоит банке постоять несколько минут, капельки снова соберутся вместе и всплывут – эмульсия разрушится.

Эмульсия – это стабильная система, в которой крошечные капли одной жидкости равномерно распределены в другой жидкости и не сливаются обратно.

В кулинарии нам нужна именно стабильная эмульсия – такая, которая не расслоится через пять минут после приготовления. Для этого нужны особые молекулы – эмульгаторы.

2.2. Эмульгаторы: невидимые помощники

Эмульгатор – это вещество, которое может одновременно связываться и с водой, и с жиром. Представьте человека, который одной рукой держится за стену, а другой – за ваш рукав, не давая вам упасть. Так и молекула эмульгатора: её «голова» притягивается к воде (гидрофильна), а «хвост» – к жиру (липофилен).

Когда вы взбиваете масло с желтком, молекулы лецитина (главного эмульгатора желтка) обволакивают каждую капельку масла, создавая вокруг неё защитную оболочку. Капельки больше не могут слиться друг с другом, потому что их оболочки отталкиваются (они заряжены отрицательно). Эмульсия становится стабильной.

Основные природные эмульгаторы в нашей кухне:

Лецитин – содержится в яичных желтках, сое, горчице. Самый мощный и универсальный.

Горчица – содержит муцилаги (слизи) и белки, которые тоже работают как эмульгаторы. Именно поэтому горчица часто добавляется в винегреты – она помогает заправке дольше не расслаиваться.

Белки молока и сливок – в соусах на основе сливок эмульсия держится за счёт молочных белков.

Крахмалы – могут стабилизировать эмульсию, загущая водную фазу.

2.3. Два типа эмульсий

В кулинарии мы чаще всего имеем дело с двумя типами:

Прямая эмульсия (масло в воде) – капельки масла распределены в водной среде. Это майонез, заправки для салатов, голландский соус, соус бешамель (в нём масло эмульгировано в молоке). Такие эмульсии обычно более жидкие и могут быть как холодными, так и горячими.

Обратная эмульсия (вода в масле) – капельки воды распределены в жире. Это сливочное масло, маргарин, некоторые соусы на основе масла и уксуса с очень высоким содержанием масла. В кулинарии новички редко имеют дело с обратными эмульсиями, но важно знать, что они более чувствительны к температуре и легко «ломаются» при нагреве.

Важно: когда мы говорим об эмульсии в соусах, в 99% случаев речь идёт о прямых эмульсиях (масло в воде).

2.4. Почему эмульсия разрушается?

Даже если вы всё сделали правильно, иногда эмульсия «ломается» – расслаивается на жир и водную часть. Основные причины:

Слишком быстрое добавление масла. Если влить масло сразу большим количеством, эмульгаторы просто не успеют обволочь все новые капельки. Капли начинают сливаться, и эмульсия коллапсирует.

Неподходящая температура. Для холодных эмульсий (майонез) все ингредиенты должны быть комнатной температуры. Холодный желток хуже эмульгирует. Для горячих эмульсий (голландский) нельзя перегревать – белки сворачиваются.

Недостаток воды. Если водной фазы слишком мало, капли масла начинают соприкасаться друг с другом, и эмульсия становится нестабильной. Добавление ложки воды или лимонного сока часто стабилизирует майонез.

Перемешивание с другой текстурой. Иногда эмульсия «ломается», когда вы добавляете в неё горячие продукты или начинаете перемешивать слишком агрессивно.

Главное правило: не паникуйте. Почти любую расслоившуюся эмульсию можно спасти, если знать как.

2.5. Майонез: король холодных эмульсий

История майонеза окутана легендами. Самая известная гласит, что соус появился в 1756 году, когда английские войска осадили город Маон на острове Менорка. Французский шеф герцога Ришельё, имея в распоряжении только масло, яйца и лимоны, создал соус, который назвал «маонез». Правда это или нет, но майонез стал символом французской кухни и, пожалуй, самым популярным соусом в мире.

Классический майонез – это эмульсия растительного масла в водной фазе из яичного желтка, уксуса или лимонного сока, соли и (часто) горчицы. Горчица не только добавляет вкус, но и работает как дополнительный эмульгатор.

Базовый рецепт майонеза (ручной)

Пропорции: 1 желток + 1 столовая ложка кислоты (лимонный сок или уксус) + щепотка соли + 200–250 мл масла.

Ингредиенты:

1 свежий яичный желток (комнатной температуры)

1 столовая ложка лимонного сока (или белого винного уксуса)

1 чайная ложка дижонской горчицы (опционально, но рекомендуется)

½ чайной ложки соли

200–250 мл нейтрального растительного масла (подсолнечное, рапсовое, виноградных косточек)

Техника:

В миске (лучше с круглым дном, чтобы удобно было взбивать венчиком) смешайте желток, лимонный сок, горчицу и соль. Взбивайте венчиком до получения однородной светлой массы – это займёт около минуты.

Начните добавлять масло буквально по каплям, не переставая взбивать. Первые 50 мл – самые ответственные. Каждую каплю нужно полностью вмешать, прежде чем добавлять следующую. Вы увидите, как смесь начнёт густеть и светлеть.

Когда основа загустела до состояния густой сметаны, можно вливать масло тонкой струйкой, продолжая взбивать. В конце у вас получится плотный, блестящий майонез.

Попробуйте. При необходимости добавьте ещё соли или каплю лимонного сока для свежести.

Если майонез получился слишком густым, добавьте 1–2 чайные ложки тёплой воды и перемешайте – он станет более воздушным и устойчивым.

Рецепт майонеза в блендере (метод «погружной блендер»)

Самый надёжный способ для новичков, который даёт идеальный результат за 30 секунд.

Ингредиенты:

1 целое яйцо (комнатной температуры)

1 столовая ложка лимонного сока или уксуса

1 чайная ложка горчицы

½ чайной ложки соли

250 мл растительного масла

Техника:

Возьмите высокий узкий стакан (диаметром чуть больше головки блендера). Разбейте яйцо, добавьте лимонный сок, горчицу, соль.

Влейте всё масло сразу.

Опустите блендер на дно стакана, чтобы его головка полностью закрыла желток.

Включите блендер на максимальную скорость и, не поднимая его, держите 10–15 секунд. Вы увидите, как снизу начинает подниматься белая эмульсия.

Медленно поднимайте блендер вверх, захватывая оставшееся масло, пока вся смесь не превратится в однородный майонез.

Этот метод почти никогда не подводит, потому что в начале масло эмульгируется в очень малом объёме, а затем постепенно втягивается в эмульсию.

Вариации майонеза

Чесночный айоли – добавьте в готовый майонез 1–2 измельчённых зубчика чеснока или разотрите чеснок с солью в ступке перед добавлением. В испанской версии айоли готовится только из чеснока, масла и соли, без яйца, но это сложная эмульсия для новичков.

Майонез с травами – вмешайте мелко рубленую петрушку, укроп, эстрагон, базилик. Хорошо также добавить цедру лимона.

Пряный майонез – добавьте паприку (сладкую или копчёную), кайенский перец, немного тмина.

Майонез с анчоусами – разомните 2–3 филе анчоусов и добавьте в готовый майонез. Получится соус, напоминающий сальса роза.

Веганский майонез – замените яйцо на 2 столовые ложки аквафабы (жидкость из банки с нутом) и щепотку куркумы для цвета. Процесс эмульгирования тот же. Аквафаба содержит белки и крахмалы, которые работают как эмульгаторы.

Что делать, если майонез не получился?

Ситуация 1: майонез жидкий, не густеет.

Возможно, вы слишком быстро добавляли масло или желток был холодным. Спасти можно: возьмите новый желток в чистую миску, начните взбивать его, и тонкой струйкой влейте в него неудавшийся майонез, как будто это масло. Эмульсия восстановится.

Ситуация 2: майонез расслоился (отделилось масло).

Скорее всего, эмульсия «перегрузилась» маслом. Добавьте 1 чайную ложку горячей воды или ещё один желток и начните взбивать заново, постепенно вливая расслоившуюся смесь.

Ситуация 3: майонез горчит.

Иногда нерафинированные масла дают горечь. В следующий раз используйте нейтральное масло. Горечь также может быть от оливкового масла, если взбивать слишком долго. Испорченный майонез проще выбросить и начать заново – это дешевле, чем тратить продукты.

Историческая вставка: Майонез и соусы в России

В дореволюционной России соусы были привилегией знати. В «Поварском искусстве» 1861 года (первое издание «Книги о вкусной и здоровой пище» ещё не вышло) рецепты майонеза назывались «провансаль». Горчицу часто исключали, а для густоты добавляли желатин. В советское время майонез стал фабричным продуктом, доступным всем, но домашний считался признаком хорошей хозяйки. Интересно, что в классических советских поваренных книгах майонез почти всегда предлагали готовить с уксусом, а не с лимонным соком – уксус был доступнее.

2.6. Голландский соус: горячая эмульсия

Если майонез – это холодная эмульсия на сыром желтке, то голландский соус – горячая эмульсия, в которой желток нагревается, но не сворачивается, а загустевает и соединяется с маслом. Это один из пяти материнских соусов классической французской кухни, основа для множества других (беарнский, мюслин, шарона).

Голландский соус традиционно подают к овощам (спаржа, артишоки) и рыбе (лосось, палтус). Его нежный, маслянистый вкус с лёгкой кислинкой способен превратить простую паровую рыбу в ресторанное блюдо.

Сложность: голландский соус требует внимания к температуре. Если перегреть, желток свернётся, и эмульсия распадётся. Но освоить его может каждый, если следовать правилам.

Базовый рецепт голландского соуса

Пропорции: 3 желтка + 2 столовые ложки воды или кислоты + 150–200 г сливочного масла + соль, кайенский перец.

Ингредиенты:

3 свежих желтка (комнатной температуры)

2 столовые ложки воды или белого винного уксуса (можно смесь)

150–200 г сливочного масла (холодного, нарезанного кубиками)

Соль

Щепотка кайенского перца (или белого перца)

Техника (водяная баня):

Подготовьте водяную баню: в кастрюлю налейте немного воды, доведите до кипения, затем убавьте огонь до минимума. Сверху поставьте миску (стеклянную или металлическую) так, чтобы её дно не касалось воды. Вода должна слегка парить, но не кипеть.

В миску положите желтки, добавьте воду/уксус и щепотку соли. Начинайте взбивать венчиком непрерывно.

Желтки начнут светлеть и густеть. Это займёт 2–3 минуты. Важно, чтобы температура не поднималась выше 65–70°C – если миска станет слишком горячей, снимите её с бани на несколько секунд и продолжайте взбивать.

Когда желтки превратятся в пышную светлую массу (по консистенции – как жидкий крем), начинайте добавлять масло. Добавляйте по 2–3 кубика, каждый раз полностью вмешивая, прежде чем добавить следующие.

После добавления всего масла соус должен стать густым, гладким и блестящим. Приправьте солью и кайенским перцем.

Если соус слишком густой, можно добавить 1–2 чайные ложки тёплой воды и перемешать.

Важно: готовый голландский соус нельзя держать горячим долго, он может расслоиться. Лучше подавать его сразу. Если нужно сохранить, держите в тёплом месте (например, в термосе) не более 30–40 минут.

Вариации голландского соуса

Беарнский соус – самый известный потомок. Вместо воды/уксуса используйте выпаренный уксус с эстрагоном, луком-шалотом и кервелем. Подаётся к стейкам.

Мюслин (соус Шантийи) – взбейте 100 мл жирных сливок до мягких пиков и аккуратно вмешайте в готовый голландский соус. Получается очень воздушный, пышный соус.

Соус шарон – добавьте томатную пасту и немного кайенского перца.

Соус мальтез – добавьте цедру и сок апельсина (вместо уксуса или вместе с ним). Классика к спарже.

Почему голландский соус расслаивается и как это исправить

Причина 1: желтки свернулись. Это случилось, если температура поднялась выше 70–75°C. Соус будет зернистым, с комочками. Спасти сложно, но можно попробовать процедить через мелкое сито и добавить немного холодной воды, взбивая. Если не помогло – начните заново с новыми желтками.

Причина 2: эмульсия не сформировалась (соус жидкий). Скорее всего, масло добавлялось слишком быстро или желтки были недостаточно нагреты. Возьмите чистую миску, положите в неё 1 свежий желток и начните взбивать его на водяной бане, затем тонкой струйкой влейте неудавшийся соус. Эмульсия восстановится.

Причина 3: соус расслоился после приготовления. Возможно, он перегрелся. Поставьте миску с соусом на лёд и быстро взбейте венчиком – иногда это помогает вернуть эмульсию.

Интервью с шефом: «Эмульсии – это терпение»

Мы поговорили с Дмитрием Орловым, шеф-поваром петербургского бистро «Соль и перец», чтобы узнать его секреты работы с эмульсиями.

– Дмитрий, многие новички боятся майонеза и голландского соуса. Что вы им посоветуете?

– Прежде всего – не бояться. Это всего лишь еда. Максимальная цена ошибки – пара яиц и немного масла. Если вы научитесь делать эти два соуса, вы поймёте принцип всех эмульсий. А принцип один: медленно добавлять жир в водную фазу, обеспечивая постоянное перемешивание.

– У вас есть любимый лайфхак для голландского соуса?

– Да, я использую блендер. Кладу желтки, кислоту, соль в стакан, сверху – растопленное тёплое масло (не горячее!), и пробиваю блендером, начиная с самого дна. Это не классический способ, но он почти никогда не подводит. Единственное – нужно следить, чтобы масло не было слишком горячим.

– А майонез в блендере – это действительно лучший способ для дома?

– Безусловно. Особенно если вы используете целое яйцо. Яйцо комнатной температуры, масло, горчица, уксус – всё сразу в стакан, блендер на дно – и через 10 секунд готово. Этот метод спас тысячи домашних поваров.

– Что самое сложное в эмульсиях?

– Для новичка – понять, когда остановиться. В майонезе, например, можно влить слишком много масла, и он станет горьким или свернётся. Ориентируйтесь на консистенцию: как только майонез стал густым и держит форму, достаточно. Не стремитесь влить всё масло, если оно не вмещается.

– Спасибо, Дмитрий!

2.7. Винегретные заправки: лёгкие эмульсии

Винегретная заправка (vinaigrette) – это простая эмульсия, в которой масло смешивается с уксусом или лимонным соком. В отличие от майонеза и голландского соуса, здесь нет яиц, поэтому эмульсия получается временной – она расслаивается через некоторое время. Но это не страшно: перед подачей заправку достаточно снова взболтать.

Классическая пропорция винегрета: 3 части масла на 1 часть кислоты. Это золотое правило, но его можно менять в зависимости от вкуса и продуктов.

Базовый винегрет

Ингредиенты:

3 столовые ложки оливкового масла (или другого масла по вкусу)

1 столовая ложка красного винного уксуса (или лимонного сока)

Соль, свежемолотый перец

По желанию: ½ чайной ложки дижонской горчицы (для эмульгирования)

Приготовление:

В небольшой миске смешайте уксус, соль и перец. Дайте соли раствориться. Затем добавьте масло и горчицу (если используете) и взбейте вилкой или венчиком до образования мутной эмульсии. Попробуйте и отрегулируйте баланс.

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.