

18+

АЛЕКСЕЙ ВЫДРИН

Рецепты блюд с пивом



Алексей Выдрин

Рецепты блюд с пивом

<https://litres.ru/74544908>

ISBN 9785007139083

Аннотация

Пиво на кухне — это не напиток, а универсальный инструмент. Кислота размягчает, солод карамелизуется, хмель срезает жирность, а углекислый газ разрыхляет. Книга раскрывает семь кулинарных приёмов, которые превращают обычные продукты в блюда с глубоким вкусом. Вы научитесь использовать пиво там, где раньше брали воду, вино или бульон, и откроете знакомые блюда заново.

Содержание

Введение. Почему пиво — это не напиток, а секретный ингредиент	5
Раздел 1. Тушение в пиве	8
1. Говядина по-фламандски с луком	11
2. Курица с яблоками и сидром	17
3. Свинина с черносливом и тёмным пивом	23
4. Треска с томатами в светлом эле	29
5. Краснобочанная капуста с тмином	35
6. Мидии в пиве с чесноком	41
Раздел 2. Маринад на пиве	47
1. Шашлык из свинины на тёмном пиве	51
2. Куриные крылья-гриль с имбирём	57
3. Стейк из тунца перед обжаркой	64
4. Овощи-гриль перед запеканием	71
5. Баранья нога для запекания	79
Конец ознакомительного фрагмента.	86

Рецепты блюд с пивом

Алексей Выдрин

© Алексей Выдрин, 2026

ISBN 978-5-0071-3908-3

Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Введение. Почему пиво — это не напиток, а секретный ингредиент

Представьте, что вы держите в руках бутылку пива. Что вы видите? Для большинства это просто прохладительный напиток для пятничного вечера. Для нас с вами это жидкий хлеб, готовый брожение, пузырьковый катализатор и природный разрыхлитель одновременно.

В пиве есть три магических компонента, за которые его обожают повара. Солод даёт глубокий, орехово-карамельный вкус, который не получить из бульонных кубиков или сахара. Хмель работает как природная специя: он добавляет лёгкую горчинку, которая балансирует жирность мяса или сладость десерта. Углекислый газ — это не просто пузырьки. В тесте и кляре они работают как химический разрыхлитель, делая структуру пористой и невесомой. В маринаде они помогают специям проникать глубже в волокна.

Самое важное заблуждение, которое мы развеем: пиво в еде — это не про алкоголь. Алкоголь выпаривается при нагревании уже через пять-десять минут. Остаётся только букет вкусов. Поэтому пивные блюда можно давать детям после термообработки и есть за рулём — мы не про опьянение,

мы про гастрономию.

Эта книга построена не так, как обычные кулинарные сборники. Здесь вы не найдёте раздела «Блюда с пивом», где рецепты свалены в кучу. Вместо этого мы разобрали семь кулинарных приёмов, в которых пиво работает как идеальный инструмент.

Вы узнаете, когда пиво лучше бульона, а когда — лучше воды. Почему для кляра нужно брать самое дешёвое светлое пиво, а для десерта — самое тёмное и дорогое. Как потушить жёсткую говядину за полтора часа вместо трёх. И главное — как, освоив один принцип, получить пять-семь разных блюд, просто меняя белок или овощи.

Мы не гонимся за ресторанным перфекционизмом. Все рецепты — для обычной кухни, обычной плиты и обычного кошелька. Пиво подойдёт любое, которое вы можете купить в соседнем магазине. Никаких редких сортов, никаких заквасок и сложной ферментации.

Как пользоваться книгой

Каждая из семи глав посвящена одному приёму: тушение, маринование, тесто, кляр, суп, соус, десерт. Внутри каждой главы — принцип, почему это работает, правила выбора пи-

ва для этого метода и шесть-семь примеров с разными продуктами.

Вы можете читать книгу подряд, а можете открыть раздел «Тушение», когда у вас есть жёсткий кусок мяса, или раздел «Кляр», когда нужно быстро и эффектно подать рыбу или овощи к ужину.

Мы сознательно не даём в каждом рецепте точную марку пива. Вместо этого мы даём тип: светлое лагер, эль, пшеничное, стаут, портер. Потому что у разных производителей вкус может отличаться, но тип работает одинаково. Ориентируйтесь на цвет и плотность: чем темнее пиво, тем слаще и насыщеннее оно в еде. Чем светлее — тем нейтральнее и лучше для хрустящей корочки.

И последнее. Не бойтесь экспериментировать. Если в рецепте сказано «светлое пиво», а у вас в холодильнике только тёмное — попробуйте. Блюдо изменится, станет глубже и слаще, но не испортится. Пиво прощает ошибки и любит смелость. Именно поэтому оно веками остаётся на кухне не как напиток, а как главный помощник повара.

Приятного аппетита и удачных экспериментов.

Раздел 1. Тушение в пиве

Принцип: кислота расщепляет collagen, солод карамелизуется

Тушение — самый древний и самый честный способ приготовления. Вы кладёте в кастрюлю жёсткий кусок мяса, добавляете жидкость, ставите на медленный огонь и ждёте. Через полтора-два часа мясо становится мягким, соус — густым, а кухня — наполненной запахом, от которого соседи начинают нервничать.

Пиво в тушении работает сразу на трёх уровнях.

Первый уровень — кислотность. Пиво имеет слабокислую среду, pH обычно в районе четырёх. Эта кислотность медленно, но верно разрушает collagen — тот самый белок, из-за которого дешёвые куски мяса жёсткие и резиновые. Под воздействием кислоты collagen превращается в желатин, а желатин — это мягкость, сочность и та самая густота соуса, которую невозможно получить никакими загустителями. Кислота работает мягче, чем уксус или вино, поэтому пиво не перебивает вкус мяса, а подчёркивает его.

Второй уровень — солод. Солодовый сахар при нагрева-

нии карамелизуется. Это значит, что соус темнеет, приобретает ореховые ноты и легкую сладость. Особенно хорошо это видно на тёмных сортах: стаут или портер дают почти шоколадную глубину. Светлый лагер карамелизуется слабее, зато он нейтрален и не спорит с овощами и рыбой.

Третий уровень — хмель. Горечь хмеля балансирует жирность. Если вы тушите свинину или баранину, хмель срежет тяжесть, и блюдо не кажется слишком насыщенным. Если тушите курицу или рыбу, хмель работает как тонкая специя, добавляя пикантность.

Правила выбора пива для тушения

Для говядины, свинины и баранины берите тёмные сорта: стаут, портер, тёмный эль. Они дают глубину, карамель и цвет. Для курицы и индейки подойдёт янтарный эль или светлое пиво с характером — например, пшеничное. Для рыбы и овощей — только светлый лагер или пшеничное, чтобы не перебить нежный вкус. Для капусты и корнеплодов хорошо работает тёмное пиво с тмином, потому что тмин и солод дружат.

Ещё одно правило: не лейте пиво в горячую кастрюлю залпом. Сначала обжарьте мясо или овощи до корочки, снимите лишний жир, затем влейте пиво тонкой струйкой и дайте

ему закипеть. Только после этого добавляйте бульон или воду, если нужно. Так пиво раскроется постепенно, а не превратится в разбавленную жидкость.

И последнее: тушите под крышкой на самом маленьком огне. Пиво не любит бурного кипения. Оно любит тихое бурление, при котором пузырьки едва поднимаются со дна. Тогда кислотность работает мягко, солод не горит, а мясо доходит до нужной кондиции без потерь.

1. Говядина по-фламандски с луком

Это блюдо стоит первым в книге не случайно. Если вы хотите понять, как пиво работает в тушении, начните именно с него. Здесь всё просто: мясо, лук, пиво и время. Никаких экзотических специй, никаких сложных техник. Только базовый принцип в чистом виде — кислота размягчает, солод карамелизуется, терпение делает остальное.

На четыре порции вам понадобится:

Говядина — один килограмм. Идеально подойдут щёки, лопатка, голяшка или любая часть, которую вы обычно обходите стороной из-за жёсткости. Чем больше соединительной ткани, тем лучше результат. Мякоть задней части тоже сработает, но соус будет менее густым.

Лук — шестьсот граммов, примерно пять-шесть крупных луковиц. Не пугайтесь количества. Лук здесь не гарнир и не ароматическая добавка. Он растворяется в соусе и становится его основой.

Тёмное пиво — пятьсот миллилитров. Стаут, портер или тёмный эль. Берите то, что вам нравится пить. Если пиво горчит настолько, что вы не можете его пить, в блюде оно

тоже будет горчить.

Мука — две столовые ложки.

Сливочное масло — пятьдесят граммов.

Растительное масло — две столовые ложки.

Чеснок — три зубчика.

Тимьян — несколько веточек свежего или половина чайной ложки сушёного.

Лавровый лист — два.

Соль, чёрный перец — по вкусу.

Сахар — одна чайная ложка. Он нужен, чтобы помочь луку карамелизоваться.

Немного говяжьего бульона или воды — триста миллилитров, если пива не хватит для покрытия мяса.

Начинаем с мяса. Нарезьте говядину крупными кусками, примерно по пять-шесть сантиметров. Не мельчите. Крупные куски тушатся дольше, но остаются сочными внутри и не

разваливаются в кашу. Обсушите мясо бумажным полотенцем. Это важный момент, о котором часто забывают. Мокрое мясо не жарится, а варится. Нам нужна корочка, а не серый цвет.

Разогрейте в большой тяжёлой кастрюле или казане растительное масло и половину сливочного. Масло должно начать слегка пениться, но не гореть. Выложите мясо в один слой. Если кастрюля небольшая, жарьте в две или три партии. Не толкайте все куски сразу, иначе они пустят сок и будут тушиться вместо обжарки.

Обжаривайте на сильном огне по три-четыре минуты с каждой стороны, пока куски не покроются тёмно-коричневой корочкой. Эта корочка — не просто красота. Это реакция Майяра, которая даёт сотни вкусовых соединений. Без неё соус будет плоским. Переложите обжаренное мясо на тарелку.

Убавьте огонь до среднего. Положите в кастрюлю оставшееся сливочное масло. Добавьте лук, нарезанный тонкими полукольцами. Посыпьте чайной ложкой сахара и щепоткой соли. Соль вытягивает из лука влагу, сахар помогает ему карамелизоваться. Перемешайте и оставьте на двадцать-тридцать минут, помешивая каждые пять минут.

Это самый важный этап. Лук должен не подрумяниться, а именно карамелизоваться. Сначала он станет прозрачным, потом начнёт желтеть, потом — темнеть. К концу он должен быть мягким, сладким, почти джемовой консистенции, тёмно-золотистого цвета. Если лук начнёт пригорать, добавьте ложку воды и убавьте огонь. Не торопитесь. Хорошо карамелизованный лук — это фундамент всего блюда.

Когда лук готов, верните мясо в кастрюлю вместе с соками, которые оно пустило на тарелке. Добавьте чеснок, раздавленный плоской стороной ножа, тимьян и лавровый лист. Посыпьте мукой и перемешайте. Мука обволакивает куски мяса и лук, и позже она загустит соус. Обжаривайте всё вместе минуту-две, чтобы мука потеряла сырой вкус.

Теперь влейте пиво. Тонкой струйкой, постоянно помешивая, чтобы мука не собралась в комки. Пиво должно покрыть мясо почти полностью. Если не покрывает, добавьте бульон или воду. Дайте закипеть, снимите пену, которая поднимется на поверхность, убавьте огонь до минимума, накройте крышкой и забудьте на два часа.

Через два часа проверьте мясо. Оно должно легко разламываться вилкой, но не распадаться само по себе. Если ещё жёсткое, тушите дальше. Время зависит от куска: щёки могут дойти за полтора часа, голяшка — за три. Проверяйте

каждые двадцать минут, но не перемешивайте часто, чтобы куски не развалились.

Когда мясо готово, попробуйте соус. Он должен быть густым, тёмным, блестящим, с яркой кисло-сладкой нотой от лука и пива. Если жидкий, достаньте мясо шумовкой, поставьте кастрюлю на сильный огонь и уварите соус до нужной консистенции. Если горчит, добавьте чайную ложку мёда или кусочек сливочного масла. Если кажется пресным, добавьте соли и каплю лимонного сока.

Верните мясо в соус, прогрейте минуту и снимите с огня. Дайте отдохнуть десять минут под крышкой. За это время соус окончательно соберётся, а мясо впитает часть влаги обратно.

Подавайте с картофельным пюре, отварным картофелем, макаронами или просто с ломтем плотного хлеба. Соус здесь — главное, и его нужно собирать хлебом. Посыпьте сверху свежей петрушкой, если хотите добавить свежести.

На следующий день это блюдо становится ещё лучше. Соус густеет, вкусы сливаются, мясо пропитывается. Разогревайте на медленном огне, добавив ложку воды, чтобы не пригорело.

Вариации. Если хотите более выраженную сладость, добавьте вместе с пивом столовую ложку тёмного мёда или пару черносливов. Если любите копчёные ноты, добавьте сто граммов бекона, обжаренного вместе с луком. Если хотите остроты, добавьте щепотку хлопьев чили или чайную ложку дижонской горчицы в конце. Пиво позволяет играть с вкусами, не ломая основу.

2. Курица с яблоками и сидром

Если говядина по-фламандски — это тяжёлая артиллерия, то курица с яблоками — лёгкая прогулка. Здесь пиво работает не столько как размягчитель, сколько как ароматическая основа. Курица мягкая от природы, ей не нужна кислота для расщепления коллагена. Ей нужна компания. И лучшее, что можно предложить курице в тушении, — это яблоки и светлое пиво.

Почему именно светлое. Тёмные сорта перебыют нежное куриное мясо. Стаут сделает соус горьким и тяжёлым. А светлый лагер, пшеничное или лёгкий сидр дают деликатную кислинку, солодовую сладость и прозрачный золотистый цвет. Яблоки добавляют вторую волну кислоты — уже фруктовой, которая работает мягче, чем пивная.

Кстати, о сидре. В названии стоит сидр, но это не значит, что нужно бежать за дорогим французским. Сидр здесь — это обобщённое название для лёгкого яблочного алкоголя. Если у вас есть сухой сидр — отлично. Если есть светлое пиво — тоже отлично. Если есть и то и другое — смешайте в равных пропорциях, получится идеальный баланс. Я в базовом рецепте использую светлое пиво, а сидр добавляю как опцию для тех, кто хочет более выраженный яблочный вкус.

На четыре порции вам понадобится:

Куриные бёдра — восемь штук, примерно полтора килограмма. Именно бёдра, не грудки. Грудка в тушении высыхает и становится волокнистой. Бёдра с кожей и косточкой дают сочность и навар. Если у вас только филе, сократите время тушения вдвое и добавьте ложку сливочного масла в конце.

Яблоки — четыре средних. Кисло-сладкие сорта: гренни смит, антоновка, голден. Сладкие сорта разварятся в пюре, кислые держат форму и дают нужную кислотность. Кожуру не снимайте, она держит структуру.

Лук — две крупные луковицы.

Чеснок — четыре зубчика.

Светлое пиво — четыреста миллилитров. Лагер, пшеничное или светлый эль.

Сидр — двести миллилитров, опционально. Если не используете, увеличьте количество пива до шестисот миллилитров.

Куриный бульон — двести миллилитров.

Сливочное масло — тридцать граммов.

Растительное масло — две столовые ложки.

Розмарин — две веточки свежего или чайная ложка сушёного.

Тимьян — три веточки свежего или чайная ложка сушёного.

Лавровый лист — один.

Мука — столовая ложка.

Соль, чёрный перец — по вкусу.

Мёд — чайная ложка, если яблоки слишком кислые.

Начните с курицы. Обсушите бёдра бумажным полотенцем. Посолите и поперчите с обеих сторон. Разогрейте в широкой кастрюле или глубокой сковороде растительное масло и половину сливочного. Выложите бёдра кожей вниз. Обжаривайте на среднем огне пять-шесть минут, не переворачивая, пока кожа не станет золотистой и хрустящей. Перевер-

ните и обжарьте ещё три минуты с другой стороны. Курица не должна приготовиться полностью, нам нужна только корочка. Переложите на тарелку.

В той же кастрюле, где остался куриный жир, обжарьте лук, нарезанный крупными кубиками. Огонь средний. Лук должен стать мягким и прозрачным, но не коричневым. Это займёт пять-семь минут. Добавьте чеснок, раздавленный ножом, и обжаривайте ещё минуту, пока не появится аромат.

Посыпьте лук мукой и перемешайте. Обжаривайте минуту, чтобы мука потеряла сырой вкус. Влейте пиво тонкой струйкой, постоянно помешивая. Дайте закипеть. Пиво начнёт пениться и пахнуть солодом. Добавьте бульон и сидр, если используете. Снова дайте закипеть.

Верните курицу в кастрюлю кожей вверх. Добавьте розмарин, тимьян и лавровый лист. Жидкость должна покрывать курицу на две трети. Если не покрывает, добавьте немного бульона или воды. Накройте крышкой, убавьте огонь до минимума и тушите двадцать пять минут.

Пока курица тушится, подготовьте яблоки. Разрежьте их на четвертинки, удалите сердцевину. Не чистите. Если яблоки крупные, разрежьте каждую четвертинку ещё пополам. Через двадцать пять минут добавьте яблоки в кастрюлю. Они

должны лежать вокруг курицы, а не на ней, чтобы не развалиться в кашу. Накройте крышкой и тушите ещё пятнадцать минут.

Проверьте готовность. Курица должна быть мягкой, сок при проколе прозрачным. Яблоки должны стать мягкими, но держать форму. Если яблоки развалились, ничего страшного, они станут частью соуса. Если курица ещё не готова, тушите дальше, проверяя каждые пять минут.

Достаньте курицу и яблоки шумовкой на тарелку. Поставьте кастрюлю на сильный огонь и уварите соус вдвое. Он должен стать слегка густым, обволакивать ложку. Попробуйте. Если горчит, добавьте чайную ложку мёда. Если пресно, добавьте соли. Если слишком кисло, добавьте кусочек сливочного масла. Верните курицу и яблоки в соус, прогрейте минуту и снимите с огня.

Дайте отдохнуть пять минут под крышкой. Подавайте с рисом, кускусом, картофельным пюре или просто с хрустящим хлебом. Сверху посыпьте свежим тимьяном или петрушкой. Лимон не нужен, кислоты достаточно.

Вариации. Если хотите более выраженный яблочный вкус, замените половину пива на сухой сидр. Если хотите копчёные ноты, добавьте сто граммов бекона, обжаренного вме-

сте с луком. Если хотите восточный акцент, добавьте чайную ложку молотой корицы и щепотку кардамона вместе с розмарином. Если хотите остроты, добавьте половину чайной ложки хлопьев чили.

Что делать с остатками. Это блюдо хорошо разогревается на следующий день. Соус густеет, вкусы сливаются. Разогревайте на медленном огне, добавив ложку воды или бульона. Не используйте микроволновку, курица станет резиновой.

И последнее. Это блюдо отлично работает с индейкой. Замените куриные бёдра на бедро индейки, увеличьте время тушения до сорока минут до добавления яблок. Получится более плотное, но не менее ароматное блюдо.

3. Свинина с черносливом и тёмным пивом

Вот мы и дошли до блюда, где тёмное пиво раскрывается в полную силу. Свинина с черносливом — это классика европейской кухни, но чаще её готовят с красным вином или просто с бульоном. Пиво здесь меняет всё. Оно даёт не только кислотность и глубину, но и ту самую солодовую карамель, которая рифмуется со сладостью чернослива. Получается соус почти чёрного цвета, блестящий, густой, с ярким кисло-сладким вкусом. Это блюдо для тех вечеров, когда хочется чего-то основательного, но не тяжёлого.

Почему именно тёмное пиво. Свинина — мясо жирное и сладковатое. Ей нужна горечь, чтобы баланс не ушёл в припирность. Стаут или портер дают эту горечь вместе с шоколадными и кофейными нотами. Светлое пиво здесь потеряется, а янтарный эль сработает, но слабее. Если у вас нет стаута, возьмите тёмный эль или даже квас — но тогда соус будет менее глубоким.

Чернослив — второй ключевой ингредиент. Он не просто добавляет сладость. Он впитывает пиво, разбухает и превращается в мягкие, почти мармеладные кусочки, которые взрываются кисло-сладким соком. Не заменяйте его изюмом

или курагой. Изюм слишком сладкий, курага слишком кислая. Чернослив — единственный правильный выбор.

На четыре порции вам понадобится:

Свинина — один килограмм. Идеально подойдёт шея, лопатка или карбонад. Шея даст больше жира и сочности, лопатка — более плотную структуру, карбонад — более постное блюдо. Я беру шею, потому что жир в процессе тушения растворяется и делает соус шелковистым.

Чернослив — двести граммов, без косточек. Если с косточками, удалите их сами. Крупный чернослив лучше, чем мелкий: он держит форму и даёт больше сока.

Лук — две крупные луковицы.

Чеснок — четыре зубчика.

Тёмное пиво — пятьсот миллилитров. Стаут, портер или тёмный эль.

Говяжий или куриный бульон — двести миллилитров.

Горчица — столовая ложка. Дижонская или обычная, но не сладкая.

Сливочное масло — тридцать граммов.

Растительное масло — две столовые ложки.

Мука — столовая ложка.

Лавровый лист — два.

Тимьян — три веточки свежего или чайная ложка сушёного.

Гвоздика — две штуки. Это важно, гвоздика дружит с черносливом и тёмным пивом.

Соль, чёрный перец — по вкусу.

Сахар — чайная ложка, если соус покажется слишком горьким.

Начните с мяса. Нарезьте свинину крупными кусками, примерно по четыре-пять сантиметров. Обсушите бумажным полотенцем. Посолите и поперчите. Разогрейте в тяжёлой кастрюле растительное масло и половину сливочного. Выложите свинину в один слой и обжаривайте на сильном огне по три-четыре минуты с каждой стороны, пока куски

не покроются золотисто-коричневой корочкой. Не переполняйте кастрюлю. Если кусков много, жарьте в две партии. Переложите обжаренное мясо на тарелку.

Убавьте огонь до среднего. Добавьте оставшееся сливочное масло. Положите лук, нарезанный крупными кубиками. Обжаривайте пять-семь минут, пока лук не станет мягким и прозрачным. Добавьте чеснок, раздавленный ножом, и обжаривайте ещё минуту.

Посыпьте лук мукой и перемешайте. Обжаривайте минуту. Влейте тёмное пиво тонкой струйкой, постоянно помешивая, чтобы мука не собралась в комки. Дайте закипеть. Пиво начнёт пениться и пахнуть солодом и кофе. Добавьте бульон и снова дайте закипеть.

Верните свинину в кастрюлю вместе с соками, которые она пустила. Добавьте лавровый лист, тимьян и гвоздику. Жидкость должна покрывать мясо почти полностью. Если не покрывает, добавьте немного бульона или воды. Накройте крышкой, убавьте огонь до минимума и тушите полтора часа.

Через полтора часа добавьте чернослив. Не нарежьте его, кладите целиком. Перемешайте, чтобы он погрузился в соус. Накройте крышкой и тушите ещё тридцать минут. За это

время чернослив разбухнет, отдаст сладость и впитает в себя пиво и мясные соки.

Проверьте готовность. Свинина должна легко разламываться вилкой. Чернослив должен быть мягким, но не разваренным в пюре. Если соус кажется жидким, достаньте мясо и чернослив шумовкой, поставьте кастрюлю на сильный огонь и уварите соус вдвое. Он должен стать густым, почти как сироп, и блестящим.

Попробуйте соус. Он должен быть кисло-сладким, с отчётливой горчинкой от пива и гвоздики. Если горчит слишком сильно, добавьте чайную ложку сахара или мёда. Если кажется пресным, добавьте соли и столовую ложку горчицы. Если слишком сладким, добавьте каплю лимонного сока или ложку уксуса. Верните мясо и чернослив в соус, прогрейте минуту и снимите с огня.

Дайте отдохнуть десять минут под крышкой. Подавайте с гречкой, запечённым картофелем, картофельным пюре или просто с плотным хлебом. Сверху посыпьте свежей петрушкой или зелёным луком. Кислота петрушки балансирует сладость чернослива.

Вариации. Если хотите более выраженную копчёность, добавьте сто граммов бекона, обжаренного вместе с луком.

Если хотите восточный акцент, добавьте вместе с черносливом чайную ложку молотой корицы и щепотку кардамона. Если хотите остроты, добавьте половину чайной ложки хлопьев чили или столовую ложку аджики в конце. Если хотите более светлый соус, замените половину тёмного пива на светлое.

Что делать с остатками. Это блюдо на следующий день становится только лучше. Соус густеет, чернослив пропитывается, мясо становится ещё мягче. Разогревайте на медленном огне, добавив ложку воды или бульона. Можно также разобрать мясо на волокна и использовать как начинку для пирога или тако.

И последнее. Это блюдо отлично работает с говядиной. Замените свинину на говяжьи щёки или лопатку, увеличьте время тушения до двух с половиной часов. Получится более плотное, но не менее ароматное блюдо. Чернослив и тёмное пиво одинаково хорошо дружат с обоими видами мяса.

4. Треска с томатами в светлом ээле

После двух мясных блюд хочется чего-то полегче. Треска с томатами — именно такое блюдо. Здесь пиво работает не как размягчитель, а как замена белого вина. Оно даёт кислотность, которая нужна томатам, и солодовую ноту, которая связывает рыбу с овощами. Получается соус, напоминающий средиземноморский, но с лёгким хлебным акцентом. Это блюдо готовится быстро, минут за тридцать, и не требует никаких сложных техник.

Почему именно светлый ээль. Рыба — продукт нежный. Тёмное пиво её перебьёт, а светлый лагер слишком нейтрален. Светлый ээль или пшеничное пиво дают мягкую солодовую сладость и лёгкую фруктоность, которые рифмуются с томатами. Если у вас нет ээля, возьмите светлый лагер или даже безалкогольное пшеничное. Главное, чтобы пиво не было горьким.

Треска — идеальный выбор, но не единственный. Минтай, пикша, хек, навага, сайда — все эти рыбы работают одинаково хорошо. Главное правило: выбирайте плотную белую рыбу, которая не развалится при тушении. Тонкие филе, такие как камбала или палтус, тоже подойдут, но время тушения сократится до десяти минут.

Томаты — второй ключевой ингредиент. Летом используйте свежие спелые томаты, зимой — консервированные в собственном соку. Не берите томатную пасту в чистом виде, она слишком концентрированная. Если используете пасту, добавьте её вместе с водой или бульоном.

На четыре порции вам понадобится:

Треска — восемьсот граммов филе. Свежее или размороженное. Если рыба заморожена, разморозьте её в холодильнике, а не в горячей воде. Промокните бумажным полотенцем.

Томаты — шестьсот граммов свежих или одна банка консервированных в собственном соку, примерно четыреста граммов.

Лук — одна крупная луковица.

Чеснок — четыре зубчика.

Светлый эль — триста миллилитров.

Рыбный или овощной бульон — двести миллилитров. Если нет бульона, используйте воду.

Оливковое масло — три столовые ложки.

Сливочное масло — двадцать граммов.

Петрушка — небольшой пучок.

Базилик — несколько веточек свежего или чайная ложка сушёного.

Орегано — чайная ложка сушёного.

Лавровый лист — один.

Соль, чёрный перец — по вкусу.

Лимон — половина, для подачи.

Начните с соуса. Разогрейте в широкой глубокой сковороде или сотейнике оливковое масло и сливочное масло. Добавьте лук, нарезанный мелкими кубиками. Обжаривайте на среднем огне пять-семь минут, пока лук не станет мягким и прозрачным. Добавьте чеснок, нарезанный тонкими ломтиками, и обжаривайте ещё минуту, пока не появится аромат.

Если используете свежие томаты, обдайте их кипятком,

снимите кожицу и нарежьте крупными кубиками. Если используете консервированные, просто разомните их вилкой прямо в банке. Добавьте томаты в сковороду к луку. Обжаривайте на среднем огне пять минут, пока томаты не начнут развариваться и отдавать сок.

Влейте светлый эль тонкой струйкой. Дайте закипеть. Пиво начнёт пениться и пахнуть солодом. Добавьте бульон или воду. Снова дайте закипеть. Добавьте орегано, лавровый лист, соль и перец. Убавьте огонь до минимума и тушите соус десять минут, чтобы он слегка загустел и все вкусы соединились.

Пока соус тушится, подготовьте рыбу. Нарежьте филе трески крупными кусками, примерно по пять-шесть сантиметров. Посолите и поперчите с обеих сторон. Если рыба тонкая, не нарежьте, оставьте целыми филе.

Через десять минут попробуйте соус. Он должен быть кисло-сладким, с лёгкой горчинкой от пива и ярким томатным вкусом. Если кажется слишком кислым, добавьте щепотку сахара. Если слишком пресным, добавьте соли. Если горчит, добавьте чайную ложку мёда или кусочек сливочного масла.

Аккуратно выложите куски рыбы в соус. Они должны быть погружены в соус наполовину, не полностью. Накрой-

те крышкой и тушите на медленном огне десять-двенадцать минут. Не перемешивайте, иначе рыба развалится. Просто покачивайте сковороду время от времени.

Проверьте готовность. Рыба должна стать матовой и легко расслаиваться вилкой. Если ещё сырая внутри, тушите дальше, проверяя каждые две минуты. Не переварите, иначе рыба станет сухой и волокнистой.

Снимите с огня. Добавьте свежую петрушку и базилик, нарезанные крупно. Дайте отдохнуть пять минут под крышкой. За это время рыба впитает часть соуса, а зелень отдаст аромат.

Подавайте с рисом, кускусом, отварным картофелем или просто с хрустящим хлебом. Сбрызните лимонным соком перед подачей. Лимон усилит кислотность и освежит блюдо. Посыпьте сверху свежей петрушкой.

Вариации. Если хотите более выраженный средиземноморский вкус, добавьте вместе с томатами горсть оливок и столовую ложку каперсов. Если хотите остроты, добавьте половину чайной ложки хлопьев чили вместе с чесноком. Если хотите более сливочный соус, добавьте сто миллилитров сливок за пять минут до готовности рыбы. Если хотите запечённый вариант, переложите всё в форму для запекания, по-

сыпьте хлебными крошками и запекайте при двухстах градусах десять минут.

Что делать с остатками. Это блюдо хорошо разогревается на следующий день, но рыба может развалиться. Разогревайте на медленном огне, добавив ложку воды или бульона. Можно также разобрать рыбу на волокна и использовать как начинку для тако или пасты.

И последнее. Это блюдо отлично работает с креветками или мидиями. Замените треску на четыреста граммов очищенных креветок или пятьсот граммов мидий. Время тушения сократится до трёх-пяти минут, пока креветки не станут розовыми, а мидии не раскроются. Соус останется тем же, и он идеально подойдёт для макания хлеба.

5. Краснокочанная капуста с тмином

Это блюдо стоит особняком в разделе тушения. Здесь нет мяса и нет рыбы. Краснокочанная капуста — это гарнир, который благодаря пиву превращается в самостоятельное блюдо. Тёмное пиво даёт капусте глубокий бордовый цвет и мягкую горчинку, тмин и мёд балансируют кислотность, а яблоко добавляет фруктовую ноту. Получается что-то среднее между гарниром и рагу. На следующий день это становится ещё вкуснее, поэтому готовьте сразу большую порцию.

Почему именно тёмное пиво. Краснокочанная капуста — овощ с характером. Она плотная, слегка горьковатая, с землистым вкусом. Светлое пиво в ней потеряется, а тёмный стаут или портер работают идеально. Солод даёт карамельную сладость, которая смягчает капустную горечь. Хмель добавляет вторую волну горечи, которая рифмуется с тмином. Если у вас нет стаута, возьмите тёмный эль или даже квас. Но не берите светлое.

Тмин — второй ключевой ингредиент. Он дружит и с капустой, и с тёмным пивом, и с яблоком. Не заменяйте его кумином. Кумин — это совсем другая специя, с более тёплым и ореховым ароматом. Тмин здесь незаменим.

Яблоко — третий элемент. Кисло-сладкое яблоко, например антоновка или грэнни смит, добавляет кислотность и свежесть. Сладкие сорта разварятся в пюре, поэтому выберите кислые.

На четыре порции как гарнира или на две как самостоятельное блюдо вам понадобится:

Краснокочанная капуста — один средний кочан, примерно один килограмм. Удалите верхние листья и кочерыжку. Нашинкуйте тонкими полосками. Не ленитесь, тонкая нарезка важна для текстуры.

Лук — одна крупная луковица.

Яблоко — одно крупное кисло-сладкое.

Тёмное пиво — триста миллилитров. Стаут или портер.

Яблочный уксус — две столовые ложки. Если нет, используйте винный или бальзамический.

Мёд — столовая ложка.

Тмин — чайная ложка семян. Если используете молотый, половина чайной ложки.

Лавровый лист — один.

Гвоздика — одна штука. Опционально, но она добавляет глубину.

Сливочное масло — тридцать граммов.

Растительное масло — столовая ложка.

Соль, чёрный перец — по вкусу.

Сахар — чайная ложка, если капуста слишком горькая.

Начните с лука. Разогрейте в большой кастрюле или казане растительное масло и половину сливочного. Добавьте лук, нарезанный тонкими полукольцами. Обжаривайте на среднем огне пять-семь минут, пока лук не станет мягким и прозрачным. Не дайте ему подрумяниться, нам нужна мягкость, а не корочка.

Добавьте капусту. Она займёт всю кастрюлю, но быстро осядет. Перемешайте с луком. Обжаривайте на среднем огне пять минут, пока капуста не начнёт softening и не уменьшится в объёме примерно вдвое. Посолите, чтобы капуста пустила сок.

Добавьте тмин, лавровый лист и гвоздику, если используете. Перемешайте. Обжаривайте ещё минуту, чтобы специи раскрылись.

Влейте тёмное пиво тонкой струйкой. Дайте закипеть. Пиво начнёт пениться и пахнуть солодом и кофе. Добавьте яблочный уксус и мёд. Перемешайте. Убавьте огонь до минимума, накройте крышкой и тушите тридцать минут, помешивая каждые десять минут.

Пока капуста тушится, подготовьте яблоко. Разрежьте его на четвертинки, удалите сердцевину. Не чистите. Нарежьте тонкими ломтиками. Через тридцать минут добавьте яблоко в кастрюлю. Перемешайте. Накройте крышкой и тушите ещё двадцать минут.

Проверьте готовность. Капуста должна стать мягкой, но не разваренной в кашу. Она должна держать форму и слегка хрустеть. Яблоко должно размягчиться и почти раствориться в соусе. Если капуста ещё жёсткая, тушите дальше, проверяя каждые пять минут. Если жидкости слишком много, снимите крышку и тушите на сильном огне, пока соус не уварится.

Попробуйте. Блюдо должно быть кисло-сладким, с отчётливой горчинкой от пива и тмина, с лёгкой сладостью от

мёда и яблока. Если горчит слишком сильно, добавьте чайную ложку мёда или кусочек сливочного масла. Если кажется пресным, добавьте соли и уксуса. Если слишком сладким, добавьте каплю лимонного сока.

Снимите с огня. Достаньте лавровый лист и гвоздику. Дайте отдохнуть десять минут под крышкой. За это время вкусы соединятся, а соус станет гуще.

Подавайте горячей или тёплой. Это идеальный гарнир к свинине, утке, колбаскам, запечённой курице или просто к картофельному пюре. Можно также подавать как самостоятельное блюдо с ломтем ржаного хлеба и ложкой сметаны.

Вариации. Если хотите более выраженную копчёность, добавьте сто граммов бекона, обжаренного вместе с луком. Если хотите веганскую версию, замените сливочное масло на растительное, а мёд на кленовый сироп. Если хотите восточный акцент, добавьте вместе с тмином чайную ложку молотой корицы и щепотку кардамона. Если хотите остроты, добавьте половину чайной ложки хлопьев чили вместе с луком.

Что делать с остатками. Это блюдо на следующий день становится только лучше. Соус густеет, капуста пропитывается, вкусы сливаются. Разогревайте на медленном огне, добавив ложку воды или бульона. Можно также использовать

как начинку для пирога или как гарнир к яичнице.

И последнее. Это блюдо отлично работает с белокочанной капустой, но краснокочанная даёт более глубокий цвет и более насыщенный вкус. Если у вас только белокочанная, увеличьте количество уксуса на столовую ложку, чтобы компенсировать меньшую кислотность. И не бойтесь экспериментировать с сортами пива. Каждый стаут даст свой оттенок вкуса и цвета.

6. Мидии в пиве с чесноком

Это самое быстрое блюдо в разделе тушения. Пока закипает вода для пасты или пока вы нарежете хлеб, мидии уже готовы. Пять-семь минут, и на столе стоит кастрюля, от которой поднимается пар с запахом моря, чеснока и солода. Пиво здесь работает не как размягчитель, ему не нужно ничего размягчать. Мидии раскрываются сами, а пиво становится частью бульона, который смешивается с соками моллюсков и сливочным маслом. Получается соус, ради которого и стоит затевать это блюдо. Хлеб здесь не гарнир, а обязательный инструмент.

Почему именно светлое пиво. Мидии — продукт нежный и солёный. Тёмное пиво перебьёт их вкус, а светлый лагер или пшеничное пиво дают лёгкую солодовую сладость и кислотность, которые только подчёркивают морской вкус. Если у вас есть светлый эль или бланш, они тоже подойдут. Главное, чтобы пиво не было слишком горьким. Идеальный вариант — пшеничное нефilterованное, оно даёт мягкость и лёгкую мутность, которая рифмуется с бульоном.

Мидии — ключевой ингредиент. Свежие или замороженные. Если свежие, выбирайте раковины, которые закрыты. Если раковина открыта и не закрывается при постукивании,

выбрасывайте. Если замороженные, разморозьте в холодильнике и промойте. Не используйте мидии, которые уже были приготовлены и заморожены повторно, они будут резиновыми.

Чеснок — второй ключевой ингредиент. Его нужно много. Не бойтесь, чеснок в пиве и сливочном масле теряет резкость и становится сладким. Четыре-пять зубчиков на килограмм мидий — это норма, а не излишество.

Петрушка — третий элемент. Свежая, крупно нарезанная, добавленная в самом конце. Она даёт свежесть и цвет, которые балансируют насыщенность бульона.

На две-три порции вам понадобится:

Мидии — один килограмм. Свежие или замороженные. Если свежие, промойте под холодной водой и удалите бородку, если она есть. Бородка — это волокнистый пучок, который торчит из раковины. Просто потяните его и оторвите.

Чеснок — пять зубчиков.

Лук-шалот — две штуки. Если нет, используйте половину обычной луковицы.

Светлое пиво — триста миллилитров. Лагер, пшеничное или светлый эль.

Сливочное масло — пятьдесят граммов.

Оливковое масло — столовая ложка.

Петрушка — небольшой пучок.

Лимон — половина.

Соль, чёрный перец — по вкусу.

Хлопья чили — щепотка, опционально.

Начните с подготовки. Промойте мидии под холодной водой. Если раковина открыта и не закрывается при постукивании, выбросьте её. Если раковина закрыта, но треснула, тоже выбросьте. Если есть борода, удалите её, потянув за волокна. Отложите мидии в сторону.

Разогрейте в большой кастрюле или сотейнике оливковое масло и половину сливочного. Добавьте лук-шалот, нарезанный тонкими полукольцами. Обжаривайте на среднем огне три-четыре минуты, пока лук не станет мягким и прозрачным. Добавьте чеснок, нарезанный тонкими ломтиками, и

хлопья чили, если используете. Обжаривайте ещё минуту, пока не появится аромат. Не дайте чесноку подгореть, иначе он станет горьким.

Влейте светлое пиво тонкой струйкой. Дайте закипеть. Пиво начнёт пениться и пахнуть солодом. Добавьте соль и перец. Убавьте огонь до среднего и дайте пиву покипеть две минуты, чтобы алкоголь выпарился, а вкус сконцентрировался.

Добавьте мидии в кастрюлю. Перемешайте, чтобы они покрылись пивом. Накройте крышкой и тушите пять-семь минут. Не перемешивайте в процессе. Просто покачивайте кастрюлю время от времени. Мидии готовы, когда раковины раскрылись. Если какая-то раковина не раскрылась после семи минут, выбросьте её. Это значит, что она была мёртвой до приготовления.

Снимите с огня. Добавьте оставшееся сливочное масло и перемешайте, чтобы оно растворилось в горячем бульоне. Добавьте петрушку, нарезанную крупно. Сбрызните лимонным соком. Перемешайте. Дайте отдохнуть две минуты под крышкой.

Подавайте прямо в кастрюле или переложите в глубокую миску. Обязательно подайте с хрустящим хлебом, лучше

всего с багетом или чиабаттой. Хлеб нужен, чтобы собирать бульон. Также подойдут отварной картофель, рис или паста. Лимон подайте отдельно, чтобы каждый мог добавить по вкусу.

Вариации. Если хотите более выраженный средиземноморский вкус, добавьте вместе с чесноком горсть оливок и столовую ложку каперсов. Если хотите более сливочный бульон, добавьте сто миллилитров сливок за минуту до готовности мидий. Если хотите остроты, добавьте больше хлопьев чили или столовую ложку аджики. Если хотите копчёные ноты, добавьте сто граммов бекона, обжаренного вместе с луком.

Что делать с остатками. Это блюдо лучше всего есть сразу. Мидии не любят разогрева, они становятся резиновыми. Если у вас остался бульон, не выливайте его. Процедите, охладите и используйте как основу для супа или соуса к рыбе. Он хранится в холодильнике три дня или в морозилке три месяца.

И последнее. Это блюдо отлично работает с креветками. Замените мидии на четыреста граммов очищенных креветок. Время тушения сократится до трёх минут, пока креветки не станут розовыми. Бульон останется тем же, и он будет не менее вкусным. Также можно смешать мидии и креветки

в равных пропорциях, получится более праздничное блюдо.

Раздел 2. Маринад на пиве

Принцип: ферменты солода и газы ускоряют проникновение специй

Маринад — это первое, о чём думают, когда речь заходит о пиве и мясе. Шашлык на пиве, курица на пиве, рыба на пиве. Но мало кто задумывается, почему это работает. А работает это по двум причинам, и обе они не имеют ничего общего с алкоголем.

Первая причина — ферменты. Солод, из которого варят пиво, содержит активные ферменты, в частности протеазы. Эти ферменты расщепляют белки на поверхности мяса. Они не проникают вглубь, но размягчают верхний слой, делая его более восприимчивым к специям и соли. Это не то же самое, что кислотный маринад с уксусом или лимоном. Кислота работает агрессивно, она может «сварить» поверхность мяса, сделать её серой и волокнистой. Ферменты солода работают мягко, они разрыхляют структуру, не разрушая её. Именно поэтому мясо в пивном маринаде остаётся сочным внутри и не теряет текстуру.

Вторая причина — газы. Углекислый газ, который содержится в пиве, создаёт микроскопические пузырьки на по-

верхности продукта. Эти пузырьки действуют как крошечные насосы: они раскрывают поры, и специи, соль, чеснок, травы проникают глубже и быстрее. Если вы маринуете мясо в простой воде со специями, специи остаются на поверхности. Если вы маринуете в пиве, специи проникают на несколько миллиметров вглубь. Разница ощутима, особенно если маринуете недолго.

Третья причина, о которой часто забывают, — вкус. Пиво в маринаде не просто размягчает. Оно отдаёт продукту солодовую сладость, лёгкую горчинку и хлебный аромат. Эти ноты остаются после обжарки или запекания, создавая сложный вкусовой фон, которого не добиться никакими специями.

Правила выбора пива для маринада

Для свинины и говядины берите тёмные сорта: стаут, портер, тёмный эль. Они дают глубокий цвет, карамельные ноты и лёгкую горечь, которая балансирует жирность. Для курицы и индейки подойдут янтарный эль, пшеничное или светлое пиво с характером. Для рыбы и морепродуктов — только светлый лагер или пшеничное, чтобы не перебить нежный вкус. Для овощей — светлое пиво или даже кислые сорта, такие как берлинер вейссе, которые дают дополнительную кислотность.

Ещё одно правило: не маринуйте в пиве слишком долго. Два-четыре часа для рыбы и овощей, четыре-восемь часов для курицы, восемь-двенадцать часов для свинины и говядины. Дольше — не значит лучше. Ферменты продолжают работать, и поверхность мяса может стать слишком мягкой, почти кашеобразной. Если вам нужно мариновать дольше, добавьте больше соли и меньше пива, или поставьте мясо в холодильник при температуре около нуля, чтобы замедлить ферментативную активность.

И последнее: не выливайте маринад. Если вы мариновали мясо или овощи в пиве, маринад можно использовать для приготовления соуса. Просто проварите его пять минут, чтобы убить бактерии, добавьте немного муки или сливочного масла для густоты, и у вас получится отличный соус к тому же блюду. Это не только экономит продукты, но и объединяет вкусы.

Совет напоследок. Если вы маринуете в пиве, не добавляйте соль в самом начале. Соль вытягивает влагу из мяса, и оно может стать сухим. Добавьте соль за час до готовности или прямо перед обжаркой. Если маринуете овощи, соль можно добавить сразу, овощи не так чувствительны к потере влаги. И не бойтесь экспериментировать с добавками: соевый соус, мёд, горчица, имбирь, чили, паприка — всё это

дружит с пивом и делает маринад ещё интереснее.

1. Шашлык из свинины на тёмном пиве

Шашлык — это первое, что приходит в голову, когда речь заходит о пивном маринаде. И не случайно. Свинина, тёмное пиво, лук и специи — это классика, проверенная десятилетиями. Но многие делают одну и ту же ошибку: льют пиво в маринад и думают, что этого достаточно. Нет. Пиво работает только в связке с правильными пропорциями и правильным временем. Здесь важен каждый шаг.

Почему именно тёмное пиво. Свинина — мясо жирное и сладковатое. Ей нужна горечь, чтобы баланс не ушёл в припирность, и кислотность, чтобы размягчить волокна. Тёмный стаут или портер дают и то и другое. Солод добавляет карамельные ноты, которые при жарке на углях превращаются в хрустящую корочку. Светлое пиво тоже сработает, но мясо получится более нейтральным, без той глубины, ради которой мы вообще беремся за пиво.

Свинина — ключевой ингредиент. Идеально подойдёт шея. Она жирная, сочная, и жир при жарке тает, пропитывая мясо. Лопатка тоже сработает, но она более постная, и есть риск пересушить. Карбонад — слишком сухой для шашлыка. Если у вас только карбонад, добавьте в маринад столовую

ложку растительного масла, чтобы компенсировать недостаток жира.

Лук — второй ключевой ингредиент. Его нужно много. Не две луковицы на килограмм мяса, а четыре-пять. Лук в маринаде не просто даёт аромат. Он выделяет сок, который вместе с пивом создаёт среду, в которой мясо маринуется равномерно. И лук защищает мясо от пересыхания при жарке.

На четыре-шесть порций вам понадобится:

Свиная шея — полтора килограмма. Нарежьте крупными кусками, примерно по пять-шесть сантиметров. Не мельчите, иначе мясо пересохнет на углях.

Лук — пять крупных луковиц. Нарежьте толстыми кольцами, не мельчите. Кольца должны держать форму, чтобы не превратиться в кашу.

Тёмное пиво — пятьсот миллилитров. Стаут, портер или тёмный эль. Берите то, что вам нравится пить. Если пиво горчит настолько, что вы не можете его пить, в маринаде оно тоже будет горчить.

Чеснок — шесть зубчиков. Раздавите плоской стороной

ножа, не режьте. Так чеснок отдаёт аромат, но не горит при жарке.

Лавровый лист — три штуки.

Чёрный перец — столовая ложка свежемолотого. Именно свежемолотого, не молотого из пакета. Разница огромная.

Паприка — столовая ложка сладкой или копчёной. Копчёная даст дополнительный аромат дымка.

Тимьян — чайная ложка сушёного или три веточки свежего.

Соль — полторы столовые ложки. Добавляйте за час до жарки, не раньше.

Растительное масло — две столовые ложки. Если свинина нежирная, добавьте три.

Начните с мяса. Нарежьте свинину крупными кусками. Обсушите бумажным полотенцем. Это важно: мокрое мясо не впитывает маринад, он остаётся на поверхности. Промокнутое мясо впитывает всё, что вы в него положите.

Возьмите большую стеклянную или эмалированную посу-

ду. Не используйте алюминий, он реагирует с кислотой и даёт металлический привкус. Выложите мясо слоями, пересыпая луком. На дно и сверху положите лавровый лист и чеснок.

В отдельной миске смешайте тёмное пиво, чёрный перец, паприку, тимьян и растительное масло. Перемешайте. Залейте мясо с луком. Руками, в перчатках или без, перемешайте всё так, чтобы каждый кусок покрылся маринадом. Не бойтесь давить лук, он должен пустить сок.

Накройте посуду крышкой или плёнкой. Поставьте в холодильник на восемь часов. Минимум — четыре часа. Если у вас есть время, оставьте на ночь. Но не больше двенадцати часов, иначе поверхность мяса станет слишком мягкой и рыхлой.

Достаньте мясо из холодильника за час до жарки. Добавьте соль и перемешайте. Дайте мясу согреться до комнатной температуры. Холодное мясо на углях готовится неравномерно: снаружи горит, внутри сырое.

Разожгите угли. Они должны быть серыми, не чёрными. Если угли ещё горят открытым огнём, подождите. Открытый огонь сожжёт маринад, и мясо получится горьким. Если используете газовый гриль, разогрейте его до средней темпе-

ратуры, примерно двести градусов.

Нанизывайте мясо на шампуры, чередуя с луком. Не набивайте шампур слишком плотно, куски должны касаться друг друга, но не давить. Если используете деревянные шпажки, замочите их в воде на тридцать минут, чтобы они не горели.

Жарьте на углях по пять-семь минут с каждой стороны. Не переворачивайте каждую минуту. Дайте корочке схватиться. Если жир капает на угли и вспыхивает огонь, сбрызните угли водой или переместите шампуры в сторону. Открытый огонь — враг шашлыка.

Проверьте готовность. Надрежьте самый крупный кусок. Внутри мясо должно быть слегка розовым, но не сырым. Сок должен быть прозрачным. Если сок розовый, жарьте ещё две минуты.

Снимите шампуры с огня. Дайте отдохнуть пять минут под фольгой. За это время соки распределятся, и мясо станет ещё сочнее. Не ешьте сразу, как бы ни хотелось.

Подавайте с лавашом, свежим луком, зеленью, соусом ткемали или аджикой. Можно также подать печёные овощи или гриль-салат. И обязательно с холодным пивом, тем же самым, что использовали в маринаде.

Вариации. Если хотите более выраженную копчёность, добавьте в маринад столовую ложку копчёной паприки и чайную ложку жидкого дыма. Если хотите восточный акцент, добавьте чайную ложку зиры и половину чайной ложки корицы. Если хотите остроты, добавьте два нарезанных чили или столовую ложку аджики. Если хотите более светлый маринад, замените половину тёмного пива на светлое.

Что делать с остатками. Шашлык на следующий день можно разогреть на сухой сковороде или в духовке при ста восьмидесяти градусах десять минут. Не используйте микроволновку, мясо станет резиновым. Из остатков можно сделать шаурму, завернув мясо с луком и соусом в лаваш. Можно также добавить в суп или рагу для аромата.

И последнее. Это маринад отлично работает с говядиной. Замените свинину на говяжью вырезку или толстый край, увеличьте время маринования до двенадцати часов. Говядина получится более плотной, но не менее ароматной. Тёмное пиво и лук одинаково хорошо дружат с обоими видами мяса.

2. Куриные крылья-гриль с имбирём

Куриные крылья — это идеальный полигон для пивного маринада. Они маленькие, быстро готовятся, и у них много кожи, которая отлично впитывает всё, что вы на неё нальёте. Но у крыльев есть одна проблема: если их не замариновать, они получаются пресными. Кожа хрустит, мясо сочное, а вкуса нет. Пиво решает эту проблему за четыре часа. Имбирь добавляет остроту и свежесть, соевый соус — соль и умами, мёд — карамельную корочку. Вместе получается маринад, который превращает обычные крылья в блюдо, ради которого стоит разжигать гриль.

Почему именно светлое пиво. Курица — мясо нежное. Тёмное пиво перебьёт её вкус и сделает маринад слишком тяжёлым. Светлый лагер или пшеничное пиво дают лёгкую солодовую сладость и кислотность, которые работают как фон, а не как солист. Если у вас есть светлый эль или бланш, они тоже подойдут. Главное, чтобы пиво не было слишком горьким. Горькое пиво в маринаде для курицы даст неприятную горечь, которая усилится при жарке.

Имбирь — второй ключевой ингредиент. Свежий, не молотый. Молотый имбирь — это пыль, которая оседает на дне и не даёт того аромата. Свежий имбирь, натёртый на мел-

кой тёрке, отдаёт эфирные масла, которые проникают в кожу крыльев и остаются там после жарки. Если у вас нет свежего имбиря, замените его чайной ложкой имбирного порошка, но результат будет слабее.

Соевый соус — третий элемент. Он даёт соль и умами, которые пиво само по себе не даёт. Без соевого соуса маринад будет казаться плоским. Берите обычный соевый соус, не сладкий. Сладкий соус содержит сахар, который сгорит на гриле раньше, чем крылья приготовятся.

Мёд — четвёртый элемент. Он нужен не для сладости, а для корочки. Мёд карамелизуется при высокой температуре и создаёт глянцевую, хрустящую поверхность. Без мёда крылья будут вкусными, но не будут блестеть и хрустеть так, как хочется.

На четыре порции вам понадобится:

Куриные крылья — полтора килограмма. Целые или разделённые на фаланги. Если целые, разрежьте их на три части: кончик, средняя фаланга и плечо. Кончики можно оставить для бульона или выбросить, они почти не содержат мяса. Я беру разделённые крылья, они удобнее в еде.

Светлое пиво — четыреста миллилитров. Лагер, пшенич-

ное или светлый эль.

Соевый соус — сто миллилитров. Обычный, не сладкий.

Мёд — две столовые ложки. Жидкий, не засахаренный. Если мёд густой, растопите его на водяной бане.

Имбирь — кусок длиной пять сантиметров. Натрите на мелкой тёрке.

Чеснок — пять зубчиков. Натрите на мелкой тёрке или раздавите в прессе.

Лимонный сок — две столовые ложки. Свежий, не из бутылки.

Кунжутное масло — столовая ложка. Если нет, используйте растительное.

Паприка — чайная ложка сладкой.

Хлопья чили — половина чайной ложки, опционально.

Зелёный лук — небольшой пучок, для подачи.

Кунжут — столовая ложка, для подачи.

Соль, чёрный перец — по вкусу. Солите осторожно, соевый соус уже солёный.

Начните с крыльев. Промойте их под холодной водой и обсушите бумажным полотенцем. Это важно: мокрые крылья не впитывают маринад. Если крылья целые, разрежьте их на фаланги. Если на коже есть волоски, удалите их ножом или опалите над огнём.

Возьмите большую стеклянную или эмалированную посуду. Выложите крылья в один слой. Если не помещаются в один слой, маринуйте в два приёма или используйте две посуды. Крылья должны быть покрыты маринадом равномерно.

В отдельной миске смешайте светлое пиво, соевый соус, мёд, тёртый имбирь, чеснок, лимонный сок, кунжутное масло, паприку и хлопья чили, если используете. Перемешайте венчиком или вилкой, пока мёд не растворится полностью. Попробуйте маринад на вкус. Он должен быть солёным, слегка сладким, с отчётливой остротой имбиря и лёгкой кислотностью. Если слишком солёный, добавьте ложку мёда. Если слишком сладкий, добавьте ложку соевого соуса. Если слишком острый, добавьте ложку пива.

Залейте крылья маринадом. Руками перемешайте так, чтобы каждый кусок покрылся маринадом. Накройте посуду крышкой или плёнкой. Поставьте в холодильник на четыре часа. Минимум — два часа. Если у вас есть время, оставьте на ночь. Но не больше двенадцати часов, иначе имбирь и соевый соус начнут разъедать кожу, и она станет рыхлой.

Достаньте крылья из холодильника за тридцать минут до жарки. Дайте им согреться до комнатной температуры. Холодные крылья на гриле готовятся неравномерно. Не сливайте маринад, он нам понадобится для глазирования.

Разожгите гриль или угли. Температура должна быть средней, примерно двести градусов. Если используете газовый гриль, разогрейте его до средней температуры. Если используете угли, они должны быть серыми, не чёрными. Открытый огонь сожжёт мёд, и крылья получатся горькими.

Выложите крылья на решётку. Не набивайте решётку слишком плотно, крылья должны лежать в один слой. Жарьте по пять-шесть минут с каждой стороны. Не переворачивайте каждую минуту. Дайте корочке схватиться. Если мёд начинает гореть, переместите крылья в сторону или убавьте огонь.

Через десять минут начните глазировать крылья остав-

шимся маринадом. Кисточкой или ложкой наносите маринад на каждое крыло и переворачивайте. Повторяйте каждые две минуты. Глазирование нужно для того, чтобы мёд карамелизовался, а соевый соус запёкся в корочку. Но не глазируйте в самом начале, иначе мёд стгорит. Глазировать нужно только во второй половине жарки.

Проверьте готовность. Надрежьте самое крупное крыло у косточки. Сок должен быть прозрачным, мясо — белым, без розовых участков. Если сок розовый, жарьте ещё две минуты. Всего крылья готовятся двенадцать-пятнадцать минут в зависимости от размера.

Снимите крылья с гриля. Переложите на блюдо. Посыпьте зелёным луком, нарезанным тонко, и кунжутом. Дайте отдохнуть пять минут. За это время соки распределятся, а корочка останется хрустящей.

Подавайте с рисом, кускусом, картофелем фри или просто с лавашом. Можно также подать с соусом: смешайте майонез, ложку соевого соуса, ложку лимонного сока и чайную ложку тёртого имбиря. Получится быстрый соус, который подчеркнёт вкус крыльев.

Вариации. Если хотите более выраженную остроту, добавьте в маринад столовую ложку шрирачи или две ложки

аджики. Если хотите более сладкий вкус, добавьте ещё ложку мёда и ложку коричневого сахара. Если хотите копчёные ноты, добавьте чайную ложку копчёной паприки и чайную ложку жидкого дыма. Если хотите восточный акцент, добавьте чайную ложку зиры и половину чайной ложки корицы.

Что делать с остатками. Крылья на следующий день можно разогреть в духовке при ста восьмидесяти градусах десять минут. Не используйте микроволновку, кожа станет резиновой. Из остатков можно сделать салат: снимите мясо с костей, смешайте с зеленью, огурцами и соусом на основе йогурта. Можно также добавить в суп или рагу для аромата.

И последнее. Этот маринад отлично работает с куриными бёдрами. Замените крылья на бёдра, увеличьте время маринования до шести часов, а время жарки — до двадцати минут. Бёдра получатся более сочными и менее хрустящими, но не менее ароматными. Также можно использовать этот маринад для индейки. Замените крылья на бедро индейки, маринуйте восемь часов, запекайте в духовке при ста восьмидесяти градусах сорок минут, поливая маринадом каждые десять минут.

3. Стейк из тунца перед обжаркой

Тунец — это рыба, которая не любит долгого маринования. Если вы оставите его в пиве на ночь, он превратится в кашу. Кислота и ферменты сделают свою работу слишком хорошо. Но если замариновать его на тридцать минут, происходит магия. Пиво размягчает поверхность, соевый соус просаливает, кунжутное масло добавляет аромат, а зелёный лук — свежесть. В результате получается стейк, который снаружи имеет корочку, а внутри остаётся сырым, как того требует хороший тунец. Это блюдо для тех, кто ценит скорость и точность.

Почему именно светлое пиво. Тунец — рыба с ярким, почти мясным вкусом. Тёмное пиво перебьёт его, а светлый лагер или пшеничное пиво дают лёгкую солодовую ноту, которая работает как фон. Если у вас есть светлый эль или бланш, они тоже подойдут. Главное, чтобы пиво не было слишком горьким. Горькое пиво в маринаде для тунца даст неприятную горечь, которая усилится при обжарке.

Тунец — ключевой ингредиент. Идеально подойдёт свежий или размороженный стейк из тунца. Стейк должен быть толщиной не менее двух с половиной сантиметров. Тонкий стейк приготовится слишком быстро, и внутри не останется

сырой части, а именно в ней весь смысл. Если у вас тонкий стейк, сократите время обжарки до тридцати секунд с каждой стороны. Если у вас замороженный тунец, разморозьте его в холодильнике, а не в горячей воде. Промокните бумажным полотенцем.

Соевый соус — второй ключевой ингредиент. Он даёт соль и умами, которые пиво само по себе не даёт. Без соевого соуса маринад будет казаться плоским. Берите обычный соевый соус, не сладкий. Сладкий соус содержит сахар, который сгорит на сковороде раньше, чем тунец приготовится.

Кунжутное масло — третий элемент. Оно даёт аромат, который не сравнится ни с чем. Если у вас нет кунжутного масла, используйте растительное, но добавьте чайную ложку кунжута в маринад. Кунжутное масло должно быть тёмным, нерафинированным. Светлое кунжутное масло почти не пахнет.

Зелёный лук — четвёртый элемент. Он даёт свежесть и лёгкую остроту. Нарезайте его тонко, не мельчите. Лук в маринаде не должен превратиться в кашу, он должен остаться кусочками, которые прилипают к стейку и обжариваются вместе с ним.

На две порции вам понадобится:

Тунец — два стейка по двести граммов каждый. Свежие или размороженные. Толщина не менее двух с половиной сантиметров.

Светлое пиво — двести миллилитров. Лагер, пшеничное или светлый эль.

Соевый соус — пятьдесят миллилитров. Обычный, не сладкий.

Кунжутное масло — столовая ложка. Тёмное, нерафинированное.

Зелёный лук — четыре пера. Нарезать тонко.

Чеснок — два зубчика. Натереть на мелкой тёрке или раздавить в прессе.

Имбирь — кусок длиной два сантиметра. Натереть на мелкой тёрке.

Лимонный сок — столовая ложка. Свежий, не из бутылки.

Мёд — чайная ложка. Жидкий.

Хлопья чили — щепотка, опционально.

Кунжут — столовая ложка, для подачи.

Соль, чёрный перец — по вкусу. Солите осторожно, соевый соус уже солёный.

Растительное масло — столовая ложка, для жарки.

Начните с тунца. Промойте стейки под холодной водой и обсушите бумажным полотенцем. Это важно: мокрый тунец не впитывает маринад, он остаётся на поверхности. Промокнутый тунец впитывает всё, что вы в него положите.

Возьмите стеклянную или эмалированную посуду. Выложите стейки в один слой. Не используйте алюминий, он реагирует с кислотой и даёт металлический привкус.

В отдельной миске смешайте светлое пиво, соевый соус, кунжутное масло, зелёный лук, чеснок, имбирь, лимонный сок, мёд и хлопья чили, если используете. Перемешайте венчиком или вилкой, пока мёд не растворится полностью. Попробуйте маринад на вкус. Он должен быть солёным, слегка сладким, с отчётливой остротой имбиря и лёгкой кислотностью. Если слишком солёный, добавьте ложку мёда. Если слишком сладкий, добавьте ложку соевого соуса. Если слиш-

ком острый, добавьте ложку пива.

Залейте стейки маринадом. Переверните их несколько раз, чтобы они покрылись со всех сторон. Накройте посуду крышкой или плёнкой. Поставьте в холодильник на тридцать минут. Не больше. Если у вас нет времени, хватит и пятнадцати минут. Если у вас есть время, не оставляйте больше часа. Тунец — нежное мясо, и долгое маринование его испортит.

Достаньте стейки из холодильника за десять минут до жарки. Дайте им согреться до комнатной температуры. Холодный тунец на сковороде готовится неравномерно: снаружи горит, внутри холодный. Не сливайте маринад, он нам понадобится для глазирования. Но уберите зелёный лук и чеснок с поверхности стейков, иначе они сгорят.

Разогрейте сковороду на сильном огне. Сковорода должна быть тяжёлой, чугунной или с толстым дном. Добавьте растительное масло. Масло должно начать слегка дымиться. Это значит, что сковорода достаточно горячая.

Выложите стейки на сковороду. Не двигайте их. Жарьте по одной минуте с каждой стороны для средней прожарки. Для более прожаренного тунца жарьте по полторы минуты с каждой стороны. Для почти сырого внутри — по тридцать

секунд с каждой стороны. Не переворачивайте чаще, чем нужно. Одна минута с каждой стороны — это золотой стандарт для тунца толщиной два с половиной сантиметра.

Через тридцать секунд после того, как перевернули стейки, начните глазировать их оставшимся маринадом. Ложкой наносите маринад на поверхность стейков. Он должен зашипеть и карамелизоваться. Глазирование нужно для того, чтобы мёд карамелизовался, а соевый соус запёкся в корочку. Но не глазируйте в самом начале, иначе мёд сторит. Глазировать нужно только во второй половине жарки.

Снимите стейки с сковороды. Переложите на тарелку. Посыпьте кунжутом. Дайте отдохнуть две минуты. За это время соки распределятся, а корочка останется хрустящей. Не ешьте сразу, как бы ни хотелось.

Подавайте с рисом, кускусом, салатом из огурцов и водорослей или просто с ломтем хлеба. Можно также подать с соусом: смешайте майонез, ложку соевого соуса, ложку лимонного сока и чайную ложку тёртого имбиря. Получится быстрый соус, который подчеркнёт вкус тунца.

Вариации. Если хотите более выраженную остроту, добавьте в маринад столовую ложку шрирачи или две ложки аджики. Если хотите более сладкий вкус, добавьте ещё ложку

мёда и ложку коричневого сахара. Если хотите копчёные ноты, добавьте чайную ложку копчёной паприки и чайную ложку жидкого дыма. Если хотите восточный акцент, добавьте чайную ложку зиры и половину чайной ложки корицы. Если хотите более лёгкий маринад, замените соевый соус на понзу или на смесь лимонного сока и соли.

Что делать с остатками. Тунец на следующий день можно есть холодным. Нарежьте его тонкими ломтиками и добавьте в салат или в бутерброд. Не разогревайте тунец в микроволновке, он станет резиновым. Если у вас остался маринад, не выливайте его. Проварите его пять минут, добавьте ложку сливочного масла, и у вас получится соус к рыбе или к рису.

И последнее. Этот маринад отлично работает с лососем. Замените тунец на стейки лосося, увеличьте время маринования до двадцати минут, а время жарки — до двух минут с каждой стороны. Лосось получится более нежным и менее мясным, но не менее ароматным. Также можно использовать этот маринад для креветок. Замените тунец на четыреста граммов очищенных креветок, маринуйте пятнадцать минут, жарьте две минуты на сильном огне, постоянно помешивая. Креветки получатся хрустящими и ароматными.

4. Овощи-гриль перед запеканием

Овощи — это самый недооценённый объект для пивного маринада. Все привыкли мариновать мясо, рыбу, курицу. А овощи чаще просто сбрызгивают маслом и солят. И зря. Пиво решает главную проблему овощей на гриле: горечь и сухость. Баклажаны горчат, перцы сохнут, кабачки становятся резиновыми. Пивной маринад убирает горечь, добавляет влагу и создаёт на поверхности тонкую солодовую корочку, которая карамелизуется на углях. Получаются овощи, которые можно есть как самостоятельное блюдо, а не как скучный гарнир.

Почему именно светлое пиво. Овощи — продукт нежный, но с характером. Тёмное пиво перебьёт их вкус и сделает маринад слишком тяжёлым. Светлый лагер или пшеничное пиво дают лёгкую солодовую сладость и кислотность, которые работают как фон. Если у вас есть светлый эль или бланш, они тоже подойдут. Главное, чтобы пиво не было слишком горьким. Горькое пиво в маринаде для овощей даст неприятную горечь, которая усилится при жарке.

Баклажаны — первый ключевой ингредиент. Они горчат, если их не замариновать. Пиво убирает горечь лучше, чем соль. Нарезьте баклажаны крупными ломтиками толщиной

в палец. Не чистите, кожура держит структуру. Если баклажаны старые, они могут горчить сильнее. В этом случае посолите их за двадцать минут до маринования, дайте пустить сок, промокните и только потом маринуйте.

Перцы — второй ключевой ингредиент. Берите сладкие сорта: болгарский, рамиро, паприка. Красные, жёлтые, оранжевые. Они дают сладость и цвет. Нарежьте крупными кусками, удалите семена и перегородки. Не мельчите, иначе перцы разварятся и превратятся в кашу.

Кабачки и цукини — третий элемент. Молодые можно не чистить, старые нужно очистить от кожуры и удалить семена. Нарежьте кружками или вдоль на пластины. Кабачки впитывают маринад как губка, поэтому не передержите их в пиве, иначе они станут водянистыми.

Лук — четвёртый элемент. Красный или белый, нарезанный толстыми кольцами. Лук в маринаде становится сладким и мягким, он не горит на гриле, если его не мельчить.

На четыре порции вам понадобится:

Баклажаны — два крупных. Нарезать ломтиками толщиной один сантиметр.

Перцы сладкие — три крупных. Нарезать крупными кусками.

Кабачки — два средних. Нарезать кружками толщиной один сантиметр.

Лук красный — две крупные луковицы. Нарезать толстыми кольцами.

Светлое пиво — четыреста миллилитров. Лагер, пшеничное или светлый эль.

Оливковое масло — сто миллилитров. Можно заменить на растительное, но оливковое даёт больше аромата.

Чеснок — пять зубчиков. Натереть на мелкой тёрке или раздавить в прессе.

Лимонный сок — две столовые ложки. Свежий, не из бутылки.

Тимьян — три веточки свежего или чайная ложка сушёного.

Розмарин — две веточки свежего или чайная ложка сушёного.

Орегано — чайная ложка сушёного.

Паприка — чайная ложка сладкой или копчёной.

Соль, чёрный перец — по вкусу.

Хлопья чили — щепотка, опционально.

Начните с овощей. Промойте их под холодной водой и обсушите бумажным полотенцем. Это важно: мокрые овощи не впитывают маринад, он остаётся на поверхности. Промокнутые овощи впитывают всё, что вы в них положите.

Нарежьте баклажаны ломтиками толщиной один сантиметр. Если баклажаны старые, посолите их за двадцать минут до маринования, дайте пустить сок, промокните и только потом маринуйте. Нарежьте перцы крупными кусками, удалите семена и перегородки. Нарежьте кабачки кружками толщиной один сантиметр. Нарежьте лук толстыми кольцами.

Возьмите большую стеклянную или эмалированную посуду. Выложите овощи слоями. Не используйте алюминий, он реагирует с кислотой и даёт металлический привкус.

В отдельной миске смешайте светлое пиво, оливковое масло, чеснок, лимонный сок, тимьян, розмарин, орегано, паприку, соль, перец и хлопья чили, если используете. Перемешайте венчиком или вилкой. Попробуйте маринад на вкус. Он должен быть солёным, слегка кислым, с отчётливым ароматом трав и чеснока. Если слишком солёный, добавьте ложку масла. Если слишком кислый, добавьте ложку пива. Если слишком острый, добавьте ложку масла.

Залейте овощи маринадом. Руками перемешайте так, чтобы каждый кусок покрылся маринадом. Накройте посуду крышкой или плёнкой. Поставьте в холодильник на два часа. Минимум — час. Если у вас есть время, оставьте на три часа. Но не больше четырёх, иначе овощи станут слишком мягкими и потеряют текстуру.

Достаньте овощи из холодильника за тридцать минут до жарки. Дайте им согреться до комнатной температуры. Холодные овощи на гриле готовятся неравномерно. Не сливайте маринад, он нам понадобится для глазирования.

Разожгите гриль или угли. Температура должна быть средней, примерно двести градусов. Если используете газовый гриль, разогрейте его до средней температуры. Если используете угли, они должны быть серыми, не чёрными. Открытый огонь сожжёт маринад, и овощи получатся горьки-

ми.

Выложите овощи на решётку. Не набивайте решётку слишком плотно, овощи должны лежать в один слой. Жарьте по четыре-пять минут с каждой стороны. Не переворачивайте каждую минуту. Дайте корочке схватиться. Если овощи начинают гореть, переместите их в сторону или убавьте огонь.

Через пять минут начните глазировать овощи оставшимся маринадом. Кисточкой или ложкой наносите маринад на каждый кусок и переворачивайте. Повторяйте каждые две минуты. Глазирование нужно для того, чтобы масло и солод карамелизовались, а травы запеклись в корочку. Но не глазируйте в самом начале, иначе масло сгорит. Глазировать нужно только во второй половине жарки.

Проверьте готовность. Овощи должны стать мягкими, но не разваренными. Баклажаны должны легко протыкаться ножом. Перцы должны покрыться тёмными пятнами. Кабачки должны стать золотистыми. Лук должен стать сладким и мягким. Если овощи ещё жёсткие, жарьте ещё две минуты.

Снимите овощи с гриля. Переложите на блюдо. Посыпьте свежей петрушкой или базиликом, нарезанными крупно. Сбрызните лимонным соком. Дайте отдохнуть пять минут.

За это время соки распределятся, а корочка останется хрустящей.

Подавайте горячими или тёплыми. Это идеальный гарнир к мясу, рыбе, курице или просто к хлебу. Можно также подавать как самостоятельное блюдо с соусом: смешайте йогурт, ложку лимонного сока, чайную ложку тёртого чеснока и щепотку соли. Получится быстрый соус, который подчеркнёт вкус овощей.

Вариации. Если хотите более выраженную копчёность, добавьте в маринад чайную ложку копчёной паприки и чайную ложку жидкого дыма. Если хотите восточный акцент, добавьте чайную ложку зиры и половину чайной ложки корицы. Если хотите остроты, добавьте две ложки аджики или два нарезанных чили. Если хотите более лёгкий маринад, замените оливковое масло на растительное, а пиво — на белое сухое вино.

Что делать с остатками. Овощи на следующий день можно есть холодными. Добавьте их в салат, в пасту, в пиццу или в омлет. Не разогревайте овощи в микроволновке, они станут резиновыми. Если у вас остался маринад, не выливайте его. Проварите его пять минут, добавьте ложку сливочного масла, и у вас получится соус к рыбе или к рису.

И последнее. Этот маринад отлично работает с грибами. Замените овощи на пятьсот граммов шампиньонов или вешенок, маринуйте один час, жарьте на гриле по три минуты с каждой стороны. Грибы получатся ароматными и хрустящими. Также можно использовать этот маринад для тофу. Замените овощи на четыреста граммов тофу, нарезанного кубиками, маринуйте два часа, жарьте на гриле по четыре минуты с каждой стороны. Тофу получится плотным и ароматным.

5. Баранья нога для запекания

Баранина — это мясо, которое требует уважения. Она жёсткая, у неё яркий, почти дикий вкус, и она не прощает спешки. Но если дать ей время и правильный маринад, она превращается в блюдо, ради которого стоит собрать всю семью. Пиво здесь работает сразу в трёх направлениях. Кислота размягчает волокна, солод даёт карамельную корочку, а хмель срезает жирность. Розмарин и чеснок добавляют средиземноморский акцент, лук и морковь — сладость. Вместе получается нога, которая запекается до мягкости, а соус на основе маринада становится тёмным, густым и невероятно ароматным.

Почему именно тёмное пиво. Баранина — мясо с характером. Светлое пиво в ней потеряется. Тёмный стаут или портер дают глубину, горечь и карамель, которые рифмуются с ярким вкусом баранины. Если у вас нет стаута, возьмите тёмный эль или даже квас. Но не берите светлое. Светлое пиво сделает баранину пресной, и вы не поймёте, ради чего вообще затевали это блюдо.

Баранья нога — ключевой ингредиент. Идеально подойдёт нога на кости весом около двух килограммов. Можно также использовать лопатку или шею, но нога даёт больше

мяса и меньше костей. Если у вас только лопатка, увеличьте время запекания на тридцать минут. Если у вас только шея, тушите её, а не запекайте, потому что шея жёстче и требует больше времени в жидкости.

Розмарин — второй ключевой ингредиент. Он дружит с бараниной так же, как тмин с капустой. Не заменяйте его тимьяном, это совсем другая история. Свежий розмарин лучше сушёного, но если у вас только сушёный, берите половину чайной ложки. Больше не нужно, розмарин — сильная специя, он может перебить всё остальное.

Чеснок — третий элемент. Его нужно много. Не бойтесь, чеснок в пиве и баранине теряет резкость и становится сладким. Целая головка чеснока, разрезанная пополам поперёк, пойдёт в маринад. Половина головки, нарезанная тонкими ломтиками, пойдёт в надрезы в мясе.

Лук и морковь — четвёртый элемент. Они не просто гарнир, они часть маринада. Лук даёт сок, морковь — сладость. Вместе они создают основу для соуса, который получится после запекания.

На шесть-восемь порций вам понадобится:

Баранья нога — один кусок весом около двух килограм-

мов. На кости или без, но на кости вкуснее.

Тёмное пиво — пятьсот миллилитров. Стаут, портер или тёмный эль.

Лук — три крупные луковицы. Нарезать толстыми кольцами.

Морковь — три крупные. Нарезать крупными кусками.

Чеснок — одна головка. Разрезать пополам поперёк. Плюс ещё четыре зубчика, нарезанных тонкими ломтиками.

Розмарин — четыре веточки свежего или две чайные ложки сушёного.

Тимьян — три веточки свежего или чайная ложка сушёного.

Лавровый лист — три штуки.

Горчица — две столовые ложки. Дижонская или обычная, но не сладкая.

Мёд — столовая ложка.

Оливковое масло — три столовые ложки.

Соль, чёрный перец — по вкусу.

Гвоздика — две штуки. Опционально, но она добавляет глубину.

Начните с мяса. Достаньте баранью ногу из холодильника за час до маринования. Дайте ей согреться до комнатной температуры. Холодное мясо не впитывает маринад. Промокните ногу бумажным полотенцем. Сделайте острым ножом глубокие надрезы по всей поверхности, примерно по два сантиметра глубиной. В каждый надрез вставьте ломтик чеснока и веточку розмарина. Это нужно для того, чтобы аромат проник вглубь мяса, а не остался на поверхности.

Возьмите большую стеклянную или эмалированную посуду. Не используйте алюминий, он реагирует с кислотой и даёт металлический привкус. Выложите на дно лук, морковь, половину головки чеснока, лавровый лист и гвоздику, если используете. Положите баранью ногу сверху.

В отдельной миске смешайте тёмное пиво, горчицу, мёд, оливковое масло, тимьян, соль и перец. Перемешайте венчиком или вилкой, пока мёд и горчица не растворятся полностью. Попробуйте маринад на вкус. Он должен быть солё-

ным, слегка сладким, с отчётливой горчинкой от пива и горчицы. Если слишком горький, добавьте ещё ложку мёда. Если слишком сладкий, добавьте ложку горчицы. Если слишком солёный, добавьте ложку пива.

Залейте баранью ногу маринадом. Руками или ложкой перемешайте овощи вокруг ноги, чтобы они покрылись маринадом. Накройте посуду крышкой или плёнкой. Поставьте в холодильник на двенадцать часов. Минимум — восемь часов. Если у вас есть время, оставьте на ночь. Но не больше суток, иначе мясо станет слишком мягким и рыхлым.

Достаньте ногу из холодильника за час до запекания. Дайте ей согреться до комнатной температуры. Холодное мясо в духовке готовится неравномерно: снаружи горит, внутри сырое. Не сливайте маринад, он нам понадобится для соуса и глазирования.

Разогрейте духовку до ста шестидесяти градусов. Если у вас есть режим конвекции, используйте его. Если нет, обычный режим тоже подойдёт, но время запекания увеличится на десять минут.

Переложите баранью ногу в глубокую форму для запекания. Овощи из маринада выложите вокруг ноги. Влейте маринад в форму. Жидкость должна покрывать дно формы на

один-два сантиметра. Если маринада мало, добавьте немного бульона или воды. Накройте форму фольгой. Фольга нужна для того, чтобы мясо тушилось, а не жарилось. Если вы хотите более хрустящую корочку, снимите фольгу за тридцать минут до конца запекания.

Запекайте два с половиной часа. Через каждый час доставайте форму и поливайте ногу маринадом из формы. Это нужно для того, чтобы мясо не пересохло и покрылось глянцевой корочкой. Если жидкость испаряется слишком быстро, добавьте немного пива или бульона.

Через два с половиной часа проверьте готовность. Вонзите нож в самую толстую часть ноги. Нож должен входить легко, почти без сопротивления. Если нож входит с трудом, запекайте ещё тридцать минут. Если нож входит легко, снимите фольгу и увеличьте температуру до двухсот градусов. Запекайте ещё пятнадцать минут, чтобы корочка зарумянилась и карамелизовалась.

Достаньте форму из духовки. Переложите баранью ногу на блюдо. Накройте фольгой и дайте отдохнуть двадцать минут. За это время соки распределятся, и мясо станет ещё сочнее. Не нарежьте сразу, как бы ни хотелось.

Пока мясо отдыхает, приготовьте соус. Процедите жид-

кость из формы через сито в небольшую кастрюлю. Овощи отложите, они пойдут гарниром. Поставьте кастрюлю на сильный огонь и уварите соус вдвое. Он должен стать густым, тёмным, блестящим. Попробуйте. Если горчит слишком сильно, добавьте чайную ложку мёда. Если кажется пресным, добавьте соли и ложку горчицы. Если слишком сладким, добавьте каплю лимонного сока. Если соус кажется жидким, добавьте чайную ложку муки, разведённой в холодной воде, и проварите минуту.

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.