

Цариця суботнього столу



Найвідоміша страва єврейської кухні — це, звичайно ж, фарширована риба, "гефілте-фіш" на їдиш. Це страва, про яку всі чули, навіть якщо не куштували. А якщо пробували — то знають, що нема нічого смачнішого за фаршировану рибу. Проте мало хто з тих, хто спробував "гефілте-фіш", намагалися її готувати самостійно. Повсякчас люди казали — "ми підемо до єврейського ресторану або в гості до єврейського будинку, але самі не намагатимемося приготувати рибу по-єврейськи — занадто складно". Щоб приготувати "гефілте-фіш", треба знати чимало секретів. Починаючи з того, як правильно вибрати рибу, як її обробити, як приготувати фарш та які секретні інгредієнти туди додати — адже у кожної єврейської господині є свій родинний рецепт. Як же з'явилася ця традиційна їжа?

"Гефілте-фіш" — це страва, народжена для суботнього столу. Шабат — день спокою й відпочинку, цього дня не заведено щось робити. У давнину єврейські мудреці вирішили, що можна робити в суботу, а чим займатися заборонено. За традицією почали вважати, що відокремлювати м'ясо від кісток — це робота, яку в шабат виконувати не варто. Тому для суботи і свят почали готувати м'ясо так, щоб не треба було возитися з кістками — так з'явилося безліч смачних святкових страв. А як же приготувати рибу — в ній кісток набагато більше? І придумали готувати рибу так, щоб жодної кісточки не залишилося — вийшла страва

Кулінарія

Рекомендований вік: 6-8 років

Ерік А. Кіммель "Йосип і суботня риба"

Автор заняття і художник: Андрій Боровський



"гефілте-фіш". Ось чому фарширована риба залишилася лише єврейським рецептом і стала "царицею суботнього столу".

Але це не єдиний секрет, який може розповісти нам "гефілте-фіш" (якби, звичайно, риба могла говорити). Кожна єврейська господиня повинна була вміти приготувати з наявних продуктів обід на всю родину. Єврейські сім'ї великі — за столом збиралося не менш як десяток їдців, а ще треба не забути й про гостей. Не завжди грошей вистачало, щоб купити велику рибу — а нагодувати досита все одно треба всіх. Тоді додумалися додавати щось з продуктів, які є завжди під рукою — щоб страва була більшою й частування вистачило усім.

У класичному рецепті "гефілте-фіш" змішуються рибний фарш і м'якуш білого хліба, вимочений у молоці. Деякі господині вважають за краще товчені сухарики, а хтось — навіть солодке печиво. Є рецепт "гефілте-фіш" з подрібненої мацою.

Це означає, що якщо тиждень був гарним і з базару принесли велику рибу, то в "гефілте-фіш" буде більше риби й трохи менше хліба. А якщо вдалося купити не дуже велику рибу, то буде більше хліба. Все, що не вміститься всередину риби, можна буде приготувати у вигляді котлеток у тому ж блюді, і кожен отримає рівну порцію. Такий ось секрет, що дозволяв в будь-якій ситуації зробити маленьке диво — нагодувати всіх і влаштувати справжній суботній бенкет!

Ми не будемо поки намагатися приготувати фаршировану рибу — це насправді складний рецепт. Його не вивчиш за інструкцією — треба готувати разом з тим, хто вміє й готовий ділитися секретами. Але варто вже зараз почати розпитувати своїх бабусь — напевно вони знають про "гефілте-фіш" те, що нікому ще не розповідали. І у вашій родині зберігається свій родинний секрет цієї страви, який згодом треба буде освоїти.

Нумо спробуймо приготувати разом іншу традиційну суботню страву з риби — "форшмак". Це смачна закуска з оселедця: її можна просто їсти, а смачніше — намазувати на чорний хліб. "Форшмак" — це молодший брат фаршированої риби, тому що страву вигадали за тими ж законами. Як подати оселедець в суботу, щоб не треба було возитися з кістками? Треба обробити, очистити й подрібнити його заздалегідь. А щоб вистачило на всіх, додати до оселедця ще щось смачненьке, що знайдеться під рукою.

Найстаріший і найпростіший рецепт "форшмаку" — це просто рубаний оселедець, змішаний з цибулею й чорним хлібом, заправлений олією. А вже потім почали додавати вершкове масло або вершки, картоплю, варене яйце, м'якуш батона, різні приправи й навіть — мариновані огірочки. У "форшмак" ще кладуть зелене яблуко. Хіба це не дивно — поєднувати оселедець з яблуком? Можливо, колись в однієї господині напередодні шабату нічого не залишилося, крім декількох оселедців. Ну, ще хліб знайшовся й цибулина, кілька яєць у сусідки позичила... А у дворі — яблуня, з такими кислими яблуками, що їх ніхто не їв. Ось і змішала вона свій "форшмак" з того, що знайшла, щоб на всю сім'ю вистачило. Однак виявилось, що кисле яблуко вдало поєднується зі смаком оселедця — і надалі "форшмак" почали готувати саме так.

Кулінарія

Рекомендований вік: 6-8 років

Ерік А. Кіммель "Йосип і суботня риба"

Автор заняття і художник: Андрій Боровський



"Форшмак" — це святкова страва, яку через бідність народила кмітливість єврейських господинь. А тепер "форшмак" — це гордість єврейської кулінарії, його подають у ресторанах по всьому світу.

Для того, щоб приготувати "форшмак", вам знадобляться:

- Філе оселедця — 200 г
- Яйця — 2 шт
- Яблуко зелене — 1 шт
- Вершкове масло — 100 г
- Цибуля ріпчаста — 2-3 шт
- Хліб білий або житній — 2-3 шматки

Якщо ви не хочете вчитися обробляти оселедець, то можна купити в магазині філе — м'якуш оселедця, очищений від кісток.

Яйця зваріть круто, охолодіть й очистьте.

З хліба зріжте скориночки, м'якуш на кілька секунд замочіть у кип'ячену воду й одразу відіжміть.

Оселедець, яблука, яйця, ріпчасту цибулю поріжте великими шматками, а потім подрібніть разом з хлібним м'якушем за допомогою м'ясорубки або блендера.

До отриманої маси додайте м'яке вершкове масло і збийте до стану однорідної пасти — блендером або за допомогою вилки.

У "форшмак" можна додати перець або інші спеції, прикрасити його дрібно порізаною свіжою зеленню. А ось солити не треба взагалі — оселедець і без того солоний.

Наша страва готова! "Форшмак" треба подавати так — намазати на скибочки чорного хліба або на гарячі підсмажені тости з білого хліба.

Смачного!