

## Царица субботнего стола



Самое известное блюдо еврейской кухни - это, конечно же, фаршированная рыба, "гефилте-фиш" на идиш. Это блюдо, про которое все слышали, даже если не пробовали. А если пробовали - то знают, что нет ничего вкуснее фаршированной рыбы. Но немногие из тех, кто попробовал "гефилте-фиш", пытались его готовить сами. Во все времена люди говорили - "мы пойдём в еврейский ресторан или в гости в еврейский дом, но сами не будем пытаться приготовить рыбу по-еврейски - слишком сложно". Чтобы приготовить "гефилте-фиш", нужно знать немало секретов. Начиная с того, как правильно выбрать рыбу, как её разделать, как приготовить фарш и какие секретные ингредиенты туда добавить - ведь у каждой еврейской хозяйки есть свой семейный рецепт. Как же появилось это легендарное кушанье?

"Гефилте-фиш" - это блюдо, рождённое для субботнего стола. Шабат - день покоя и отдыха, в этот день не принято делать никакую работу. В древности еврейские мудрецы постановили, что что можно делать в субботу, а что считать запрещёнными занятиями для шабата. По традиции стало считаться, что отделять мясо от костей - это работа, которую в шабат делать не стоит. Поэтому для субботы и праздников стали готовить мясо так, чтобы не нужно было

возиться с костями - так появилось множество вкусных праздничных блюд. А как же приготовить рыбу - костей в ней гораздо больше? И придумали готовить рыбу так, чтобы ни одной косточки не осталось - получилось "гефилте-фиш". Вот почему фаршированная рыба осталась только еврейским рецептом и стала "царицей субботного стола".

Но это не единственный секрет, который может поведать нам "гефилте-фиш" (если бы, конечно, рыба могла говорить). Каждая еврейская хозяйка должна была уметь приготовить из имеющихся продуктов обед на всю свою семью. Еврейские семьи большие - за столом собиралось не меньше десятка едоков, а еще надо не забыть и про гостей. Не всегда денег хватало, чтобы купить большую рыбу - а накормить досыта всё равно нужно всех. Тогда придумали добавлять что-то из продуктов, которые есть всегда под рукой - чтобы блюдо было больше и угощения всем хватило.

В классическом рецепте "гефилте-фиш" смешиваются рыбный фарш и мякоть белого хлеба, вымоченная в молоке. Некоторые хозяйки предпочитают толчёные сухарики, а кто-то - даже сладкое печенье. Есть рецепт "гефилте-фиш" с измельчённой мацой.

Это значит, что если неделя была хорошей и с базара принесли большую рыбу, то в "гефилте-фиш" будет побольше рыбы и поменьше хлеба. А если удалось купить не слишком большую рыбу, то больше будет хлеба. Всё, что не уместится внутрь рыбы, можно будет приготовить в виде котлеток в том же блюде, и каждому достанется равная порция. Такой вот секрет, позволявший в любой ситуации сделать маленькое чудо - накормить всех и устроить настоящий субботный пир!

Мы не будем пока пытаться приготовить фаршированную рыбу - это по-настоящему сложный рецепт. Ему не научишься по инструкции - нужно готовить вместе с тем, кто умеет и готов делиться секретами. Но стоит уже сейчас начать расспрашивать своих бабушек - наверняка они знают про "гефилте-фиш" то, что никому ещё не рассказывали. И в вашей семье хранится свой семейный секрет этого блюда, который со временем нужно будет освоить.

Попробуем приготовить вместе другое традиционное субботное блюдо из рыбы - "форшмак". Это вкусная закуска из селёдки: можно есть так, а вкуснее - намазывать на чёрный хлеб. "Форшмак" - это младший брат фаршированной рыбы, потому что блюдо придумано по тем же законам. Как подать селёдку в субботу, чтобы не нужно было возиться с костями? Надо разделать, очистить и измельчить селёдку заранее. А чтобы хватило на всех, добавить к селёдке ещё что-то вкусненькое, что найдётся под рукой.

Самый старый и простой рецепт "форшмака" - это просто рубленая селёдка, смешанная с луком и чёрным хлебом, заправленная постным маслом. А уж потом стали добавлять сли-

вочное масло или сливки, картофель, варёное яйцо, мякоть батона, разные приправы и даже - маринованные огурчики. В "форшмак" ещё кладут зелёное яблоко. Не правда ли, странная идея - соединить селёдку с яблоком? Быть может, когда-то у одной хозяйки накануне шабата ничего не осталось, кроме пары селёдок. Ну, ещё хлеб нашёлся и луковица, пару яиц у соседки заняла... А во дворе - яблоня, с такими кислыми яблоками, что их никто не ел. Вот и смешала она свой "форшмак" из того, что нашла, чтобы на всю семью хватило. А оказалось, что кислое яблоко удачно сочетается со вкусом селёдки - и впредь "форшмак" стали готовить именно так.

"Форшмак" - это праздничное блюдо, рождённое от бедности смекалкой еврейских хозяек. А теперь "форшмак" - это гордость еврейской кулинарии, его подают в ресторанах по всему миру.

### Чтобы приготовить "форшмак" вам потребуется:

- **Филе сельди - 200 г**
- **Яйца - 2 шт**
- **Яблоко зеленое - 1 шт**
- **Сливочное масло - 100 г**
- **Лук репчатый - 2-3 шт**
- **Хлеб белый или ржаной - 2-3 куска**

Если вы не хотите учиться разделывать селёдку, то можно купить в магазине филе - мякоть селёдки, очищенную от костей.

Яйца сварите вкрутую, остудите и очистите.

С хлеба срежьте корочки, мякоть на несколько секунд замочите в кипячёной воде и тут же отожмите.

Сельдь, яблоки, яйца, репчатый лук порежьте крупными кусками, а затем измельчите вместе с хлебной мякотью с помощью мясорубки или блендера.

В получившуюся массу добавьте мягкое сливочное масло и взбейте до состояния однородной пасты - блендером или с помощью вилки.

В "форшмак" можно добавить перец или другие специи, украсить его мелко порезанной свежей зеленью. А вот соль добавлять не нужно вовсе - селёдка и без того солёная.

Наше блюдо готово! "Форшмак" следует подавать, намазав на ломтики чёрного хлеба или на горячих поджаренных тостах из белого хлеба.

**Приятного аппетита!**