

рецептов корейской кухни



УДК 641
ББК 36.997
П99

50 рецептов корейской кухни — СПб.: ООО «Издательство «Полигон», 2003. — 30, [2] с.

ISBN 5-89173-092-8

Эта книга знакомит с особенностями корейской национальной кухни и рассказывает о технологических приемах и рецептах ее пятидесяти наиболее типичных блюд. Издание предназначено для широкого круга читателей, может служить практическим пособием для домашних хозяек и кулинаров-профессионалов.

УДК 641
ББК 36.997

Научно-популярное издание

50 РЕЦЕПТОВ КОРЕЙСКОЙ КУХНИ

Редактор *И. В. Петрова*. Технический редактор *И. В. Буздалева*.
Корректор *А. Ю. Ларионова*. Компьютерная верстка *Ю. С. Петровой*.

ЛР ИД № 03073 от 23.10.2000 г.

Подписано в печать 1.10.02. Формат 84×108^{1/32}.
Усл. печ. л. 1,68. Тираж 7000 экз. Заказ № 2368.

Общероссийский классификатор продукции
ОК-005-93, том 2; 953004 — научная и производственная литература

Гигиеническое заключение № 77.99.11.953.П.002870.10.01 от 25.10.2001 г.

ООО «Издательство «Полигон» 194044, С.-Петербург, Б. Сампсониевский пр., 38/40.
Тел.: 320-74-24; тел./факс: 320-74-23. E-mail: polygon@spb.cityline.ru

Издание осуществлено при техническом содействии
ООО «Издательство АСТ»
368560, Республика Дагестан, Каякентский район,
с. Новокаякент, ул. Новая, д. 20

Наши электронные адреса:
WWW.AST.RU E-mail: astpub@aha.ru

Отпечатано с готовых диапозитивов в типографии ФГУП «Издательство
«Самарский Дом печати»

443086, г. Самара, пр. К. Маркса, 201.

Качество печати соответствует качеству предоставленных диапозитивов.

ISBN 5-89173-092-8

© ООО «Издательство «Полигон», 2002
© Сергеев А. В., дизайн обложки, 2000

СОДЕРЖАНИЕ

МУЧНЫЕ БЛЮДА И БЛЮДА ИЗ ТЕСТА

1. Вареники из кукурузной муки (канняитинманду).....7
2. Жареный хлеб из картофельной муки (камдямидим).....7
3. Хлеб из картофеля (камдячальточи).....8
4. Лапша, нарезанная ножом (кхалькуксу).....8
5. Бульон для лапши (куксу мури).....8
6. Суп с лапшой из кукурузной муки
(каньяикарутоккук).....9
7. Суп с лапшой из пшеничной муки (мильтоккук).....9
8. Лапша из картофеля (камдякуксусари).....10
9. Лапша по-пхеньянски (пхеньяннэнмен).....10

СОЛЕННЫЕ ЗАКУСКИ (КИМЧХИ)

10. Острая соленая закуска из редьки (кактуги).....12
11. Кимчхи из баклажанов с начинкой (кадитянди).....12
12. Кимчхи из капусты, огурцов, редьки, других
компонентов(кадупячусокпаккимчхи).....13

БЛЮДА ИЗ ОВОЩЕЙ

13. Салат из грибов (посытиамуль).....14
14. Грибы в кляре (посытхиги).....14
15. Салат из свежей капусты (кадупячусяннаммуль).....14
16. Холодный суп из огурцов (оичанккук).....15
17. Холодная закуска их огурцов (оинянчхэ).....15
18. Тушенная тыква (хобаккочутяньтидия).....16
19. «Гренки» из тыквы (хобактён).....16
20. Густой суп из зеленого лука (пхатентяньтигия).....16

БЛЮДА ИЗ РЫБЫ И МОРЕПРОДУКТОВ

21. Суп с фрикадельками из мякоти минтая
(ментхэвандяккук).....18
22. Жареная сельдь (чёноояннемтянькуи).....18
23. Сельдь в соевом соусе (чёнооритёрм).....19
24. Холодная закуска из креветок (сяунэнчхэ).....19

25. Креветки в кляре с приправами (сяутхиги).....	19
26. Жареные щупальца кальмаров (нактипальтёрим).....	20
27. Жареный кальмар с вином (нактимянтхиги).....	20
28. Суп из морской капусты (миёккук).....	21
29. Жареный угорь (пямтянъокуи).....	21

БЛЮДА ИЗ МЯСА И ПТИЦЫ

30. Суп из свинины с салатом (тоядикогипячуккук).....	22
31. Жареная свинина (тоядикогипокым).....	22
32. Суп из курицы с грибами (дальгкогипосытккук).....	23
33. Традиционный корейский суп из курицы (далытхань) ...	23
34. Жареное куриное мясо (дальгкогипокым).....	24
35. Традиционный корейский суп из утки (орикогитхань) ...	24
36. Утка с овощами (орикогипокым).....	25
37. Жидкая солянка из говядины (секогитёнгорь).....	25
38. Котлеты из говядины, говяжьей печени, рисовой крупы, зелени, приправ (сунмотён).....	26

БЛЮДА ИЗ СОЕВЫХ БОБОВ

Как правильно прорастить соевые бобы?.....	27
39. Соевая паста с баклажанами, огурцами и редькой (тёнситянь).....	27
40. Приправа из соевых бобов, масла, меда и т. д. (кхонътянь).....	27
41. Соевые бобы с рисом и овощами (кхонъгидим).....	27
42. Соевое печенье (кхонъкарутасик).....	28
43. Соевая каша с картофелем и овощами (кхонъпидисальпап).....	28
44. Кимчи из ростков соевых бобов (кхонънамулькимчи).....	28
45. Суп из ростков соевых бобов (кхонънамульккук).....	29

СЛАДКИЕ БЛЮДА

46. Традиционное корейское кондитерское изделие (яккуа).....	30
47. Сладкое блюдо (тюнпяки).....	30
48. Кондитерское изделие (квадюль).....	31
49. Пастила из кукурузной муки (канняитанмук).....	31
50. Рассыпчатое изделие из кукурузной муки (канняитансолги).....	31

ОСОБЕННОСТИ ТРАДИЦИОННОЙ КОРЕЙСКОЙ КУХНИ

Основу питания корейцев, как и многих других народов Восточной и Юго-Восточной Азии, составляет пища растительного происхождения, в первую очередь рис. Из риса варится приготовленная на пару и без соли каша «паби», без которой не обходится ни одно корейское застолье. Реже паби варят из других круп: пшеница, ячменя или чумизы.

Другой основной элемент традиционной корейской кухни - рыба и морепродукты. Богатые флора и фауна прибрежных морских и речных вод Корейского полуострова дают столь же богатую пищу людям. Мякоть моллюсков, креветок, устриц, трепангов, а также множество морских растений являются основной частью как повседневных, так и праздничных и ритуальных блюд. Некоторые виды постных рыб — такие как треска, минтай, камбала — используются для приготовления особой разновидности блюд под названием «кимчхи».

Кимчхи - это собирательное название блюд, приблизительный аналог которых в европейской кухне можно было бы определить как соленья и острые закуски. Однако кимчхи - это не только овощи, фрукты и травы, в качестве его компонентов широко используются мясо, в том числе и мясо птицы, а также, как уже упоминалось выше, рыба и морепродукты. Обычно в теплое время года кимчхи готовится за 2 - 3 дня до употребления, а осенью заготавливается на зиму в большом количестве.

Одним из основных традиционных продуктов питания у корейцев является лапша «куксу». Куксу готовят из пшеничной, гречневой, кукурузной или картофельной муки и подают на стол вместе с блюдами из мелко нарезанного мяса различных способов приготовления, приправленного большим количеством специй, а также с горячим и холодным бульоном. Обычно сначала содержимое перемешивается, добавляется по вкусу соевый соус, красный молотый перец, уксус и другие приправы, после чего приступают к приему пищи. При этом длинную лапшу палочками разделяют на части поменьше для того, чтобы ее можно было

легко намотать на палочки, а затем положить в рот. Всасывать лапшу и громко отхлебывать бульон неприлично.

Очень широко представлены в корейской кухне различного рода супы, которые подаются на стол к завтраку или к ужину. Солянки, овощные отвары, густые мясные и рыбные бульоны в сочетании с овощами, соевым соусом и соевой пастой заслуженно являются предметом особой гордости корейцев, особенно суп «кэчанхккук», приготовленный из специального мяса.

Особое место в рационе корейцев занимают бобовые культуры. Всего в корейской кулинарии насчитывается более сотни различных блюд, в состав которых входят различные бобы: «нокту» - зеленые бобы, «пхатч» - красные бобы, «кхонь» - соевые бобы, а также горох и фасоль. Пророщенные соевые бобы, точнее ростки бобов, являются полноценным заменителем мяса по многим критериям. Из соевых бобов производят также соевое молоко, соевый творог, соевую пасту и, конечно же, знаменитый соевый соус.

Следует отметить, что в традиционной корейской кухне почти не используются молоко и молочные продукты животного происхождения.

Наиболее распространенными сладостями у корейцев являются «квадюль» - кондитерское изделие из рисового теста и «ёсси» - патока, приготовляемая из зерновых культур.

Отдельно следует сказать о правилах приема пищи. Вообще для корейцев еда - это не просто прием пищи, это - трапеза, во время которой должны соблюдаться определенные правила поведения за столом, порядок подачи блюд, порядок потребления спиртных напитков, среди которых наиболее популярны различные сорта рисовой водки и т.д. Распространенное мнение, что в странах Восточной и Юго-Восточной Азии все блюда едят палочками, не совсем верно. В частности корейцы жидкую пищу и каши едят ложками, а остальное - палочками. За столом чередуется использование ложки и палочек: когда пищу берут палочками, ложка кладется на край чашки с супом или кашей, а когда ложкой - палочки кладутся на стол.

Все блюда, рецепты которых приведены в настоящем издании, можно приготовить в обычных домашних условиях. Отдельные компоненты рецептов можно заменить на более доступные без существенных изменений вкусовых качеств блюд. Например, вкусовую приправу можно заменить бульонным кубиком, а патоку - медом.

Надеемся, что эта книга поможет российским хозяйкам разнообразить семейное меню и порадовать родных и близких своим кулинарным искусством.

МУЧНЫЕ БЛЮДА И БЛЮДА ИЗ ТЕСТА

1. Вареники из кукурузной муки (канняитинманду)

600 г кукурузной муки, 1 кг китайского зеленого салата (пячу), 50 г зеленого лука, 20 г чеснока, 20 г соевого соуса, 30 г растительного масла, щепотка красного молотого перца, 1 г соли, 1—5 г вкусовой приправы (можно бульонный кубик).

Свежий китайский зеленый салат (пячу) мелко нарезать, замочить в холодной воде для удаления горечи. Затем поджарить его на растительном масле, посолить, заправить соевым соусом, чесноком, молотым красным перцем, зеленым луком. Добавить приправу для усиления вкуса. Остудить. Из кукурузной муки замесить полуготовое тесто (с помощью кипятка). Тесто должно быть крутым, иначе вареники потрескаются.

Тесто раскатать толщиной 3—4 мм, нарезать на четырехугольники. Положить начинку, сверху положить еще один пласт теста, защипить края. Варить в пароварке на сильном огне после закипания воды в течение 10 мин.

Вареники смазать растительным маслом и полить соевым соусом.

2. Жареный хлеб из картофельной муки (камдямидим)

1 кг картофеля, 25 г зеленого лука или чеснока, 50 г растительного масла, соевый соус, уксус и соль по вкусу.

Картофель очистить, помыть, натереть на терке. Зеленый чеснок или лук покрошить. Из протертой картофельной массы выцедить осевшую красную воду, оставшуюся гущу смешать с приготовленными чесноком или луком.

Раскалить сковороду, смазать растительным маслом. На приготовленную сковороду класть сформованные в виде круглых котлет хлебцы, прикрыв крышкой, жарить до готовности.

Перед подачей на стол полить соевым соусом и уксусом.

Примечание: вкус блюда теряется при остывании. Блюдо можно вновь разогреть, и оно восстановит прежние вкусовые качества.

Для того чтобы в картофельной массе крахмал распределялся равномерно, перед тем как жарить хлеб, приготовленную массу надо перемешать.

3. Хлеб из картофеля (камдьячальточи)

2 кг картофеля, 200 г фасоли или мелких красных бобов, 10 г соли.

Из фасоли приготовить комури (фасоль сварить, перекрутить, подсушить). Картофель разварить, размять, добавить щепотку соли, а затем взбивать, пока не получится однородная клейкая масса. Подать к столу с приготовленным комури.

4. Лапша, нарезанная ножом (кхалькуксу)

1 кг пшеничной муки, 400—500 г воды, 1 яйцо.

Лапшу (кхалькуксу) можно употреблять как в теплом, так и в холодном виде. Этот вид лапши прост в приготовлении.

Взять муку, влить туда теплой воды, замесить тесто. Тесто как можно дольше разминать. Если в тесто добавить 1 яйцо, то оно станет более упругим и вкусным. Готовое тесто накрыть мокрым полотенцем, дать ему полежать 20—30 мин. Снова помять. Разделить тесто на 3—4 части.

Тесто тонко раскатать, посыпать мукой, накрутить на скалку, еще раз раскатать и так 3—4 раза с разных сторон. Лист должен получиться тонким и ровным. Густо посыпать мукой и нарезать на тонкие длинные полоски.

Лапшу опустить в кипящую воду, непрерывно помешивая. Накрыть крышкой. Когда лапша всплывет на поверхность, плеснуть туда немного холодной воды и снова накрыть крышкой. При повторном всплытии лапши вынуть ее, промыть под струей холодной воды.

Лапшу можно есть как с бульоном, так и без него. В качестве приправы хорошо употреблять горький стручковый перец и кабачки.

Примечание: эту лапшу (кхалькуксу) лучше всего употреблять в пищу сразу после приготовления, пока она не потеряла свой вкус.

5. Бульон для лапши (куксу мури)

Бульон для приготовления куксу может быть самым разнообразным: мясным, из креветок, из внутренностей морских ракушек, луковый, овощной. Но независимо от того, из чего готовится бульон, в него добавляется соевый соус, уксус и рассол из соленого корейского салата (кимчхи). Бульон, приготовленный для куксу, должен быть нежирным, прозрачным, острым, приятным на вкус.

Технология приготовления бульона в зависимости от исходного материала будет незначительно меняться, но общим остается следующее:

мясо надо хорошо промыть и подержать в холодной воде, чтобы удалить остатки крови, затем залить холодной водой, кастрюлю плотно накрыть крышкой, после закипания удалить пену и жир, ослабить огонь. Бульон посолить, добавить в него соевый соус для придания своеобразного вкуса и светло-коричневого цвета, готовый бульон процедить, чтобы он стал прозрачным.

6. Суп с лапшой из кукурузной муки (каньяикаруткокк)

150 г кукурузной муки, 50 г свинины, 1 яйцо, 30 г зеленого лука, соевого соуса по вкусу, 3 г растительного масла, 0,2 г вкусовой приправы, соль по вкусу.

Из кукурузной муки замесить полуготовое тесто (икпан-дюк), нарезать кубиками, сложить в пароварку и варить в течение 15—20 мин. Снова перемесить тесто, пока оно не станет клейким. Из готового теста нарезать лапшу.

Раскалить кастрюлю, влить растительное масло, обжарить нарезанное кусочками мясо, налить воды и сварить мясо до готовности. Затем в кипящий бульон бросить лапшу и сварить. Соль и соевый соус добавить по вкусу. В конце варки влить взбитое яйцо.

В разлитый по порциям суп добавить вкусовую приправу и зеленый лук.

7. Суп с лапшой из пшеничной муки (мильткокк)

700 г пшеничной муки, 100 г зеленого лука, 1 яйцо, соевого соуса по вкусу, 20 г растительного масла, 2 г вкусовой приправы, соль по вкусу.

Замесить мягкое тесто, тонко раскатать и стеклянной стопкой выдавить кружочки или вырезать пластины четырехугольной формы. Зеленый лук нарезать, слегка обжарить на растительном масле, добавить соевый соус, залить водой, довести до кипения, бросить приготовленное тесто. Варить, постоянно помешивая. Когда тесто всплывет, влить в суп взбитое яйцо. Добавить вкусовую приправу.

Примечание: для придания блюду лучшего вкуса рекомендуется нарезанные пластинки теста слегка подсушить. Солить блюдо следует в самом конце варки, ибо в соленой воде тесто варится хуже.

8. Лапша из картофеля (камдякуксусари)

1 кг картофеля, 100 г картофельного крахмала.

Картофель натереть на терке, добавить картофельный крахмал. Смешать. В получившейся массе сделать вмятины, затем пропарить ее в пароварке. Из получившегося теста нарезать лапшу вручную или с помощью лапшерезки. Варить лапшу, до тех пор пока она не всплывет. Промыть холодной водой.

9. Лапша по-пхеньянски (пхеньяннэнмен)

1 кг гречневой муки, 100 г картофельного крахмала, 200 г говядины, 200 г свинины (постной), 200 г куриного мяса, 400 г соленого корейского салата (кимчхи), 1 яйцо, 50 г груши, 25 г зеленого лука, 5 г чеснока, 5 г хрена, 15 г соли, 10 г соевого соуса, 1 г молотого кунжута, 5 г молотого соленого кунжута, 0,1 г черного молотого перца, 10 г красного молотого перца, 10 г соды пищевой, 15 г столового уксуса, 1 г красного стручкового перца, 2 г корейской приправы для усиления вкуса.

Это блюдо готовится из лапши (сари) и терпкого бульона.

Из гречневой муки и картофельного крахмала замесить тесто, добавив горячую воду. В теплое тесто добавить пищевую соду, тщательно перемешать и сразу же начинать готовить лапшу (сари). Говядину, свинину, куриное мясо хорошо промыть холодной водой, сварить. Мясо говядины и свинины аккуратно нарезать, мясо курицы аккуратно разорвать.

В приготовленный бульон добавить приправы (соль, соевый соус, лук и т. д.). Грушу очистить, удалить из нее семена, нарезать соломкой. Яйца поджарить в виде блинов, также тонко нарезать.

Лапшу (сари) сварить, промыть холодной водой и разложить по порциям. В каждую порцию сверху положить нарезанный корейский соленый салат (кимчичуми), мясо, приготовленное яйцо, нарезанные грушу, лук, красный стручковый перец. В чашку аккуратно (вдоль стенки) налить бульон.

Горчицу и столовый уксус добавить по вкусу.

СОЛЕННЫЕ ЗАКУСКИ (КИМЧХИ)

10. Острая соленая закуска из редьки (кактуги)

1 кг редьки (му-у), 200 г салата (пячу), 100 г зеленого лука, 30 г чеснока, 10 г имбиря (можно заменить хреном, растертым с лимонным соком), 5—8 г красного молотого перца, 200 г соленых креветок (можно заменить минтаем), 10 г красного стручкового перца, 20 г соли.

Это блюдо готовится из редьки, которая нарезается кубиками, с приправами. Кактуги — один из видов соленых овощей (кимчхи). При засолке кактуги надо использовать красивый крупный красный перец. Тогда и блюдо приобретет приятный цвет. Хеткактуги — это кактуги, приготовленное на скорую руку, но редьку надо нарезать мельче.

Кактуги можно готовить как с добавлением салата (пячу), так и без него.

Для приготовления закуски кактуги надо выбрать плотные, хорошо созревшие плоды редьки. Очистить их от усиков и нарезать на кубики со сторонами 2—2,5 см. Срезать у салата (пячу) листья и использовать лишь желтую часть. Промыть и нарезать длиной примерно 3 см. Белую часть зеленого лука вымыть, нарезать длиной 3—3,5 см. Соленые креветки отделить от рассола и придавить гнетом.

Редьку перемешать с красным перцем. Когда редька равномерно окрасится в красный цвет, добавить туда соленые креветки, лук, чеснок, остальные приправы, все перемешать. Посолив по вкусу, сложить в емкость и плотно утрамбовать. Сверху положить нарезанный соломкой красный перец. Перед закупориванием рекомендуется накрыть вначале полотном, а затем — плотно крышкой.

11. Кимчхи из баклажанов с начинкой (кадитянди)

500 г баклажанов (молодых), 50 г зеленого лука, 30 г чеснока, соевый соус по вкусу, 5 г красного молотого перца.

Отобрать молодые ровные баклажаны, промыть, обрезать концевые части и сделать надрезы (для начинки) в средней части плода, не доходя до конца примерно 2 см. Баклажаны слегка пропарить в пароварке. Когда вилка будет легко входить в плоды, положить их под гнет, чтобы выдавить сок (не рекомендуется давить слишком сильно, чтобы не испортить форму плода). Из нарезанных лука, чеснока, молотого перца, других (по желанию хозяйки) компонентов приготовить начинку для баклажанов. Вложить начинку в баклажаны, плотно уложить в посуду и дать постоять. Через 3—4 ч влить 1%-ный солевой раствор так, чтобы закрыть плоды. Через 10—12 ч блюдо просолится и готово к употреблению. Блюдо будет вкуснее, если дать ему постоять 10—12 ч. Блюдо быстро прокисает, поэтому нельзя его готовить впрок.

12. Кимчи из капусты, огурцов, редьки, других компонентов (кадупячусокпаккимчи)

1 кг капусты, 500 г огурцов, 500 г редьки, 100 г груши, 30 г рассола от соленых креветок, 50 г зеленого лука, 30 г зеленого чеснока, 20 г красного молотого перца, 5 г имбиря, немного красного стручкового перца, 50 г соли.

Просоленные капусту, редьку и огурцы посыпать красным молотым перцем так, чтобы они окрасились. А затем лук, чеснок, груши (нарезать соломкой), имбирь, красный стручковый перец приготовить в виде начинки и перемешать с капустой, редькой, огурцами, плотно сложить и придавить. Туда же влить рассол от креветок. Через 1—2 ч влить слабосоленый рассол. Блюдо готово к употреблению через 2 ч после приготовления.

БЛЮДА ИЗ ОВОЩЕЙ

13. Салат из грибов (посытиамуль)

500 г свежих грибов, 300 г зеленого лука, 15 г чеснока, соевый соус по вкусу, 20 г растительного масла, 5 г молотого кунжута, 0,5 г черного молотого перца.

Грибы очистить, промыть, нарезать. Сковороду разогреть, влить растительное масло, жарить грибы на медленном огне. В процессе жаренья добавить соевый соус или немного бульона. Когда грибы поджарятся, добавить нарезанный зеленый лук, кунжут, перец и чеснок. Салат можно приготовить с добавлением мяса.

14. Грибы в кляре (посыттхиги)

300 г белых грибов, 3 яйца, 30 г муки, 100 г растительного масла, 0,3 г черного молотого перца, 5 г соли.

Грибы промыть и очистить, нарезать ломтиками шириной 0,3 см.

Белок куриного яйца смешать с небольшим количеством воды, посолить, всыпать черный молотый перец. Хорошо взбить массу, добавив в нее пшеничную муку. Грибы обмакивать в приготовленную массу и обжаривать в растительном масле на сильном огне.

15. Салат из свежей капусты (кадупячусяннамурль)

500 г капусты, 30 г зеленого лука, 20 г чеснока, соевого соуса по вкусу, 15 г столового уксуса, 10 г растительного масла, 3 г красного молотого перца, 10 г сахарного песка, 5 г молотого кунжута, 10 г соли.

Капусту тонко нарезать, сверху побрызгать столовым уксусом, перемешать. Осторожно слить жидкость, выделившуюся из капусты, и смешать с приправой, приготовленной из зеленого лука, чеснока, соли, соевого соуса, красного молотого перца, кунжута и других приправ, аккуратно перемешать

с капустой и придавить, дать постоять. Через некоторое время добавить (по вкусу) растительное масло и снова придавить.

16. Холодный суп из огурцов (оичанккук)

500 г огурцов, 30 г зеленого лука, 20 г зеленого чеснока, 30 г молотого кунжута, 1 г красного молотого перца, соевый соус, уксус, вкусовую приправу по вкусу.

Этот холодный суп готовится из мелко нашинкованных свежих огурцов с приправами.

Свежие огурцы помыть, нарезать тонкими кружочками. В огурцы добавить нарезанный зеленый лук, чеснок, красный перец, уксус. Перемешать. Затем влить остуженную кипяченую воду, соевый соус, добавить вкусовую приправу и молотый кунжут. Все перемешать, разлить по порциям, подать к столу.

17. Холодная закуска из огурцов (оинянчхэ)

200 г огурцов, 60 г куриного мяса, 10 г зеленого лука, 3 г чеснока, 5 г соевого соуса, 10 г столового уксуса, 5 г горчичного порошка, 2 г растительного масла, 1 яйцо, 1 г стручкового перца, 5 г сахарного песка, 4 г соли.

Из порошка горчицы приготовить горчичную пасту. Из яйца поджарить тонкие блинчики и нарезать. В кастрюлю налить воду (примерно столько, чтобы куриное мясо погрузилось в нее) и кипятить примерно 30—40 мин. Когда вилка легко войдет в мясо, вытащить его и, остудив, отделить мясо от костей, разделить на куски.

Отобранные и очищенные огурцы помыть, тонко нарезать вдоль волокон в форме ивовых листьев. Белую часть зеленого лука и чеснок нарезать и положить под пресс. Перья лука нашинковать.

Нарезанные огурцы и куски куриного мяса, лук и чеснок со столовым уксусом и горчицей, растительным маслом, солью, соевым соусом, сахаром перемешать и поставить в холодильник.

Подать на стол в холодном виде, украсив блинами из яйца, нашинкованным луком, тонкими волокнами стручкового перца.

18. Тушеная тыква (хобаккочутяньтидия)

500 г молодой тыквы, горькую соевую пасту (кочутянь) по вкусу, 20 г зеленого чеснока, 10 г муки из сушеных креветок, 30 г зеленого лука, соевый соус по вкусу.

Молодую тыкву перемешивают (по вкусу) вместе с горькой соевой пастой и готовят полужидкое блюдо. Тыква должна быть хорошо проварена, тогда у блюда будет приятный вкус. Тыкву нарезать кусками длиной 4 см, толщиной 1 см.

Чистую воду от мытья риса (примерно 0,5 л) вскипятить и всыпать туда муку из сушеных креветок. Когда вода сильно закипит, растворить в ней горькую соевую пасту, а затем положить приготовленную тыкву. Когда тыква сварится, добавить нарезанный лук, раздавленный чеснок, по вкусу соевый соус, вновь вскипятить.

19. «Гренки» из тыквы (хобактён)

400 г молодой тыквы, 30 г пшеничной муки, 2 яйца, 50 г растительного масла, 5 г соли.

При приготовлении данного блюда необходимо соблюдать одно правило: тыква, приготовленная для обжаривания, должна быть сухая. Молодую тыкву помыть, почистить, нарезать небольшими кубиками и слегка посолить. Когда выделится жидкость, слить ее. Нарезанную тыкву обвалить в муке и обмакнуть во взбитом яйце, а затем поджарить на растительном масле до появления желтой корочки.

20. Густой суп из зеленого лука (пхатентяньтигия)

300 г зеленого лука, 50 г свинины, соевую пасту по вкусу, 30 г зеленого стручкового перца, 10 г красного молотого перца, 5 г чеснока, 5 г растительного масла, 1 г вкусовой приправы.

Это блюдо, приготовленное из зеленого лука, небольшого количества свинины и приправ, получается в виде густого супа. В блюдо можно добавить немного обжаренной пшеничной муки (тогда оно загустеет).

Лук почистить, помыть, нарезать длиной примерно 4 см. Свинину помыть, нарезать и смешать с раздавленным чесноком, другими приправами и дать некоторое время постоять. Зеленый перец очистить от семян, помыть и нарезать вдоль волокон на 3—4 части.

В горячую кастрюлю с растительным маслом бросить заправленную свинину. Когда мясо будет готово, положить туда приготовленный лук, соевую пасту и жарить еще некоторое время, непрерывно помешивая. Затем влить (не сразу, а небольшими порциями) немного воды, а в конце варки добавить подготовленный перец. Когда все компоненты будут готовы, положить вкусовую приправу и красный молотый перец.

БЛЮДА ИЗ РЫБЫ И МОРЕПРОДУКТОВ

21. Суп с фрикадельками из мякоти минтая (ментхэвандяккук)

1 кг минтая, 30 г пшеничной муки, 100 г зеленого лука, 15 г чеснока, 2 яйца, соевый соус по вкусу, 10 г соли.

Минтай обработать, отделить мякоть от голов, кожи и костей. Из головы, кожи, костей сварить бульон, посолить по вкусу, влить соевый соус. Мякоть минтая провернуть через мясорубку. Зеленый лук (половину) нашинковать, а вторую — раздавить. Одно яйцо развести в воде, у второго отделить белок от желтка. Чеснок раздавить. Мякоть минтая, раздавленные лук, чеснок, белок яйца смешать, посолить, а затем скатать шарики.

Шарики обваливать вначале в пшеничной муке, а затем обмакивать в разведенном водой яйце, положить в бульон. Когда шарики всплывут, всыпать туда нашинкованный лук. Разлить суп по порциям.

22. Жареная сельдь (чёноояннемтянькуи)

1 кг сельди, 30 г зеленого лука, 20 г чеснока, 3 г имбиря, соевый соус по вкусу, 10 г горькой соевой пасты, 5 г столового уксуса, 2 г красного молотого перца.

Сельдь почистить, удалить все внутренности, кроме икры, помыть. С обеих сторон рыбы сделать надрезы. Из соевого соуса, горькой соевой пасты, нашинкованного лука, раздавленного чеснока, имбиря, красного молотого перца, столового уксуса приготовить приправу, которой смазать ломтиками нарезанную сельдь, дать постоять 10 мин, а затем недолго жарить заправленную сельдь на жаровой сетке. Прожаренную рыбу переложить на сковороду, закрыть крышкой и подержать еще 10 мин сковороду на слабом огне.

23. Сельдь в соевом соусе (чэнооритёрм)

500 г сельди иваси, 100 г зеленого стручкового перца, 100 г соевого соуса, 10 г столового уксуса, 20 г сахарного песка, 10 г имбиря, 10 г лаврового листа.

Сельдь иваси тщательно обработать. Соевый соус смешать с сахарным песком и прокипятить, затем в этом соусе сварить сельдь иваси (можно целиком, а можно — разрезав на куски). Положить зеленый стручковый перец. Продолжая варить на слабом огне, добавить раздавленный имбирь, столовый уксус, лавровый лист. Кипятить до тех пор, пока вся жидкость не испарится.

24. Холодная закуска из креветок (сяунэнчхэ)

400 г креветок, 100 г груш, 10 г зеленого лука, 5 г чеснока, 5 г соевого соуса, 10 г столового уксуса, 5 г горчичного порошка, 10 г растительного масла, 1 яйцо, 2 г жареных зерен кунжута, 5 г сахарной пудры, 5 г соли.

Это блюдо представляет собой холодную закуску из креветок, груш, яиц, зелени, различных приправ.

Креветки почистить, на пару снять верхнюю часть и через спинную часть удалить внутренности. Груши нарезать и погрузить в подсоленную воду. Горчичный порошок развести в воде. Яйцо поджарить и разрезать на части. Через некоторое время достать ломтики груши и перемешать с подготовленными креветками. Туда же добавить раздавленные лук и чеснок, прокаленное масло, разведенный горчичный порошок, прожаренные зерна кунжута, соевый соус, сахарную пудру, соль. Все это тщательно перемешать. Холодную закуску украсить ломтиками яиц и подать к столу.

25. Креветки в кляре с приправами (сяутхиги)

400 г креветок, 30 г крахмала, 2 яйца, 10 г соевого соуса с чесноком, кунжутом, перцем, зеленью, 300 г растительного масла, 4 г соли.

Креветки обработать, удалить головки, усики, верхнюю часть панциря, внутренности (достать из спинной части),

выдавить жидкость. У яйца отделить белок от желтка, белок развести в воде (так, чтобы образовалась пена), добавить половину (15 г) крахмала (белок необходимо взбить перед самым жарением креветок). Мякоть креветок обвалить в крахмале, а затем обмакнуть в белковой пене и жарить в растительном масле при температуре примерно 170° С. Посолить.

Приправу (тиби) подать на отдельном блюде, можно ею полить креветки перед подачей на стол.

Примечание: для того чтобы креветки сохранили свою естественную форму, необходимо перед жарением их слегка надрезать.

26. Жареные щупальца кальмаров (нактипальтёрим)

400 г щупалец кальмаров, 20 г зеленого лука, 10 г чеснока, соевый соус по вкусу, 15 г растительного масла, 5 г сахара, 3 г жареных зерен кунжута, 2 г красного молотого перца.

Щупальца кальмаров почистить, нарезать длиной примерно 2 см. Зеленый лук и чеснок нарезать и, добавив соевый соус, красный перец, другие приправы, утрамбовать и дать постоять некоторое время.

Сковороду разогреть, прокалить растительное масло, положить щупальца кальмаров и приготовленную приправу. Жарить щупальца до тех пор, пока жидкость почти не исчезнет со дна посуды, в которой жарятся кальмары (это примерно 10—15 мин). Когда кальмары будут готовы, посыпать их зернами кунжута.

27. Жареный кальмар с вином (нактимянтхиги)

200 г кальмаров, 3 г имбиря, 20 г соевого соуса, 100 г растительного масла, 5 г сахарного песка, 20 г вина.

Свежих кальмаров почистить, помыть и немного подсушить, чтобы на поверхности не было воды. Нарезать. Смешать с вином, соевым соусом, раздавленным имбирем, растворенным в воде сахаром. Все это перемешать и держать около 6 ч. Время от времени перемешивать кальмаров, чтобы масса стала однородной. Перед тем как начать жарить кальмаров, сцедить воду через дуршлаг. Жарить в растительном масле при температуре 180° С.

28. Суп из морской капусты (миёккук)

250 г сухой морской капусты, 100 г соевого соуса, 25 г растительного масла, 1 г вкусовой приправы, 5 г соли.

Сухую морскую капусту размочить в воде, тщательно промыть до тех пор, пока вода не перестанет пениться. Нарезать капусту длиной 4—5 см (можно соломкой).

Кастрюлю разогреть, влить масло и обжарить капусту. Когда капуста размякнет, добавить туда чистую воду от промывки риса, довести до кипения и варить до тех пор, пока бульон не приобретет матовый цвет. В суп влить соевый соус, посолить, пробуя на вкус; еще раз прокипятить. В конце варки добавить вкусовую приправу.

Примечание: в суп из морской капусты можно добавить мясо (говядину, свинину).

29. Жареный угорь (пямтяньокуи)

1 кг угря, 20 г чеснока, 3 г имбиря, 40 г соевого соуса, 10 г горькой соевой пасты, 10 г водки, 15 г сахарной пудры.

Разрезать угрей вдоль на 2 части, удалить все внутренности и кости. Хорошо промыть в холодной воде. Смешать горькую соевую пасту и соевый соус, добавить сахарную пудру, раздавленный чеснок, имбирь, поставить на огонь, довести до кипения.

Положить на жаровую сетку мякоть угрей, предварительно побрызгав водкой, а также кости и головы, и жарить на сильном огне, время от времени смазывая рыбу приготовленной приправой. Жарить до тех пор, пока угри не станут темно-коричневого цвета.

Разложить на блюде, украсить и подать на стол.

БЛЮДА ИЗ МЯСА И ПТИЦЫ

30. Суп из свинины с салатом (тоядикогипячуккук)

500 г свинины, 500 г молодого китайского салата (пячу), 50 г зеленого лука, 2 г чеснока, 10 г соли, соевый соус и горькая соевая паста по вкусу.

Приятный вкус супу придает свежая зелень, салат (пячу), другие овощи.

Очищенный и промытый молодой салат (пячу) мелко нарезать. Свинину (мякоть) придавить, сало же мелко-мелко нарезать. Сало положить в котел и растопить. В свином жире обжарить мякоть свинины вместе с соевой пастой, затем влить чистую воду от промывки риса. Поставить на огонь.

Когда суп закипит, удалить пену, положить туда подготовленный салат и продолжать варить, не накрывая крышкой. В конце варки добавить в суп нашинкованные лук и чеснок, соевый соус, посолить по вкусу, еще раз довести до кипения.

31. Жареная свинина (тоядикогипокым)

400 г свинины, 50 г зеленого лука, 50 г репчатого лука, 5 г чеснока, 25 г соевого соуса, 10 г растительного масла, 3 г молотого кунжута, 0,5 г черного молотого перца.

Блюдо представляет собой крупно нарезанную жареную свинину с приправами и специями. Для того чтобы не чувствовать жирность мяса, можно добавить в блюдо горькую соевую пасту.

Свинину обработать, крупно нарезать и придавить. Репчатый лук также крупно нарезать.

Сковороду раскалить, влить масло, свинину вместе с репчатым луком обжарить, затем добавить нашинкованный зеленый лук, раздавленный чеснок, остальные компоненты, жарить до желтизны, в конце еще раз добавить молотый кунжут и черный перец.

32. Суп из курицы с грибами (дальгкогипосытккук)

500 г куриного мяса, 250 г свежих грибов, 100 г зеленого лука, 15 г чеснока, 1 яйцо, соевый соус по вкусу, 5 г молотого кунжута, 15 г растительного масла, 2 г черного молотого перца, 10 г соли.

Этот суп обладает особым ароматом за счет добавления в него свежих грибов.

Курицу обработать, залить холодной водой и сварить. Когда вилка будет легко входить в мясо, достать курицу, разорвать на кусочки, а бульон заправить солью и соевым соусом. Свежие грибы разорвать вдоль волокон на куски, а сваренное яйцо нарезать кубиками.

Кастрюлю разогреть, влить растительное масло, бросить грибы, обжарить, добавить соевый соус, раздавленный лук и чеснок, быстро обжарить.

Мясо и грибы разложить по порциям, влить бульон, а затем посыпать черным молотым перцем, кунжутом. Разлить бульон. Украсить блюдо яйцом.

33. Традиционный корейский суп из курицы (дальгтхань)

1 кг куриного мяса, 300 г молодой тыквы, 50 г молодого зеленого стручкового перца, 50 г зеленого лука, 20 г чеснока, соевый соус по вкусу, 10 г растительного масла, 3 г молотого кунжута, 0,5 г черного молотого перца, 10 г соли.

Курицу обработать, разрубить на куски вместе с костями. Молодую тыкву разрезать на 4 части и каждую часть нарезать толщиной 1 см. Стручки зеленого перца очистить от семян и нарезать длиной 2 см. Раздавленный чеснок, растительное масло и молотый кунжут смешать, смазать приготовленные куски курицы и дать постоять 20 мин.

Кастрюлю разогреть, влить растительное масло, положить курицу и жарить. Когда мясо наполовину поджарится, влить воду так, чтобы она была на уровне мяса, и варить до готовности.

В конце варки добавить приготовленную тыкву, зеленый перец и варить суп, не накрывая кастрюлю крышкой, затем всыпать нашинкованный лук, молотый кунжут и черный молотый перец. Посолить. По желанию можно влить соевый

соус. Помимо куриного мяса, тыквы, перца, лука, приправ в суп дальгтхань можно добавлять по желанию другие овощи (редьку, морковь и т. д.).

34. Жареное куриное мясо (дальгкогипокым)

1 кг курицы, 30 г грибов, 50 г репчатого лука, 50 г зеленого лука, 20 г чеснока, соевый соус по вкусу, 15 г растительного масла, 3 г молотого кунжута, соль по вкусу.

Обработанную курицу разрезать на несколько крупных кусков и придавить. Грибы очистить, промыть, обдать кипятком и дать воде стечь. Репчатый лук разрезать пополам, а затем мелко нашинковать, а зеленый лук нарезать длиной 4 см.

В кастрюле с маслом обжарить зеленый лук, а затем положить куриное мясо, соевый соус и все поджарить. Когда куриное мясо будет доведено до полуготовности, добавить нашинкованный лук, грибы, соевый соус и соль и продолжать жарить. Как только жидкость полностью испарится, погасить огонь, натереть куски курицы раздавленным чесноком. Всыпать кунжутные зерна.

35. Традиционный корейский суп из утки (орикогитхань)

500 гутинового мяса, 100 г капусты, 50 г моркови, 30 г зеленого стручкового перца, 30 г зеленого лука, 30 г чеснока, соевый соус по вкусу, 5 г столового уксуса, 10 г растительного масла, 10 г сахарной пудры, 0,5 г черного молотого перца, 5 г соли.

Обработанное утиное мясо нарезать на кусочки длиной 2 см. Капусту или салат (пячу) обдать кипятком, затем нарезать длиной 2 см, морковь или красную редиску почистить, нарезать. Зеленый стручковый перец или созревающий красный перец очистить от семян и разрезать вдоль волокон на 3—4 части. Утиное мясо смешать со столовым уксусом, сахарной пудрой, соевым соусом, нашинкованным зеленым луком, раздавленным чесноком, придавить и дать постоять 30 мин.

Кастрюлю разогреть, смазать растительным маслом, обжарить приготовленное утиное мясо, а затем влить туда воды,

так чтобы мясо погрузилось в воду, и варить. Когда утиное мясо будет почти готово, добавить туда морковь или красную редиску, капусту или просто салат, а также нарезанный зеленый стручковый перец.

Готовое блюдо посолить по вкусу, всыпать черный молотый перец.

36. Утка с овощами (орикогипокым)

500 г утино́го мяса, 100 г салата (пьячу), 100 г редьки, 50 г красной редиски, 50 г зеленого лука, 15 г чеснока, соевый соус и красный перец по вкусу, 40 г растительного масла, 20 г столового уксуса и вина, немного сахарной пудры.

Утиное мясо нарезать на кусочки длиной 1,5—2 см.

Салат (пьячу) или капусту, редьку, редиску или морковь, зеленый лук почистить, помыть и мелко нарезать, а красный перец, очищенный от семян, нарезать вдоль волокон длиной 1 см.

Утиное мясо смешать с зеленым луком, вином, соевым соусом, сахарной пудрой, раздавленным чесноком (5 г), мариновать в течение 20—30 мин, а затем зажарить в растительном масле. Когда утиное мясо разварится примерно наполовину, добавить туда красную редиску, редьку, салат (пьячу), перец, зеленый лук. Влить немного воды и тушить до полной готовности. Готовую утку смазать раздавленным чесноком.

37. Жидкая солянка из говядины (секогитёнгорь)

600 г говядины, 60 г грибов, 100 г репчатого лука, 60 г щавеля, 2 яйца, 50 г бамбуковых ростков, 60 г зеленого лука, 10 г чеснока, 50 г соевого соуса, 10 г кунжутного масла, 10 г сахарного песка, 3 г молотого кунжута, 0,5 г черного молотого перца.

Тёнгорь — это одно из традиционных корейских национальных блюд, в котором основными компонентами являются мясо, рыба, овощи, хорошо сваренные в небольшом количестве жидкости. Иногда это блюдо едят прямо «с огня».

Говядину обработать, нарезать длиной 4 см, шириной — 2 см, толщиной — 0,2 см, заправить размятыми зеленым луком (30 г) и чесноком, соевым соусом, сахарным песком, кунжутом, кунжутным маслом (5 г), черным молотым пер-

цем и дать постоять 20—30 мин. Грибы разорвать (если сухие, то предварительно отмочить их). Репчатый лук нашинковать, а омежник или щавель нарезать длиной 4—5 см. Зеленый лук нарезать длиной 4 см. Бамбуковые ростки (можно заменить папоротником) нарезать длиной 5 см.

Разогреть кастрюлю или котелок, смазать кунжутным маслом, а затем обжарить мясо и грибы, подавить репчатый лук, а затем обжарить мясо и грибы, добавить репчатый лук, бамбуковые ростки, щавель, зеленый лук, влить немного воды или бульона, посолить и тушить при слабом кипении. Когда солянка будет готова, влить взбитое яйцо. Блюдо готово к употреблению.

38. Котлеты из говядины, говяжьей печени, рисовой крупы, зелени, приправ (сунмотён)

200 г говяжьей печени, 200 г говядины, 200 г рисовой крупы (чапсаль), 4 яйца, 60 г репчатого лука, 60 г зеленого лука, 20 г чеснока, 40 г пшеничной муки, 20 г кунжутного масла, 100 г растительного масла, 10 г молотого кунжута, 0,3 г черного молотого перца, 10 г соли.

Рисовую крупу хорошо промыть и сварить крутую кашу. Говяжью печеньку обработать, тонко нарезать и быстро обдать кипятком. Говядину также обработать и, мелко нарезав, отбить. Подготовленную говядину, раздавленные лук и чеснок, нарезанный репчатый лук, соль, молотый кунжут, кунжутное масло, черный молотый перец перемешать и дать постоять. Затем слегка обжарить на сковороде. Когда она обжарится, положить сверху подготовленную печеньку, поверх нее — рисовую кашу (паби) и продолжать жарить. Когда все компоненты прожарятся, погасить огонь, массу чуть остудить и, разделив на порции, сформовать пластики четырехугольной формы. Обваливать их в пшеничной муке, обмакнуть во взбитом яйце и жарить в масле до образования корочки.

БЛЮДА ИЗ СОЕВЫХ БОБОВ

Как правильно прорастить соевые бобы?

1—2 кг соевых бобов тщательно перебрать и промыть. Проследить за тем, чтобы не остались незрелые, сморщенные, битые и гнилые зерна. Часть бобов отложить в сухом виде, а остальные — замочить в воде на 5—6 ч. На дно решета или продырявленной кастрюли постелить солому или грубую материю и высыпать туда вначале сухие бобы, а затем размоченные.

Поставить кастрюлю в не слишком теплое помещение и поливать бобы прохладной водой как можно чаще (от 8 до 20 раз в день). Вода должна стекать в отверстия, не оставаясь на бобах. Через некоторое время появятся первые ростки. Следить за тем, чтобы в кастрюлю не попадали инородные вещества (масло и т. д.). В этом случае рост бобов может прекратиться. Посуда, где проращиваются бобы, должна быть плотно прикрыта. Если туда проникнут лучи солнца, соевые бобы позеленеют и появится неприятный привкус.

Когда побеги соевых бобов вырастут до 5—8 см (примерно через 4—8 дней), из них можно готовить различные блюда.

39. Соевая паста с баклажанами, огурцами и редькой (тёнситянь)

4 кг соевых бобов, 1,5 кг соли, 2 кг овощей (баклажанов, огурцов, редьки).

Хорошо разварить 2 кг соевых бобов. Размять, скатать шарики и дать постоять в течение 2 дней. Оставшиеся 2 кг бобов, очищенных от шкурки, размолоть в муку. Смешать с начавшими бродить шариками, солью. В приготовленную посуду уложить слоями приготовленную смесь и овощи (баклажаны, редьку, огурцы). Бочку или чан закопать в землю. Через 7 дней блюдо готово к употреблению.

40. Приправа из соевых бобов, масла, меда и т. д. (кхонъянь)

1 кг соевых бобов, 200 г соевого соуса, 100 г растительного масла, 150 г сахарной пудры, 75 г патоки (можно заменить медом), 25 г кунжутного зерна, 2 г вкусовой приправы.

Соевые бобы очистить, помыть и замочить в воде на 3 ч. Размокшие бобы разварить на медленном огне. Когда бобы разварятся и шкурка отделится, удалить ее, а в кастрюлю добавить соевый соус, сахарную пудру, масло, патоку, вкусовую приправу и продолжать варить на медленном огне. Когда вода почти испарится, всыпать кунжутные зерна. Блюдо считается приготовленным. Готовую массу держать в посуде, плотно прикрыв крышкой.

Примечание: соевые бобы должны быть одинаковой величины. Лишь в этом случае они равномерно разварятся.

41. Соевые бобы с рисом и овощами (кхонътидим)

1 кг соевых бобов, 1 кг рисовой крупы, 100 г салата (пячу) и щавеля (сигымчи).

Бобы очистить, помыть и замочить в воде на несколько часов. Разбухшие бобы перемолоть. Рисовую крупу помыть, замочить в воде и также перемолоть. Смешать бобовую и рисовую муку. Добавить в нее нарезанные овощи. Посолить по вкусу.

Дно сковороды смазать маслом и жарить бобы, крупу и овощи до полной готовности.

42. Соевое печенье (кхонъякарутасик)

100 г соевых бобов, 50 г патоки, 10 г сахарной пудры, 5 г кунжутного масла, 5 г соли.

Очищенные соевые бобы поджарить на сковороде. Удалить шкурки. Перемолоть бобы. Посолить по вкусу. Залить патокой, посыпать сахарной пудрой и перемешать. Сформовать произвольной формы печенюшки и поджарить на сковороде, после чего смазать каждую маслом.

43. Соевая каша с картофелем и овощами (кхонъпидисальпап)

1,5 кг соевых бобов, 500 г картофеля, 100 г салата (пячу) или редьки (му-у), 500 г рисовой крупы.

Очищенные и промытые соевые бобы держать в теплой воде 3—4 ч. Воду слить. Разбухшие бобы перемолоть.

Котел раскалить, смазать растительным маслом. Нарезанные картофель и салат (пячу) обжарить на сковороде. Размолотые соевые бобы насыпать поверх овощей и картофеля, слегка подогреть, посолить по вкусу и засыпать рисовой крупой, предварительно промытой и вымоченной в воде. Варить на слабом огне до полной готовности.

Примечание: к данному блюду можно подать соевый соус, перец и т. п.

44. Кимчхи из ростков соевых бобов (кхонънамулькимчхи)

1 кг соевых ростков, 100 г зеленого лука, 5 г чеснока, 2 г красного молотого перца, 50 г соли.

Очищенные от шкурок и корней ростки соевых бобов обдать горячей соленой водой. Остудить. Лук нарезать, чеснок нашинковать, а затем смешать, добавив красный молотый перец, соль. Приготовленную приправу смешать с соевыми ростками, сложить в кастрюлю и залить водой, которой ошпаривались ростки. Можно в блюдо добавить имбирь. Кимчхи поставить в прохладное место. Через 8—10 ч блюдо готово к употреблению.

45. Суп из ростков соевых бобов (кхонънамульккук)

500 г ростков соевых бобов, 1 корень зеленого лука, 10 г чеснока, 5 г соевого соуса, 50 г растительного масла, 0,2 г соли.

Ростки соевых бобов обдать кипятком. Сковороду прокалить, влить масло, положить ростки соевых бобов. Посолить (примерно 1/2 чайной ложки), накрыть крышкой. Варить до тех пор, пока исчезнут неприятные запахи (пиринэ). Потом влить воду и продолжать варить ростки. Когда они сварятся, бросить туда нарезанный зеленый лук и раздавленный чеснок. Влить соевый соус, посолить.

Примечание: для улучшения вкуса блюда в него можно добавить мясо, кунжутные зерна.

СЛАДКИЕ БЛЮДА

46. Традиционное корейское кондитерское изделие (яккуа)

1 кг пшеничной муки, 200 г кунжутного масла (или другого прокаленного масла), 10 г золотистой фасоли (маш), 150 г меда, 300 г сахарного песка, 150 г патоки (ёсси), 30 г кедровых орехов, 30 г водки или вина, 500 г растительного масла.

В 400 г воды добавить мед (150 г), сахарный песок, патоку, все вместе растопить, а затем остудить. Пшеничную муку побрызгать водкой или вином, добавить кунжутное масло, все тщательно размешать. А затем приготовленную массу смешать с раствором меда, сахара, патоки, замесить тесто (оно должно получиться рассыпчатым). Хорошо придавить его. Правильно приготовленное тесто имеет пестрый вид. Тесто положить на доску и нарезать или выдавить фигурки специальными формочками, поверхность проткнуть в нескольких местах вилкой. Приготовленные фигурки равномерно обжарить в растительном масле при температуре 100—120° С.

Когда они приобретут цвет фиников, вынуть их из масла и до того, как остынут, побрызгать разведенным в воде медом так, чтобы мед равномерно покрыл всю их поверхность. Посыпать размолотой фасолью. Украсить блюдо ядрами кедровых орехов.

47. Сладкое блюдо (тюнпяки)

400 г пшеничной муки, 400 г растительного масла, 100 г сахарной пудры, 100 г меда, 5 г имбиря, 15 г водки (или рисовой бражки).

Из пшеничной муки замесить очень крутое тесто. Тесто раскатать и нарезать на кусочки размером 2х4 см. Посыпать имбирем, полить бражкой, а затем обжарить в растительном масле так, чтобы лишь верхняя часть приобрела желтоватый цвет, а изнутри блюдо оставалось белым. Обжаренные куски смазать медом, посыпать сахарной пудрой.

Тюнпяки готово к употреблению.

Примечание: если в блюдо добавить лимон и покрыть неостывшей тянучкой, то оно будет иметь особый вкус и называться хангуа. Данное сладкое блюдо можно как жарить в растительном масле на сковороде, так и запекать на огне.

48. Кондитерское изделие (квадюль)

1 кг кукурузной крупы, 500 г кунжута, 400 г растительного масла, 2,5 г соды, 2,5 г уксуса, 1 кг патоки (меда).

Крупку замочить на 5 - 6 ч в воде, затем провернуть через мясорубку. Если мука получится слишком влажной, ее нужно подсушить. Замесить тесто, добавляя в муку горячую воду, пропарить тесто в пароварке. Затем эту массу, до того как она остынет, тщательно размять, добавить соду и уксус, разведенные в небольшом количестве воды.

Тесто раскатать толщиной не более 2 мм, нарезать на пластины размером 5х6 см. Лепешки подсушить, переворачивая. Примерно через 15-20 ч просохшие лепешки обжарить в масле, придавливая их ложкой, чтобы не вздувались. Обжаренные лепешки смазать патокой и посыпать зернами кунжута.

49. Пастила из кукурузной муки (канняитанмук)

500 г кукурузной муки или кукурузного крахмала, 250 г сахарного песка, 800 г коровьего или козьего молока, 2 г соли.

В коровье молоко всыпать сахар, соль и прокипятить. Когда молоко закипит, добавить в него, помешивая, кукурузную муку и кипятить на малом огне.

Загустевшую массу выложить на поднос или широкую доску толщиной 1,5 см. Когда пастила затвердеет, нарезать ее.

50. Рассыпчатое изделие из кукурузной муки (канняитансольги)

500 г кукурузной муки, 250 г сахарной пудры, 10 яиц, 3 г соды, 5 г соли.

Отделить белки яиц от желтков. Белки взбить. В желтки всыпать сахарную пудру и перемешать. Кукурузную муку смешать с пищевой содой. В приготовленные желтки всыпать постепенно муку с содой и смешать. Добавить взбитый белок и все тщательно перемешать.

На разделочной доске всю эту массу еще раз перемесить, раскатать, испечь в духовке или же пропарить в пароварке.

Разрезать на куски, подать к столу.

Издательство «Полигон»
представляет серию книг
«50 рецептов...»



В наших книгах Вы найдете
лучшие рецепты

- ✓ корейской кухни
- ✓ кавказской кухни
- ✓ еврейской кухни
- ✓ мексиканской кухни
- ✓ итальянской кухни
- ✓ корейских салатов
- ✓ китайской кухни
- ✓ эротической кухни
- ✓ индийской кухни
- ✓ грузинской кухни
- ✓ африканской кухни
- ✓ карельской и финской кухни
- ✓ для микроволновой печи
- ✓ японской кухни
- ✓ тайской кухни
- ✓ шашлыков
- ✓ для гриля
- ✓ пиццы
- ✓ плова
- ✓ кофе

По вопросам реализации обращаться:

ООО «Издательство «Полигон»:
тел.: (812) 320-74-24, 320-74-23.
E-mail: polygon@spb.cityline.ru

www.natahaus.ru

Электронная версия данной книги создана исключительно для ознакомления только на локальном компьютере! Скачав файл, вы берёте на себя полную ответственность за его дальнейшее использование и распространение.

Начиная загрузку, вы подтверждаете своё согласие с данными утверждениями!

Реализация данной электронной книги в любых интернет-магазинах, и на CD (DVD) дисках с целью получения прибыли, незаконна и запрещена!

По вопросам приобретения печатной или электронной версии данной книги обращайтесь непосредственно к законным издателям, их представителям, либо в соответствующие организации торговли!

www.natahaus.ru