

рассылка меню тани кощеевой_2021_

№ 4



no bottles
no party

Привет!

В марте все только начинается. Весенняя энергия в каждом бокале и волосах. Хочется смахнуть пыль с туфель на каблуках и школьного портфеля. Самое время начать начинать что-то новое. Готовить и собирать гостей на новое блюдо, выучить португальский на всякий случай или стать чайным сомелье.

В этом номере я позвала в гости Андрея Колбасинова из чайной «Нитка» [@nitkatea](#). Он подобрал к рецептам идеальные чайные пары, рассказал массу интересного и вообще открыл мне дверь в новый мир.

Меню 4 / 2021

Рассылка меню Тани Кошечкиной [@nobottlesparty](#)



no
no
bottles
party

содержание

- ОВОЩИ**
- 4 Чеснок
 - 5 Имбирная курица в китайском стиле
 - 7 Черемша
 - 8 Мидии в соусе из белого вина с тостами с черемшой
 - 10 Морковь
 - 11 Лосось с марокканским салатом из моркови

- ФРУКТЫ**
- 13 Лимон
 - 14 Пахлава с лимоном и фисташками
 - 16 Манго
 - 17 Парфе из манго

ЧЕСНОК

Представьте себе горные ущелья *Туркмении, Тянь-Шаня и Памиро-Алая*. Полумрак, сырость скал и яркая зелень. Только чеснок мог бы родиться и закалить свой характер в таком месте. А потом покорить весь мир своим необычным вкусом *на грани остроты, горечи и яркости*.

Совет от «Нитки»

В пару рекомендую чёрный чай «Жидкий янтарь» из Непала. Выбрал его за мускатные и коньячные тона, а очень дождливый 2020 год добавил в чай ещё и цитрусовые ноты.

Делает чай фермер Алексей Шерстюк, с которым мы работаем с момента основания «Нитки». За пару лет до нашего знакомства я покупал у его брата Ивана керамику, и однажды Иван передал мне этот чай. Это совпало с началом моей чайной карьеры.

Сам Алексей родился в Киргизии, в 90-х переехал в Калугу. Около 8 лет учился производству чая в Фуцзяни, потом организовал своё производство в Непале. Сам он живет в Мехико и занимается проектом чайной школы, но два раза в год в Непале контролирует производство во время сбора.



имбирная курица в китайском стиле

Я специально стараюсь находить для рассылки простые рецепты, которые легко сделать, даже если никогда не готовил. Но важно, что они наполнены новыми вкусами и текстурами. В этом случае даже банальная куриная грудка может стать гастрономическим опытом.

время
приготовления:

1 час
+ 1,5 часа
на варку
бульона

вам понадобятся:

2 сотейника
или кастрюли
с толстым дном

ингредиенты:

4 куриные грудки без кожи
500 мл куриного бульона
6 стеблей зеленого лука
2 ст. л. белого вина
1 ст. л. соевого соуса
кусоч корня имбиря (4 см)
морская соль

для чесночного риса:

260 г жасминового риса
500 мл куриного бульона
(можно заменить на настой
зеленого чая с жасмином)
1 ст. л. растительного масла
1 ст. л. кунжутного или
оливкового масла
3 больших зубчика чеснока



приготовление

1. Разогрейте духовку до 200 °С.

2. Положите в кастрюлю с толстым дном куриные грудки, имбирь, зеленый лук и 500 мл куриного бульона. Поставьте на сильный огонь и доведите до кипения.

3. Когда курица закипит, уменьшите огонь и варите при слабом кипении пять минут. Выньте зеленый лук, он нам не пригодится. Еще раз доведите до кипения, влейте вино и соевый соус, готовьте еще пять минут.



4. Нагрейте в кастрюле на среднем огне растительное и кунжутное масло, положите мелко нарезанный чеснок, жарьте две минуты, но следите за тем, чтобы он не пригорел. Добавьте рис, хорошо перемешайте его с маслом и чесноком. После этого налейте 500 мл куриного бульона и доведите до кипения. Накройте крышкой, сделайте маленький огонь и варите при слабом кипении 12 минут до готовности риса.

5. Разложите рис по мискам, нарежьте курицу слайсами, положите кусочки на рис. Налейте сверху бульон, посыпьте нарезанным луком и микрозеленью.

Черемша

Это мое самое любимое растение ранней весны. Ее и можно увидеть в продаже только в это время. Чаще всего ее *везут из Чечни*, а там ее любят, добавляют в пироги, делают из нее суп хонк и даже проводят *праздник с шеф-поварами и котами-черемшедами*.

Черемшу называют «медвежьим чесноком» или «медвежьим луком», потому что голодные медведи восстанавливают ею свои силы после спячки. Она очень *ароматная, с ярким вкусом зелени и чеснока*. Я люблю делать с ней *песто* и *масло для гренок*. Да и простой салат с ней становится ярче.

Совет от «Нитки»

К черемше просятся чаи со свежими травяными нотами во вкусе. Например, китайский Те Гуань Инь с нотами свежескошенной травы и сирени, или свежая Сенча из Японии или Австралии (нет в ассортименте «Нитки»), её листья после заваривания можно добавить в любое блюдо с черемшой и получить прекрасный умами вкус в блюде.

В чай, если удастся найти, я бы добавил белой дагестанской мяты. Никаких тёмных или пряных нот во вкусе черемше это не подойдёт.

[@nitkatea](#)



черемша

мидии в соусе из белого вина с тостами с черемшой

Мидии кажутся неожиданным ингредиентом, но их легко купить даже замороженными. Они готовятся одну минуту и прекрасно насыщают. Так что самое то для весенней еды, а особенно с яркой ноткой черемши.

время приготовления:

40 минут

вам понадобятся:

сковорода или кастрюля с толстым дном и крышкой, блендер, гриль в духовке

ингредиенты:

1 кг мидий (вы можете взять и замороженные вареные и свежие)
 150 мл жирных сливок (33%)
 125 мл сухого белого вина, например, Мюскаде
 30 г сливочного масла
 2 луковицы лука шалота
 2 ст. л. оливкового масла
 большая горсть листьев черемши
 1 большой зубчик чеснока

для тостов с черемшой:

150 г сливочного масла
 4–6 ломтиков багета
 20 г пармезана
 пучок черемши
 соль
 перец



приготовление

1. Включите гриль на средневысокую мощность. Пусть пока набирает жар и пыл.

2. Промойте мидии и счистите с них «бородки». Это такие хвостики, которые торчат между створок. Напомню, что если моллюск тяжелый по весу, замыкает створки, значит, он жив здоров и готов на гастрономические подвиги. Если он безжизненно приоткрыл створки и уже ничто его не радует, его лучше выбросить, он скорее всего замыслил недоброе.

3. Поставьте на средний огонь большую кастрюлю с толстым дном и крышкой. Налейте оливковое масло. Когда оно нагреется, положите шалот и жарьте две минуты до мягкости. Вмешайте чеснок и жарьте еще минуту, затем влейте вино. Держите при слабом кипении, пока вино не выпарится наполовину.

4. Для тостов с маслом с черемшой в маленький кухонный комбайн положите 150 г сливочного масла с крупно нарубленной черемшой и небольшим количеством соли и перца. Взбивайте, пока не смешается. Потом можно скатать колбаску, завернуть в пергамент или пленку и положить в морозилку. А потом ис-

пользовать со стейками, курицей и сырной тарелки.

5. К винной смеси добавьте сливки и нарубленную черемшу, увеличьте огонь и выпарите наполовину.

6. Положите ломтики багета на противень и поставьте под гриль в духовку на две минуты или пока они не подрумянятся и не станут золотистыми

с одной стороны. Достаньте, переверните все ломтики и густо намажьте маслом с черемшой. На мелкой терке натрите пармезан сверху равномерно на каждый ломтик. Поставьте под гриль еще на две минуты или пока они не станут золотисто-коричневыми.

Добавьте мидии к вину и как следует перемешайте, накройте крышкой и готовьте 4–5 минут или пока мидии не откроются. Выкиньте все, что не открылось, вмешайте 30 г сливочного масла в соус и сразу подавайте с тостами с черемшой.

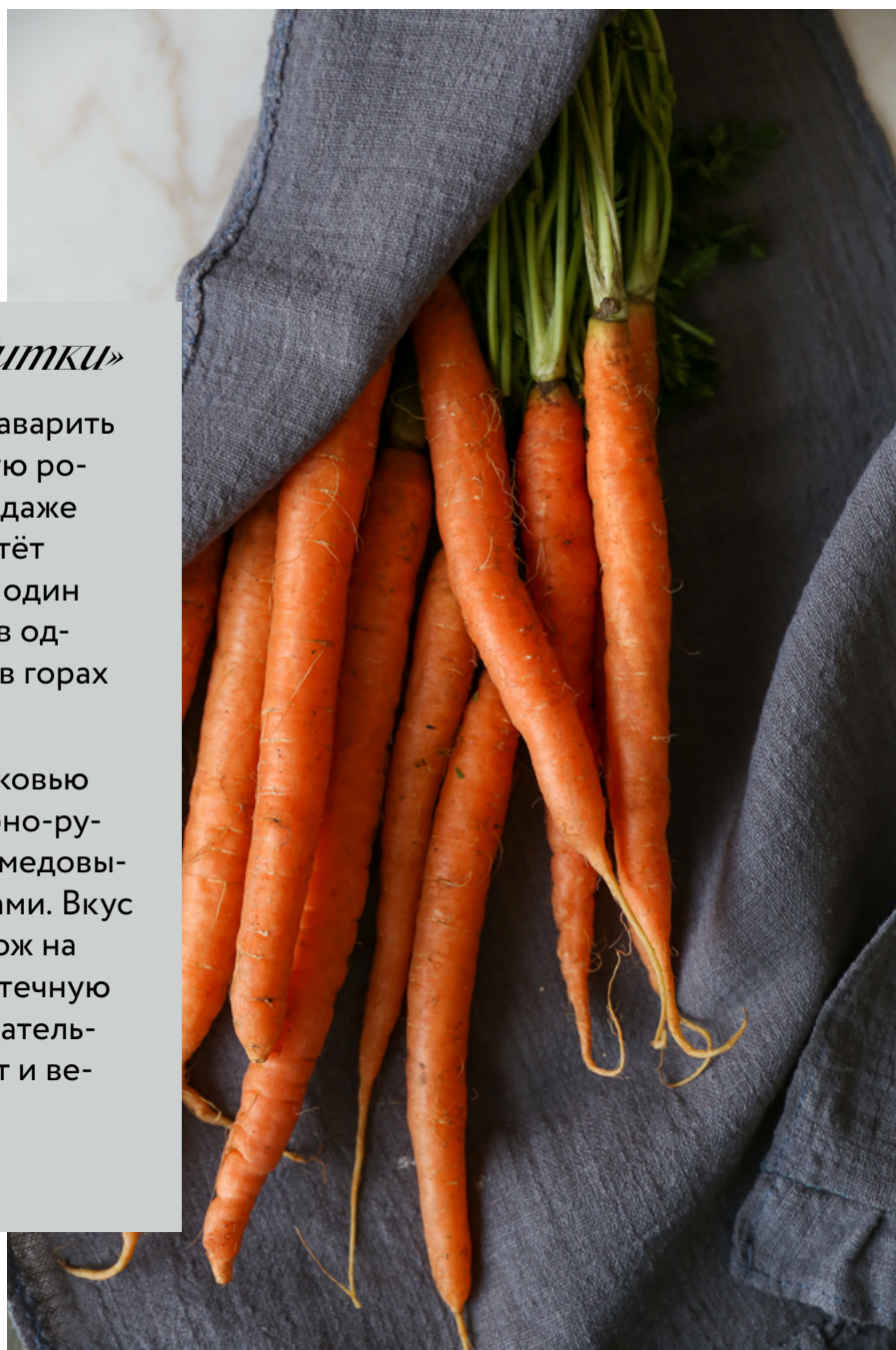


МОРКОВЬ

Вы никогда бы не угадали, где родилась морковь! Ученые предполагают, что это *Афганистан*. А оттуда она разъехалась по всему свету. Но сначала ее ценили за семена и зелень.

Из моркови варили *супы, делали соусы и даже солдатский кофе*. Больше всего меня удивила традиция древних кривичей сжигать умерших с морковью, чтобы им было чем *перекусить на том свете*.

И не удивительно, морковь и вкусная и потрясающе многогранна, если говорить о полезных свойствах. Список ее достижений бесконечен. Но самое главное — это её *терпко-теплый вкус*, которому и пряности не нужны.



Совет от «Нитки»

К моркови стоит заварить тибетскую снежную ромашку. Она ближе даже к хризантеме. Цветёт ромашка в августе один раз в год и только в одном месте в мире, в горах Куньлунь.

Совпадение с морковью 100%. Яркий янтарно-рубиновый настой с медовыми и пряными нотами. Вкус абсолютно не похож на привычную нам аптечную ромашку. Это обязательный вкусовой опыт и вечернее лакомство.

@nitkatea

МОРКОВЬ

ЛОСОСЬ С МАРОККАНСКИМ САЛАТОМ ИЗ МОРКОВИ

Нежный лосось, на мой взгляд, требует яркого гарнира. Здесь совсем простой лосось и морковь, которую мы подсветим хариссой. Сразу приходит ощущение зноя Марокко и аромата вербены.

время приготовления:

1 час

вам понадобятся:

сковорода, кастрюля, мандолина (либо порежьте морковь ножом), блендер

ингредиенты:

4 филе лосося по 200 г на коже
 450 г спаржи
 100 мл воды
 25 г сливочного масла
 1 ст. л. оливкового масла со слабым вкусом
 1 ч. л. розового перца горошком
 дольки розового грейпфрута для подачи (смело пропускайте этот пункт, если нет)

для салата:

500 г моркови
 сок одного лимона
 1 перец чили или ½ ч. л. чипотле
 2 ст. л. хариссы
 2 ст. л. оливкового масла
 1 ст. л. мелко нарубленных консервированных лимонов (если нет, пропустите, но в рассылке с ферментацией на «Патреоне» есть очень простой рецепт, сейчас самое время)
 2 зубчика чеснока
 1 ч. л. молотого кумина
 горсть листьев петрушки
 соль
 перец



приготовление

1. Надрежьте кожу на всех филе, затем с обеих сторон смажьте их оливковым маслом, посолите и поперчите. Поставьте большую антипригарную сковороду на средний огонь и, когда она нагреется, положите филе кожей вниз. Жарьте пять минут до хрустящей корочки. Переверните и жарьте с другой стороны две-три минуты, достаньте из сковороды и дайте рыбе отдохнуть несколько минут под фольгой. Если не любите чуть сыроватый центр, то готовьте чуть дольше, но не пересушивайте его.



2. Почистите морковь и нарежьте на тонкие диски. Высыпьте в кипящую воду, доведите до кипения и сразу же слейте воду.

3. В блендер добавьте хариссу, маринованный лимон, порезанный чили, чеснок, лимонный сок, кумин, оливковое масло и хорошо измельчите. Я протираю через сито, чтобы не было волокон и крупных частиц.



4. Полейте морковь заправкой и хорошо перемешайте. Посолите, поперчите, посыпьте нарубленной петрушкой и перед подачей перемешайте еще раз.

ЛИМОН

Однажды в марте в Париже, сильно простыв, я ехала на такси. Водитель, глядя на меня, остановился у фруктовой лавки и купил ароматный, пупырчатый лимон. Дал мне и сказал постоянно *пить лимонный чай и не болеть*. С тех пор лимоны ассоциируются у меня с заботой и здоровьем.

Судя по «Википедии», не у меня одной. Эти жизнерадостные плоды ценили во все времена и лечили ими от болезней сердца до авитаминоза. Мне кажется, лимоны добавляют во все: от *десертов* до пряных *тажинов*, делают *лимончелло*, *салаты* и просто едят так.

Совет от «Нитки»

К пахлаве с лимоном я бы взял наш фирменный «Русский караван». Чай с лимоном — русское изобретение. Его пили извозчики, которых могло укачивать в дороге. Сам лимон повсеместно рос в оранжереях и домах.

«Нитка» — караван, который вёз чай из Китая в Россию. По легенде этот чай во время долгого пути напитывался ароматом дыма от ночных костров.

«Русский караван» — наш главный чай. Фантазия на тему того, каким бы был вкус караванного чая. Мы коптим купаж из трёх видов чая (Дянь Хун, Шу Пуэр, Сяо Чжун) из Юньнани на саксауле, который был топливом для костров.

Плотный, тягучий, сладкий и слегка дымный чай станет отличным дополнением к десерту с лимоном. В целом сочетание дыма и лимона очень вкусно. От себя советую обязательно попробовать чёрные лимоны из Ирака.

@nitkatea



пахлава с лимоном и фисташками

Это совершенно прекрасный десерт даже для тех, кто думает, что пахлаву делать сложно, что она сладкая и сухая. Свежая кислинка лимона и фисташки просто божественны вместе. Дел всего на час, а потом у вас все будут спрашивать рецепт.

время приготовления:

1 час

+ 12 часов

на пропитку

вам понадобятся:

сотейник, духовка

ингредиенты:

300 г несоленых фисташек, порубить на кусочки

200 г сливочного масла, растопить

100 г мелкого сахара

16 листов теста фило, разрезать пополам

цедра одного лимона

для сиропа:

200 г мелкого сахара

200 мл воды

цедра и сок одного лимона



приготовление

1. Разогрейте духовку до 160 °С.
2. Фисташки, 100 г мелкого сахара и лимонную цедру одного лимона положите в миску и перемешайте.
3. Выберите противень такого же размера, как разрезанные пополам листы теста фило. Слегка смажьте тесто растопленным сливочным маслом и посыпьте фисташками с сахаром и цедрой. Продолжайте выкладывать слоями, пока не используете все 32 пласта теста.



4. Острым ножом нарежьте прослоенное тесто на порционные квадраты. Выпекайте 30–40 минут, до хрустящей золотистой корочки.
5. Тем временем приготовьте сироп. Поместите сахар, цедру и лимонный сок в маленькую кастрюлю, залейте 200 мл воды и доведите до кипения, помешивая, чтобы сахар легче растворяется. Варите 7–10 минут, пока сироп слегка не загустеет. Отставьте в сторону и дайте остыть.
6. Противень с готовой очень горячей пахлавой залейте сиропом, стараясь пропитать десерт полностью, чтобы сироп стекал в надрезы. Оставьте не меньше чем на 12 часов при комнатной температуре до подачи, чтобы она пропиталась сиропом. Пахлаву можно хранить в плотно закрытой емкости до недели.



МАНГО

Манго любого сорта *называется зеленым*, пока фрукт не созреет. Растет он по всей Южной и Юго-Восточной Азии и других тропических странах.

В Индии манго считают символом безграничного богатства и Нового года. Его едят и зеленым и спелым, *маринуют* в горчичном масле и специях, *сушат* на солнце и *делают кислый соус* для амчура, выжимают сок, а в Центральной Америке подают *с солью и специями*.

Сейчас в «Мангоеде» два прекрасных сорта: Кент из Перу и Кат Чу из Вьетнама, но дождитесь индийского Альфонсо в мае, и вас ждет незабываемый опыт.



Совет от «Нитки»

Маленький совет от авторов книги «Чайный сомелье» Франсуа-Ксавье Дельмаса и Матьяса Мине: «Хоршее сочетание чая и еды — союз, который подчеркивает каждого из партнеров.

Идеальная температура чая для дегустации — между 40 C° и 50 C°. Это позволяет в полной мере оценить его органолептические свойства».

@nitkatea

парфе из манго

Один из рецептов, где все ингредиенты хороши и сами по себе. А вместе они просто божественны. Идеальный весенний десерт, который легко станет вкусным завтраком.

время
приготовления:

1 час

+ 1 час

для подготовки
ягод

вам понадобятся:

блендер,
порционные
стаканы

ингредиенты:

1 спелый манго

500 мл натурального йогурта

200 г ассорти из ягод

цедра и сок одного маленького апельсина

1 ст. л. сахарной пудры

небольшой пучок зелени базилика



приготовление

1. Сначала подготовьте ягоды. Положите их в миску, добавьте апельсиновую цедру и сок, сахарную пудру и порезанный базилик. Хорошо перемешайте, затяните пищевой пленкой и оставьте вымачиваться на час-два.

2. Тем временем очистите манго и удалите косточку. Мякоть пюрируйте в блендере до однородной кашицы. Выложите слоями пюре и йогурт в 4 сервировочных бокала объемом 200 мл и уберите в холодильник, пока не понадобится. Если у вас есть время, может быть, вам захочется чередовать слои, чтобы получились красивые полоски.

3. Перед подачей украсьте каждый бокал подготовленными ягодами.



Спасибо!

Архитектор гастрономического сознания
Таня Кошечкина @nobottlesnoparty.

Автор курсов «Винные ответы»
и «Гастрономический 1».

Поддержать на Patreon.