

Есть возможность сэкономить

КАПУСТА КВАШЕНАЯ

Свежую капусту нашинковать, пересыпать солью и сахаром, можно добавить натертую морковь и специи: лавровый лист, гвоздику, корицу. Все как следует перемешать, приминая капусту. Выложить в стеклянную банку, не уплотняя, накрыть крышкой и поставить на брожение при температуре 18—20 градусов. Через три дня капуста готова.

Однако долго храниться такая капуста не может. Так что готовить ее надо не много. На 10 кг берут 150 г соли и 200—300 г сахарного песка.



КАПУСТА БЫСТРОЙ ЗАСОЛКИ

ПЕРВЫЙ СПОСОБ. Промытый кочан разрезать на четыре части и залить горячим (80—85°C) рассолом (соль, растворенная в горячей воде). Рассол должен полностью покрывать капусту. Когда рассол остынет, между частями кочана положить корочки черного хлеба, можно добавить натертую на крупной терке сырую свеклу. Оставить капусту при комнатной температуре. Через трое суток она готова к употреблению.

На 1 кг капусты: 1 л воды, 25—30 г соли, 5 г черного хлеба.

ВТОРОЙ СПОСОБ. Капусту нашинковать, перемешать с солью, добавить натертую морковь и выложить в трехлитровую банку. Залить 0,5 литра холодной воды, проколоть вилкой или ножом, чтобы вода прошла до низа банки. Выдержать 3 суток. Затем слить рассол и положить в него 0,5 стакана сахарного песка, перемешать, чтобы песок растаял, и вылить обратно в банку. Поставить капусту в холодильник, и через 2 дня она готова. Пока капуста квасится, закрывать банку крышкой неплотно. На 2,5 кг капусты: 200 г моркови, 2 столовые ложки соли без горки.

Советские беляши вытеснил американский бигмак

РУССКАЯ КУХНЯ ТЕРЯЕТ АУДИТОРИЮ



Беляши: не очень полезный, но очень вкусный!

Советские застолья отличались изобилием, но не разнообразием.

НЕСКОЛЬКО лет назад бренд «СССР» был очень популярен в общественном питании Петербурга. Появилось сразу несколько ресторанов и баров с таким названием, в том числе и на Невском проспекте. Интерьер и кухня там были соответствующие: фикусы в кадках, картины передвижников на стенах, ковровые дорожки, а в меню все, что рекомендовала знаменитая некогда «Книга о вкусной и здоровой пище» выпуска 1952 года — мечта любой хозяйки советских времен.

Кстати, вступительная статья к этому изданию называлась «К изобилию», и в ней говорилось, в частности, следующее: «Важнейшее дело — развивать у населения новые вкусы, создавать спрос на новые пищевые продукты... Надо создать у населения привычку и вкус к полуфабрикатам, к сухим завтракам, концентратам, консервам, ко всему тому богатому и разнообразному ассортименту готовых и полуготовых продуктов. Эти продукты высокопитательны, укрепляют здоровье и не требуют большой затраты труда и времени для приготовления, что способствует освобождению женщины от домашней работы для более производительного и творческого труда».

Можно сказать, что сегодня эта задача благополучно выполнена.

Накануне 7 ноября мы попытались связаться с каким-нибудь из учреждений общепита, которое использовало в названии четыре памятные буквы, и были разочарованы. Оказалось, что они одно за другим закрылись. Вместе с тем возродился и успешно существует в городе другой бренд — «столовая», дошедший также от советского времени.

— Люди с деньгами предпочитают сегодня европейскую кухню, — объяснил администратор одного из ресторанов, в меню которого заявлена русская кухня, — а блюда советской кухни интересуют сегодня в основном иностранных туристов, поэтому заведений с чисто русской кухней сегодня практически нет. Как правило, рестораны предлагают широкий ассортимент блюд: и русских, и европейских,

и азиатских. Что же касается людей со средним достатком, то они выбирают, где подешевле, поэтому у них в чести фаст-фуд. В результате наши дети в отличие, например, от тех же итальянцев или испанцев совсем незнакомы с национальной кухней. Я помню, что, например, в детстве любил беляши и пирожки с ливером, их очень хорошо делала мама. А сейчас некоторые дети даже не знают, что такое беляш, а вот бигмак известен всем.

Двадцать лет назад в каждой семье 7 ноября обязательно накрывали праздничный стол, за которым собирались, придя с демонстрации.

То было время, когда, по образному выражению сатирика, в магазинах не было ничего, а в холодильниках было все. Особенно к празднику.

Нынешние хозяйки проводят на кухне намного меньше времени, чем советские: в магазинах полно полуфабрикатов и готовых изделий, да и темп жизни ускорился, так что еде сегодня уделяют не столь значительное внимание, как прежде.

НА ЗАМЕТКУ

ЗАЛИВНАЯ РЫБА — ВО ВСЕ НЕ ГАДОСТЬ!

ТЕМ, кто испытывает ностальгию по советским временам, напоминаем рецепт весьма популярной в СССР заливной рыбы, взятый из той самой «Книги о вкусной и здоровой пище» выпуска 1952 года. Помните: «какая гадость эта ваша заливная рыба»? На самом деле правильно приготовленное, это блюдо оценит любой гурман. При этом его рецепт довольно прост.

Заливное из судака (щуки, севрюги). Очищенного от костей и вымытого судака нарезать на куски. Кости, голову без жабр и икру сложить в кастрюлю, добавить коренья, лук, соль, лавровый лист (1—2 листа), залить водой и поставить варить. Через 15—20 минут в эту же кастрюлю положить куски судака. Когда они сварятся, вынуть их шумовкой, выложить на блюдо в форме целой рыбы, но с большими промежутками между кусками. Поставить блюдо в холодное место. Полученный бульон слить и приготовить 2—2,5 стакана желе, то есть растворить в бульоне размоченный желатин, вскипятить и процедить. Каждый кусок судака украсить кружочком лимона, моркови, листком зелени и залить желе в два-три приема. После чего блюдо держать в холодном месте, пока желе не застынет. На одного судака (1000—1200 г) — 10—12 г желатина, по 1 штуке кореньев, головка лука, соль по вкусу.



ПРИМЕРНОЕ ПРАЗДНИЧНОЕ МЕНЮ ТОГО ВРЕМЕНИ

● **Холодные закуски:** салат мясной, сельдь «Иваси» с луком, яйца под майонезом, шпроты, рыба заливная, колбаса полукопченая, свекла тертая с черносливом и грецким орехом, домашние соленья (капуста, огурцы, помидоры).

● **Горячие блюда:** цыпленок табака с гарниром (рис отварной или картофель жареный).

● **Десерт:** хворост, печенье «орешки» с вареной сгущенкой, набор шоколадных конфет.

Также любили хозяйки готовить и такие полузабытые сегодня блюда, как **форшмак** и **холодец**. Ну а если в семье был охотник, то подавалась **дичь** — куропатки или перепела, зайчатина, котлеты из кабана.

ИНДЕКСЫ ЦЕН НА ПРОДУКТЫ В РФ И СТРАНАХ ЕС

В России в сентябре 2011 г. цены на продукты питания выросли на 0,8% (в странах ЕС — на 1,4%) в сравнении с началом года. Наибольшее увеличение цен в России отмечалось на рыбу и морепродукты — 7,7%; хлебобулочные изделия и крупы — 7,1%



ИНДЕКСЫ ПОТРЕБИТЕЛЬСКИХ ЦЕН НА ОСНОВНЫЕ ГРУППЫ ПРОДОВОЛЬСТВЕННЫХ ТОВАРОВ В РФ И СТРАНАХ ЕС

Продукты питания — всего	Россия	ЕС-27
Хлебобулочные изделия и крупы	107,1	103,3
Мясо и мясные продукты	103,2	103,2
Рыба и морепродукты	103,8	103,8
Молочные изделия, сыры и яйца	103,3	103,3
Масла и жиры	106,5	106,5
Фрукты	97,2	97,2
Овощи	89,9	89,9
Сахар, джем, мед, шоколад	104,7	104,7

ИНДЕКСЫ ПОТРЕБИТЕЛЬСКИХ ЦЕН В РФ И ОТДЕЛЬНЫХ СТРАНАХ ЕС

Страна	На продукты питания	На хлебобулочные изделия и крупы
Россия	100,8	107,1
Австрия	102,8	102,0
Венгрия	102,8	107,0
Германия	103,4	103,2
Италия	103,7	102,4
Кипр	108,8	109,4
Латвия	102,7	99,8
Литва	104,8	105,5
Польша	103,4	105,5
Финляндия	102,4	104,1

Источник: Федеральная служба государственной статистики РФ, www.gks.ru