



Manche

NORD-
PAS-DE-CALAIS

PICARDIE

HAUTE
NORMANDIE

BASSE-
NORMANDIE

BRETAGNE

PARIS-ÎLE-DE-FRANCE

CHAMPAGNE-ARDENNE

Nancy
LORRAINE

ALSACE

Nantes
PAYS DE LA LOIRE

Centre

Bourgogne

FRANCHE-
COMTÉ

POITOU-CHARENTES

LIMOUSIN

Auvergne

Rhône-Alpes

Bordeaux

Aquitaine

Midi-Pyrénées

Languedoc-Roussillon

Provence-Alpes

Nîmes
Marseille

Côte d'Azur
Nice

FRANCE

Méditerranée
Corse

СОДЕРЖАНИЕ

ЕДА ФРАНЦИИ	6
-------------	---

РЕЦЕПТЫ

СУПЫ	16
ЗАКУСКИ	32
ЯЙЦА И СЫР	58
ПАШТЕТЫ И ТЕРРИНЫ	78
МОРЕПРОДУКТЫ	92
ПТИЦА, МЯСО И ДИЧЬ	126
ОВОЩИ	204
ДЕСЕРТЫ И ВЫПЕЧКА	228
РЕЦЕПТЫ-ОСНОВЫ	272
СЛОВАРЬ ФРАНЦУЗСКОЙ КУХНИ	290
УКАЗАТЕЛЬ БЛЮД И ПРОДУКТОВ	292

КУЛИНАРНЫЙ ВОЯЖ ПО ФРАНЦИИ

ХЛЕБ	Багет – от сельских магазинов до парижских булочных.	40
СЫР	Как созревает нормандский Камамбер.	68
МОРЕПРОДУКТЫ	Марсельский буйабес, или все Средиземное море в одной тарелке.	112
МЯСНЫЕ ЗАКУСКИ	Фермерский фуа гра и мастерство сельских шаркютье.	170
КОНДИТЕРСКОЕ ИСКУССТВО	Изысканное умение приготовления цукатов и смешивания шоколада.	252
ВИНО	Виноградники Бордо, где рождаются великие вина.	288



Еда ФРАНЦИИ

ФРАНЦУЗАМ ПРИНАДЛЕЖИТ ОДНО ИЗ ВЕЛИЧАЙШИХ КУЛИНАРНЫХ НАСЛЕДИЙ МИРА – ОТ ЗРЕЛОГО КАМАМБЕРА ДО ТЕПЛЫХ КРУАССАНОВ, ОТ ИЗЫСКАННЫХ ПИРОЖНЫХ ДО ВЫДЕРЖАННОГО ШАМПАНСКОГО. И НИГДЕ ЭТО НЕ МОЖЕТ БЫТЬ ТАК ВКУСНО, КАК В САМОЙ ФРАНЦИИ.

Многие считают, что Франция славится своей потрясающей кухней в основном благодаря техническому мастерству, изобилию соусов и экстравагантным, дорогим ингредиентам – фуа гра, трюфелям и другим деликатесам. Это относится к *haute cuisine*, «высокой кухне», созданной шеф-поварами французской аристократии и достигшей своего апогея в XIX веке под руководством таких легенд кулинарии, как Огюст Эскофье. *Haute cuisine* – трудоемкое искусство, подчиняющееся строгим правилам. Эта элегантная кулинария требует знания особых методов и техник, а также навыков, отточенных за многие годы обучения на кухнях гранд-ресторанов. Особенно это касается приготовления утонченных соусов, которые составляют основу французской кухни. В наши дни этот гастрономический стиль встречается, пожалуй, только в дорогих ресторанах, олицетворяя высшее кулинарное искусство, отмеченное звездочками в знаменитом ресторанном гиде «Мишлен».



Nouvelle cuisine, «новая кухня», стала ответом на преобладание *haute cuisine* в 1960-е годы, когда такие кулинары, как Поль Бокюз и братья Труагро, объединили усилия для создания более легких блюд, с менее сытными соусами, и готовы были экспериментировать с нетрадиционными ингредиентами и методами приготовления. *Nouvelle cuisine* поощряла инновации и, хотя от некоторых ее правил впоследствии отказались, она оказала сильное влияние на французскую кухню.



Однако в целом французская еда – это региональная кухня, в которой многие блюда названы в честь мест их происхождения, – от антрекота по-бордоски (*entrecôte à la bordelaise*) и палтуса по-нормандски (*sole à la normande*) до говядины по-бургундски (*boeuf à la bourguignonne*). Наш кулинарный вояж показал, что региональные отличия все-таки очень существенны, и большинство ресторанов предлагает не только региональные блюда, но и кухню своих родных городов и деревень. Это не только



Во Франции прекрасно развито сельское хозяйство, здесь выращивают замечательные овощи и фрукты – от французских бобов и вишен, до абрикосов и красной смородины. Их продают на ежедневных и еженедельных рынках по всей стране, как на этом рынке в Перигэ, который уже закрывается после шумного дня. В стране также процветает молочное производство, обеспечивая сырьем большое количество сыроварен. Кафе, такие, как это заведение в Марселе, – неременный атрибут французской жизни.



В каждом французском городе есть рынок, где можно купить местные, сезонные продукты, например спаржу и яйца, деревенский хлеб, сыр и вино. На этой странице: хлеб продают на рынке в Провансе, а овощи и картошку – на парижском рынке. Онфлер – один из многочисленных рыбных портов Франции. Замечательные торты в кондитерской *Gérard Mulot* в Париже (страница напротив) и типичный французский завтрак.



традиция, но и дань уважения к местным продуктам (*produits du terroir*). Каждая область Франции выращивает и производит только те продукты, которые подходят ее почве и климату. От бресских цыплят до грецких орехов из Гренобля, от масла из Нормандии до горчицы из Дижона. В наши дни между провинциями наблюдается больше пересечений, и на рынках можно найти лучшие, а не только местные овощи, однако для французской кухни все еще характерны региональные особенности.

Подобное внимание к продуктам проявляется также в том, что французы едят фрукты и овощи только в разгар их сезона. Рецепты меняются, используя лучшее, что может предложить каждый месяц. И каждый месяц здесь с нетерпением ждут сезонных фруктов и овощей – от летних дынь Прованса до осенних грецких орехов и зимних трюфелей Дордони.

Французы приложили много усилий к тому, чтобы сохранить свои продукты и традиционные методы приготовления блюд. Строгая система апелласьонов, то есть подтверждения подлинности наименования (*Appellation d'origine contrôlée, AOC*), которую французы используют для обеспечения максимальной подлинности своих сыров и вин, постепенно расширяется, охватывая все больше важных региональных продуктов, – от чечевицы из Пуи до моркови из Креанса.



Французы любят вкусно поесть. Хотя многие традиции изменились, и служащие вполне могут перехватить сэндвич на ходу, вместо того чтобы насладиться полноценным французским обедом из четырех блюд, еда и питье продолжают занимать крайне важное место в жизни людей. Одно из любимых удовольствий французов – свежий круассан и кофе с молоком на завтрак. Обед остается для многих основным приемом пищи в течение дня, хотя и ужин бывает не менее сытным. Но трехчасовой перерыв на обед во многих магазинах и учреждениях (с 12:30 до 15:30) позволяет растянуть его на три-четыре блюда с вином.

Несмотря на появление гипермаркетов, специализированные продуктовые магазины и еженедельные рынки – неотъемлемая часть французского образа жизни. В каждой деревне есть *boulangerie* – булочная; мясо покупают в *boucherie* – мясной лавке; *charcuterie* – колбасная лавка, специализируется на продуктах из свинины и деликатесах, а *pâtisserie* – кондитерская – на сладостях и выпечке. Рынки обычно устраиваются каждую неделю, а в некоторых регионах можно следовать за одними и теми же лоточниками из города в город в течение недели. Даже в Париже есть свои рынки. Кроме того, существуют специализированные рынки, например чесночный рынок в Экс-ан-Провансе в июле и рынок фуа гра зимой в Сарлате (Перигор).



КУХНЯ СЕВЕРА

Париж – кулинарная столица мира, где на местных рынках продаются изумительные продукты со всей Франции. В основном своей репутацией город обязан ресторанам – наследию революции, вынудившей поваров искать новый способ заработка. Парижане крайне разборчивы в еде, и именно здесь вы найдете настоящую родину багетов, самые изысканные пирожные страны и лучшие сырные магазины.

Бретань – традиционно рыбный и сельскохозяйственный регион. Здесь потрясающие морепродукты, включая местных устриц, и вкуснейшие ранние фрукты и овощи. Кроме того, сладкие блины и соленые гречневые галеты можно найти повсюду. Местная морская соль (*sel du Guernande*) используется во всей Франции.

Богатые пастбища Нормандии – родина лучших сыров Франции, таких, как Камамбер, Пон-Левек и Ливаро, а также сметаны (*crème fraîche*), масла и яблок – трех классических ингредиентов французской кухни. Здесь также есть баранина *pré-salé* (подсоленная, так как эти барашки пасутся на солончаковых лугах), мидии, устрицы, сидр и кальвадос.

В долине Луары, которую называют «садом Франции», выращиваются фрукты и овощи, а также производятся белые вина. В пещерах Сомюра растут грибы, а среди местных блюд можно отметить рийет из свинины, андуйеты (колбаса из свиного желудка и кишок) и *tarte Tatin* (яблочный пирог). В регионе также производится козий сыр, включая Кротен-де-Шавиньоль. В Пуату-Шарант на Атлантическом побережье можно найти одни из лучших устричных отмелей, а также шарантские дыни, сливочное масло и коньяк.

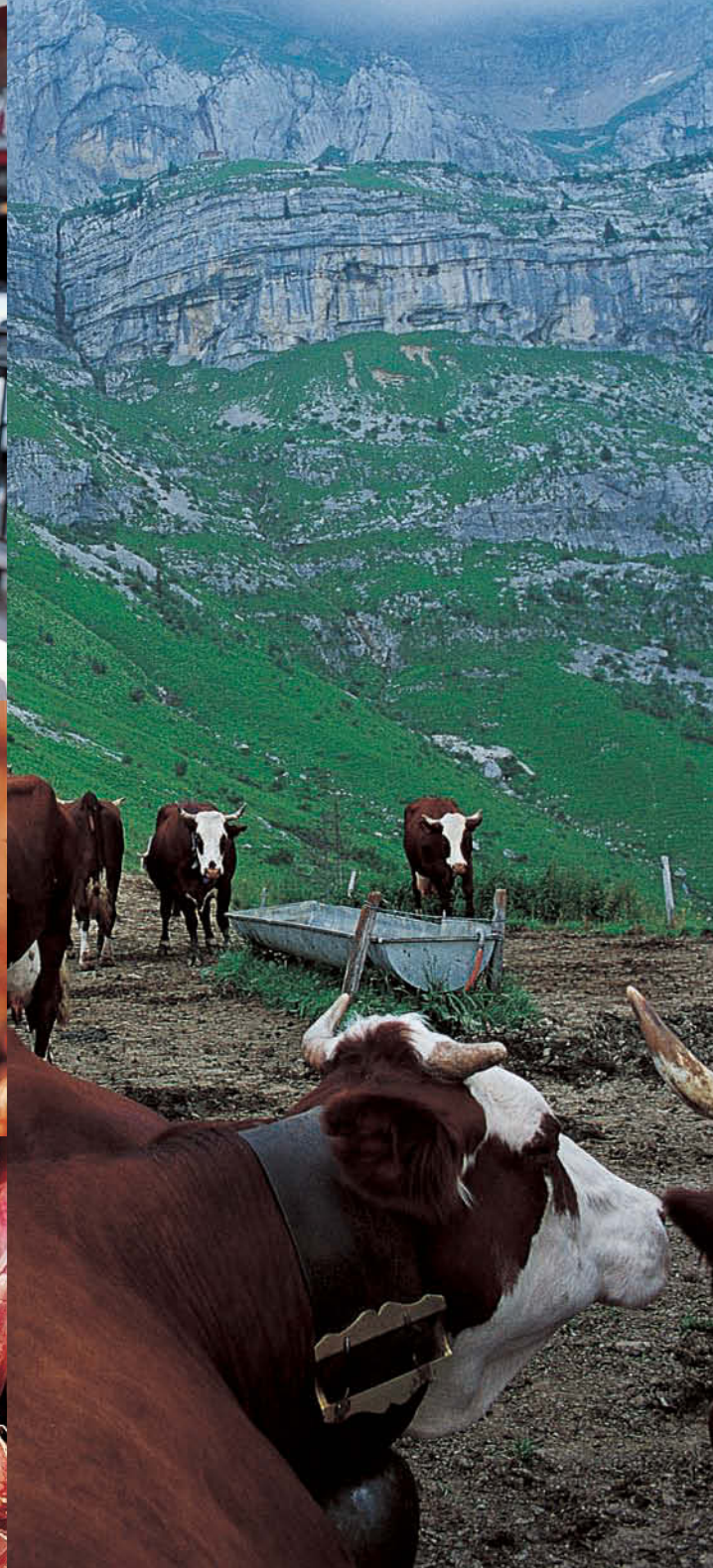
Прибрежный регион Нор-Па-де-Кале включает Булонь-сюр-мер – крупнейший рыбный порт Франции. Здесь производят сыр с мытой коркой Маруаль, андуйеты и фламандское пиво, которое используется для приготовления таких блюд, как карбонада по-фламандски (*carbonnade à la flamande*). В Пикардии можно найти овощи, фрукты и баранину *pré-salé*.

На границе с Германией смешение культуры Эльзаса и Лотарингии отражается в местной кухне. Здешнее мясо используется для приготовления лотарингского пирога, свинины с шукрутом и тушеных блюд. Мясные блюда по-лотарингски подаются с красной капустой, приготовленной в вине, а эльзасская выпечка носит на себе отпечаток немецкой кухни – с солеными крендельками (претцелями), ржаным хлебом и пирогами *kugelhopf*.





В Париже прекрасный выбор продуктов, которые везут в столицу со всей страны. Париж известен своими багетами, элитными гастрономическими бутиками и уличными кафе. Капуста используется во многих эльзасских и лотарингских блюдах, а устрицы, яблоки и сыр мягких сортов потребляются во всей Нормандии и Бретани, как в этих портовых кафе в Онфлере.



В гастрономическом городе Лионе, на набережной Сент-Антуан можно найти все – от яиц и зеленого лука до картошки и колбас. Лимузен – мясной округ, где также много грибов. Лук выращивают в Бургундии, на грушах специализируется Савоя, а цыплята из Бресса имеют статус АОС. Сыры альпийского региона считаются одними из лучших во Франции.

АОС (Appellation d'origine contrôlée) – Подтверждение подлинности наименования. – Прим. ред.





КУХНЯ ВОСТОКА И ЦЕНТРА

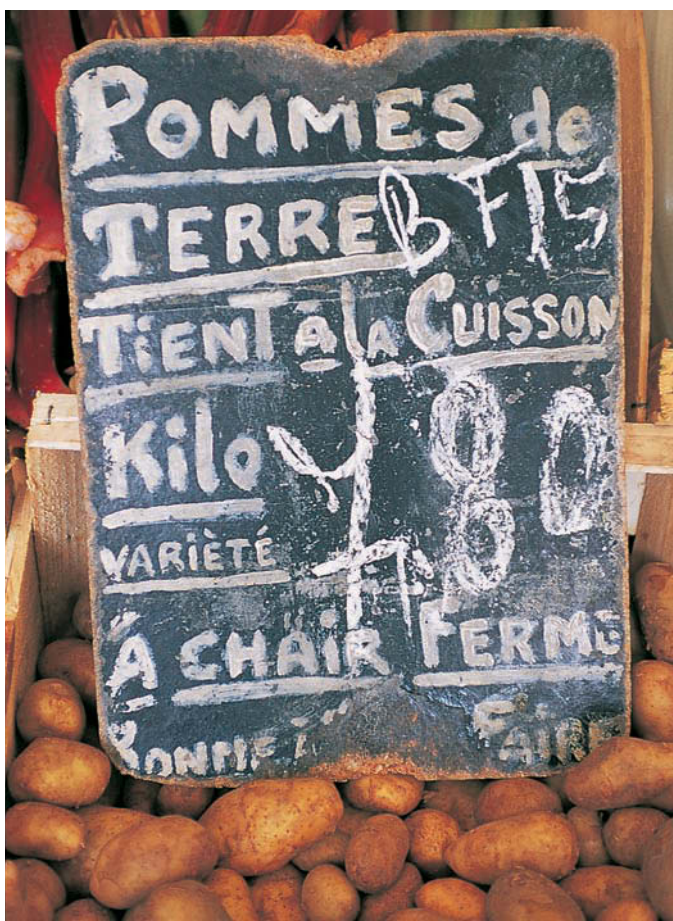
Центральную Францию составляют регионы Овернь и Лимузен. Здесь бывают очень суровые зимы, поэтому местная кухня сытная и обильная, а картофель и капуста щедро используются в таких блюдах, как алиго и *patée auvergnate* (тушеное мясо с капустой по-оверньски). Лимузен славится говядиной, бараниной, свиной и телятиной, а Овернь – дичью и крошечной зеленой чечевицей. В этой области также производятся сыры Канталь и Сен-Нектер, а также голубые сыры, например Блэ-д'Овернь и Фурм-Дамбер. Овернь знаменит своими минеральными водами, включая Виши и Вольвик.

Бургундия известна во всем мире красными и белыми винами. Виноделие сосредоточено здесь вокруг города Бон. Бургундская кухня разнообразная, с насыщенным вкусом и прекрасно подходит к местным винам. Вино – тоже важная составляющая местных блюд, и выражение «по-бургундски» (*à la bourguignonne*) обычно означает: «приготовленное в красном вине». *Boeuf bourguignon* (говядина по-бургундски), *coq au vin* (петух в вине), цыпленок бресс со сливками и сморчками, улитки с чесночным маслом и зеленью, а также кусочки *jambon persillé* (холодца из ветчины с петрушкой) – все это классические блюда Бургундии. Дижон прочно ассоциируется с горчицей, а также с *pain d'épices* (пряными коврижками) и киром, приготовленным из белого вина и ликера из черной смородины.



Одна из величайших гастрономических столиц Франции – Лион – родина потрясающих ресторанов (включая заведение Поля Бокюза), а также множества простых «бушонов» (традиционные ресторанчики для рабочего класса) и брассерий. Признанный колбасным центром Франции, Лион славится своими андуйетами, сервелатом и другими колбасами, которые подают в «бушо-нах» наряду с лионским салатом, кенелями из щуки, цыпленком в уксусе, запеченным картофелем, свежим сыром с травами и бутылками вина «Божоле» и «Кот-дю-Рон». В окружающих Лион деревушках выращивают превосходные фрукты и овощи, а также лучших во Франции цыплят из Бург-ан-Бресса.

На востоке Франция простирается до Французских Альп и включает три региона – Франш-Конте на севере и Савойю и Дофинэ на юге. Эти гористые области имеют потрясающие сыроварные традиции. Местные сыры, такие, как Реблошон, до сих пор делаются из молока коров, пасущихся на высокогорных альпийских лугах. Том-де-Савуа, Бофор и Конте – это горные сыры, которые используются в таких блюдах, как фондю и раклет. Картофель можно найти во всей центральной и восточной частях страны, но именно Дофинэ дал свое имя знаменитой картофельной запеканке *gratin dauphinois*.



КУХНЯ ЮГА И ЮГО-ЗАПАДА

Бордо ассоциируется с великолепными винами. *Grands crus* из Медока и Сент-Эмильона получили мировую известность, как и сладкие вина из Сотерна. Красное вино используется для приготовления различных блюд, которые часто называются *à la bordelaise*, например антрекот по-бордоски (*entrecôte à la bordelaise*). Устрицы с Атлантических отмелей в Аркашоне и баранина *pré-salé* из Пойака – специалитеты данного региона.

Фуа гра и конфи из гуся и утки – самые известные экспортные продукты Дордони и Лота, наряду с черными трюфелями и грецкими орехами из Перигора. Черные трюфели и фуа гра служат ингредиентами для многих юго-западных блюд, которые иногда называют *à la périgourdine*. Грецкие орехи добавляют в *salade aux noix* (ореховый салат). Черносливы выращивают в Ажене.

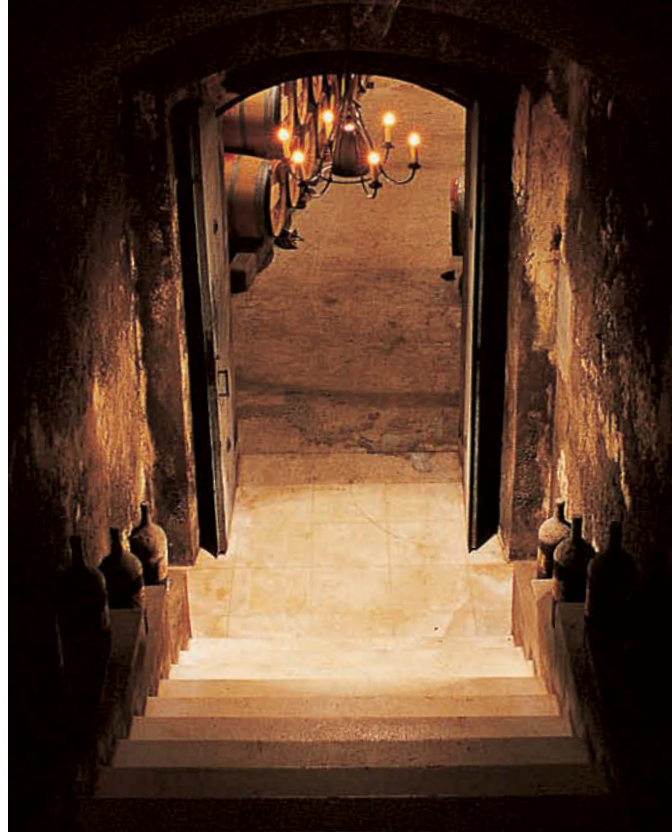
Гасконь – в основном сельский регион, где производится армяняк. Эта местность славится, как и Дордонь, своими фуа гра, конфи из гуся и утки, терринами (паштетами), а также использованием гусиного жира в готовке. Домашнюю и местную кухню можно попробовать в *fermes auberges* (ресторанах при ферме).

В юго-западной Стране басков, недалеко от Испании, еду сдабривают острым *piment d'Espelette*, то есть высушенным перцем чили, который также часто используется при засаливании Байоннской ветчины. Тунцов вылавливают на Атлантическом побережье. Кроме того, здесь потрясающие традиции выпечки – например, приготовления *gâteau basque* (баскского пирога).

Ароматы Прованса – это ароматы Средиземного моря: оливки, оливковое масло, чеснок, баклажаны, цуккини, помидоры и прованские пряные травы, наряду с дынями из Кавайона, клубникой и персиками. Провансальская кухня включает острый аромат айоли (чесночного соуса), аншойады (пасты из анчоусов, чеснока и оливок) и тапенады (пасты из оливок, каперсов и анчоусов); простой запеченной рыбы и классического буйабеса (рыбного супа); красного риса из Камарга, меда и цукатов. На границах с Италией Лазурном берегом готовят писсаладьеру (луковый пирог) и писту (соус с базиликом).

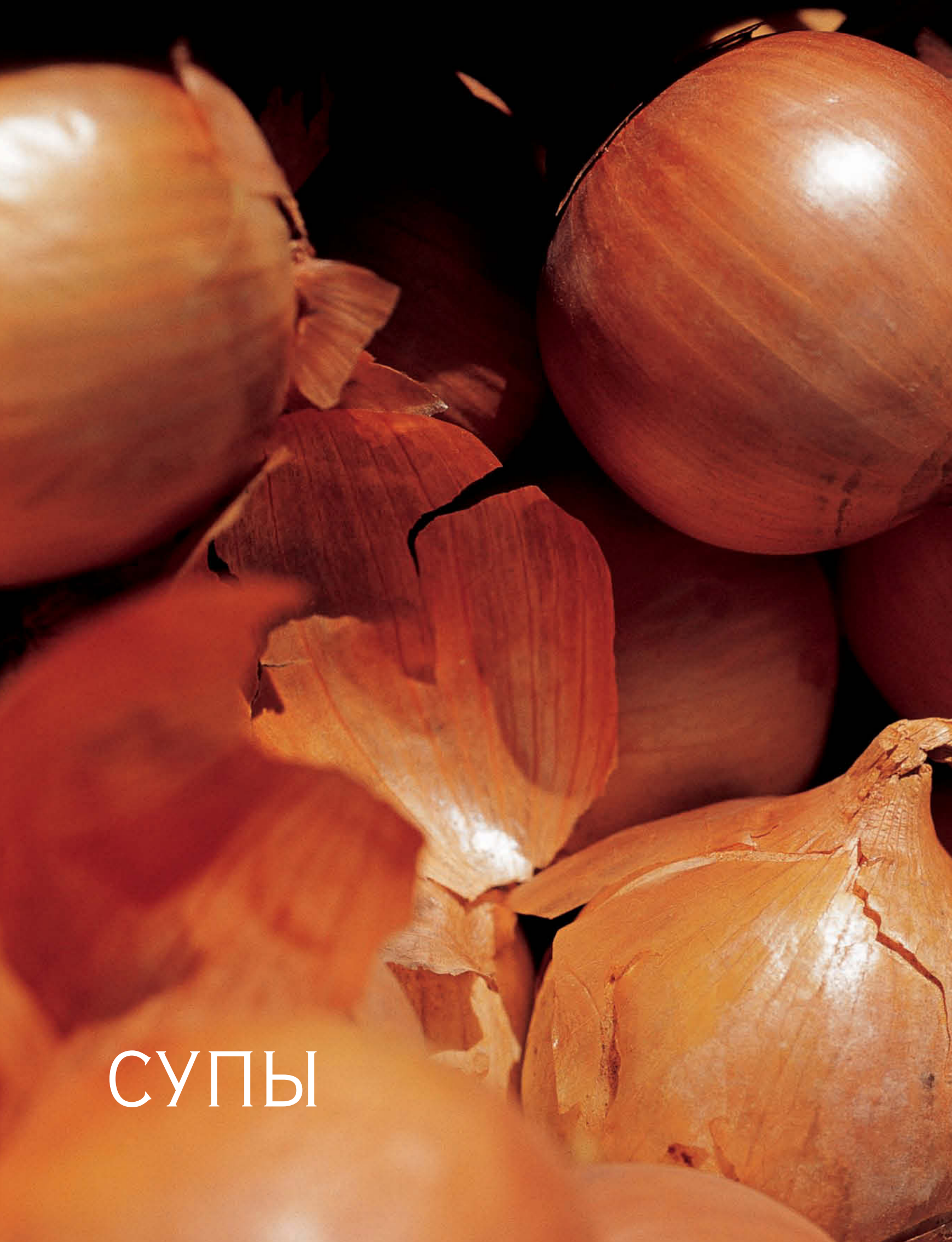
По соседству с Испанией расположен Лангедок-Руссильон, где производится знаменитый голубой сыр Рокфор, который созревает в гротах. Вдоль побережья консервируют анчоусы. Кроме того, местные жители используют соленую треску в таких блюдах, как *brandade de morue* (пюре из трески). Здесь можно найти свежие морепродукты из Средиземного моря, а также попробовать *bourride* – лангедокский рыбный суп. В Каркасонне, Кастельнодари и Тулузе готовят острое кассуле (бобы в горшочке) и тулузские колбаски, а розовый чеснок выращивают в Тарне.

Корсика ближе по духу к Италии и Сардинии, чем к Франции. Она имеет традицию изготовления итальянских мясных закусок, пасты и поленты. *Stufato* – классическая тушеная говядина с пастой.





Великие вина созревают в погребах Бордо. Как в этом погребе – в Шато Лафит-Ротшильд. Тапенады, оливки и чеснок – вкус Юга. Инжир, лимоны и помидоры прекрасно растут в жарком климате. В Марсельском порту крошечных улиток продают наряду с рыбой. Черные трюфели – зимний деликатес в Дордони, а фугас – хлеб из Прованса



СУПЫ





Лион больше других областей Франции ассоциируется с луком: *à la lyonnaise* – означает, что блюдо содержит лук.



СУП ИЗ ЦВЕТНОЙ КАПУСТЫ

ФРАНЦУЗСКИЙ ЛУКОВЫЙ СУП

ПРОИСХОЖДЕНИЕ ЭТОГО ЛУКОВОГО СУПА НЕЯСНО. ОДНИ СЧИТАЮТ, ЧТО ЕГО ПРИДУМАЛИ В ЛИОНЕ, А ДРУГИЕ ПРИПИСЫВАЮТ РЕЦЕПТ ПАРИЖУ. КРОМЕ ТОГО, МНОГО СПОРЯТ О ТОМ, КАК ГОТОВИТЬ ЭТОТ СУП: КОГДА ДОБАВЛЯТЬ ХЛЕБ И КАК РЕЗАТЬ ЛУК – КРУПНО ИЛИ МЕЛКО?

50 г сливочного масла
750 г мелко нарезанного лука
2 мелко нарезанных зубчика чеснока
40 г (1/3 стакана) муки
2 л (8 стаканов) мясного или куриного бульона
250 мл (1 стакан) белого вина
1 лавровый лист
2 веточки тимьяна
12 кусочков черствого багета
100 г (3/4 стакана) мелко натертого сыра грюйер

ШЕСТЬ ПОРЦИЙ.

РАСТОПИТЕ масло в кастрюле с толстым дном и добавьте лук. Готовьте на медленном огне, помешивая, 25 минут или пока лук не станет золотистым и не начнет карамелизоваться.

ДОБАВЬТЕ чеснок и муку и перемешивайте в течение 2 минут. Постепенно влейте бульон и вино, не переставая помешивать, и доведите до кипения. Добавьте лавровый лист и тимьян, посолите и поперчите. Накройте крышкой и варите на медленном огне в течение 25 минут. Выньте лавровый лист и тимьян, при необходимости посолите. Разогрейте гриль духовки.

ПОДЖАРЬТЕ в тостере кусочки багета, затем разложите на шесть подогретых тарелок и налейте в них суп. Посыпьте тертым сыром и готовьте под грилем, пока сыр не расплавится и не подрумянится. Подавайте горячим.

СУП ИЗ ЦВЕТНОЙ КАПУСТЫ

30 г сливочного масла
1 мелко нарезанная луковица
Половина мелко нарезанной веточки сельдерея
600 г цветной капусты, разделенной на соцветия
440 мл (1 3/4 стакана) куриного бульона
315 мл (1 1/4 стакана) молока
1 лавровый лист
1 веточка тимьяна
125 мл (1/2 стакана) сметаны
Свежемолотый мускатный орех
2 ст. л. нарезанного зеленого лука

ЧЕТЫРЕ ПОРЦИИ.

РАСТОПИТЕ масло в большой кастрюле, добавьте лук и сельдерея. Готовьте на медленном огне, пока овощи не станут мягкими, но не давайте им подрумяниться. Добавьте цветную капусту, бульон, молоко, лавровый лист, тимьян и доведите до кипения. Накройте крышкой, убавьте огонь и варите на медленном огне 20 минут или пока цветная капуста не станет мягкой.

ОСТУДИТЕ суп, затем уберите лавровый лист и тимьян. Прокрутите суп в блендере или кухонном комбайне до однородной консистенции, затем вылейте его в чистую кастрюлю. Доведите до кипения, непрерывно помешивая, добавьте сметану и разогрейте, не доводя до кипения. Добавьте соль, перец и мускатный орех. Подавайте с зеленым луком.





КОНСОМЕ, ИЛИ КУРИНЫЙ БУЛЬОН

БУЛЬОН

Курица, разрезанная пополам, 1 кг
Куриные ножки, 200 г
1 нарезанная морковь
1 нарезанная луковица
1 нарезанная веточка сельдерея
2 веточки петрушки
20 горошин черного перца
1 лавровый лист
1 веточка тимьяна

СМЕСЬ ДЛЯ ОСВЕЩЕНИЯ БУЛЬОНА

2 куриные ножки
1 мелко нарезанная морковь
1 мелко нарезанный лук-порей
1 мелко нарезанная веточка сельдерея
10 горошин черного перца
1 веточка нарезанной петрушки
2 нарезанных помидора
2 яичных белка, слегка взбитых

Морская соль

1 маленькая морковь,
нарезанная тонкой соломкой
Половина небольшого лука-порея
(только белая часть), нарезанного
тонкой соломкой

ЧЕТЫРЕ ПОРЦИИ.

ДЛЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ бульона снимите кожу и жир с курицы и ножек и поместите их в большую кастрюлю с толстым дном, налейте в нее 3 литра (12 стаканов) холодной воды. Доведите до кипения и снимите жир с поверхности. Добавьте оставшиеся ингредиенты и варите на медленном огне полтора часа, периодически снимая пену. Процедите бульон (у вас должно остаться примерно 1½ литра или 6 стаканов) и влейте его в чистую кастрюлю.

ДЛЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ осветляющей смеси снимите кожу с куриных ножек и удалите из них кости. Мелко нарежьте мясо (вам понадобится примерно 150 г) и смешайте его с морковкой, луком-пореем, сельдереем, перцем, петрушкой, помидорами и яичными белками. Добавьте 185 мл (¾ стакана) теплого бульона, чтобы разбавить смесь.

ДОБАВЬТЕ осветляющую смесь в процеженный бульон и хорошенько перемешайте его. Нагрейте на медленном огне. Когда смесь нагреется, осветляющие ингредиенты смешаются с примесью, образовав накипь. Когда накипь будет подниматься на поверхность, деревянной ложкой аккуратно сдвигайте ее на одну сторону кастрюли, отделяя от основного бульона (так вам будет легче переливать бульон). Варите бульон на медленном огне в течение часа или пока он не осветлится.

ПЕРЕЛЕЙТЕ куриный бульон, не задев накипь, и процедите его через мелкое сито, обтянутое влажной марлей. Накройте консоме бумажным полотенцем, а затем быстро снимите его, чтобы удалить остатки жира. Посолите крупной морской солью (или другой не йодированной солью, так как от йода бульон помутнеет).

ПРЕЖДЕ ЧЕМ подавать, разогрейте консоме. Положите нарезанные соломкой овощи в кастрюлю с кипящей водой и варите 2 минуты, пока они не станут мягкими. Дайте стечь воде, положите их в подогретые тарелки для бульона и налейте консоме.



Прозрачность – критерий хорошего консоме. В этом рецепте используется «осветляющая смесь», которая вбирает в себя все примеси, образуя накипь. Затем бульон процеживают через тонкую марлю, и остается идеально прозрачная жидкость.



Вам понадобится большая кастрюля для приготовления крабового супа – крабовые панцири занимают много места.

КРАБОВЫЙ СУП-БИСК

ИЗНАЧАЛЬНО ЭТОТ СУП ГОТОВИЛИ ИЗ ДОМАШНЕЙ ПТИЦЫ ИЛИ ДИЧИ (В ОСОБЕННОСТИ ИЗ ГОЛУБЕЙ), И ОН БОЛЬШЕ НАПОМИНАЛ ТУШЕНОЕ БЛЮДО. СЕГОДНЯ ОН ПРЕВРАТИЛСЯ В ГУСТОЙ СУП, КАК ПРАВИЛО, ИЗ РАКООБРАЗНЫХ. ЧАСТЬ КРАБОВОГО МЯСА ИЛИ КЛЕШНЕЙ МОЖНО ОСТАВИТЬ ДЛЯ ГАРНИРА.

Живые крабы, 1 кг
 50 г сливочного масла
 Половина мелко нарезанной морковки
 Половина мелко нарезанной луковицы
 1 мелко нарезанная веточка сельдерея
 1 лавровый лист
 2 веточки тимьяна
 2 ст. л. томатной пасты (пюре)
 2 ст. л. бренди
 150 мл сухого белого вина
 1 л (4 стакана) рыбного бульона
 60 г риса
 60 мл (¼ стакана) сметаны
 ¼ ч. л. острого красного перца

ЧЕТЫРЕ ПОРЦИИ.

ПОЛОЖИТЕ крабов в морозилку на час. Удалите верхний панцирь и костистый хвост с нижней стороны каждого краба, а затем удалите жабры и икринный мешочек. Отделите клешни и ножки.

РАЗОГРЕЙТЕ сливочное масло в большой кастрюле. Добавьте овощи, лавровый лист и тимьян и готовьте на среднем огне в течение 3 минут, не позволяя овощам подрумяниться. Добавьте клешни, ножки и тело крабов и готовьте примерно 5 минут, пока панцири не покраснеют. Добавьте томатную пасту, бренди и белое вино и варите на медленном огне еще 2 минуты, пока жидкость не уменьшится вдвое.

ДОБАВЬТЕ бульон, ½ л (2 стакана) воды и доведите до кипения. Убавьте огонь и варите еще 5 минут. Удалите панцири и отложите клешни. Грубо растолките панцири пестиком в ступе (или в комбайне, добавив немного супа).

ВСЫПЬТЕ грубо раскрошенные панцири в суп и добавьте рис. Доведите до кипения, убавьте огонь и варите при закрытой крышке на медленном огне 30 минут или пока рис не станет очень мягким.

ПРОЦЕДИТЕ суп в чистую кастрюлю через мелкое сито, обтянутое влажной марлей, стараясь выжать из содержимого всю жидкость. Добавьте сметану, посолите и поперчите, слегка подогрейте, прежде чем подавать. Разлейте по подогретым тарелкам и при желании украсьте крабовыми клешнями или частью крабового мяса.

