



ЛЮБИЛА СЕТТАР



Я живу в Марокко уже 7 лет. Приехали с мужем из Белоруссии. Сколько себя помню, всегда любила дегустировать различные блюда, а проще говоря – пробовать и оценивать. Может именно поэтому люблю сама готовить и частенько экспериментирую с различными рецептами. Да и времени у меня для этого есть достаточно, ведь я - домохозяйка.

Марокканскую еду приняла сразу и с восторгом! Невозможно не полюбить кус-кус или сочетание мяса и сладкого чернослива. Самое запоминающееся из кулинарных воспоминаний – это как я готовила свой первый кус-кус под бдительным руководством свекрови и свёкра.

Я получила не только первые кулинарные уроки на марокканской кухне, но и наполнилась атмосферой трогательности и уважения к самому процессу готовки.

Считаю, мне очень повезло, что моя семья нормально принимает как мои кулинарные успехи, так и неудачи.

Что касается преобладания кухни, то, конечно, преобладает белорусская или, я бы сказала, русская, потому что уже сложно сказать, чьё блюдо кому принадлежит. Знаменитый красный борщ, который, как мне кажется, уже не исконно украинское, а интернациональное блюдо, в моей семье занимает особое место. Да и все первые блюда в большом по-

чёте - это и супы, и щи, и рассольник. Конечно, за неимением некоторых продуктов, приходится «подгонять на свой вкус» из того что есть, чтоб возродить те вкусовые ощущения, что запомнились с детства.

Что касается вторых блюд, так обычно готовлю что-то мясное и гарнир, будь то пюре или перловка. А благодаря богатой и плодородной земле Марокко, нет ничего прекраснее свежих овощей на гарнир и фруктов на десерт.

Мои голубцы и котлеты также полюбились родне со стороны мужа. Рыбу предпочитаю готовить по-мароккански - это сардины, сочные и нежные из-за специального маринада и с зеленью внутри или запеченная в духовке рыба (разная и по разным рецептам). Сладости здешние впечатляют, но часто делаю наши простые торты «Муравейник» или «Пинчер».

Особо радует, что марокканские гости тоже понимают и принимают вкус наших десертов и выпечки. А вообще, как мне кажется, кухня сближает людей в стремление узнать новые вкусовые ощущения. Конечно, я и сама пока не освоила все блюда этой замечательной страны, но всё ещё впереди. А вот мясо с артишоками по этому рецепту я уже научилась хорошо готовить.

Мясо с артишоками

от Людмилы Сеттар

Необходимые продукты:

0.5 кг мяса (желательно с костями)
3-4 крупных луковицы
0.5 кг горошка зеленого(свежего в стручках)
4-5 артишоков
соль, лимонный уксус – по вкусу
масло сливочное
приправы

При приготовлении блюда пропорции не так важны, важно ваше чутье, желание и вкусовые предпочтения. Я стала использовать совсем мало приправ, только соль, чёрный перец и карком (краситель).

Мясо (крупные куски) обжарьте. Добавьте лук, порезанный полукольцами, накройте крышкой и хорошо потушите. Когда лук станет поджаристым и прозрачным, добавьте воду чуть выше уровня мяса. Закройте крышкой и тушите почти до готовности. Мясо должно быть мягким и «таять во рту».

Зеленый горошек очистите, у артишоков отрежьте низ (слегка), снимите первые 2-3 слоя листьев и их верхушку. Выровняйте основание, не сильно увлекаясь, и бросьте все в кипящую подсоленную и подкисленную лимонным уксусом воду. Варите в зависимости от размера артишоков. Мелким хватит 3-5 минут. Варите не до полной готовности (артишоки должны также потушиться с мясом и пропитаться соусом).

Отварили, а дальше самая интересная часть - надо освободить

артишоки от всех листочков и добраться до мякоти.

Листочки оторвите, но не выбрасывайте, обмакните их основание в сливочное масло (возможно его предварительно растереть с солью). Лепестки горячие и они будут растапливать масло и брать столько, сколько нужно. (Можно листья обмакнуть не в простое масло, а, например, в соус из оливкового масла с соком



лимона, солью, камуном. Камун - это вообще объединение.

Когда дойдете до мякоти не забывайте, что она нам нужна. Аккуратно уберите ворсинки, срежьте неровности оставшиеся от лепестков и в результате вы получите требуемую для блюда мякоть.

Теперь всё добавьте к мясу: с одной стороны горошек, с другой аккуратно распределите артишок. Тушите все вместе до готовности горошка. У вас обязательно получится очень вкусное блюдо. Приятного аппетита!