



# *Рыба на одесской кухне*

Весь мир (скажем без ложной скромности) знает наш город. Одесский язык и одесские улицы, одесский юмор и одесскую литературу, одесских женщин и ***одесскую кухню.***

Если когда-нибудь знатоки кулинарии попробуют проследить историю стран: что было исконным, что перенимали чужого; как праздновали, как горевали; как ели в сытые годы, чем перебивались в голодные, они непременно споткнутся об одесскую кухню.

Эту кухню описывали многие, но гораздо интереснее ее готовить. А это не просто процесс, это... таинство! Трансформация обычных традиционных рецептов в нечто особенное, неповторимое и невероятно вкусное!

Ни для кого не секрет, что одесская кухня всегда славилась своими неповторимыми рыбными и морскими шедеврами. Оно и не удивительно для города-порта. В одесскую рыбную кухню входит большая часть даров Черного моря.

Сейчас уже никто не вспомнит, чья мама первой приготовила фаршированную рыбу, кому пришлось в голову из свежей тюлечки жарить котлетки.

Но факт таки имеет место быть.

А весь процесс начинается с приобретения рыбы. У одесских хозяек – это нигде иначе, как на Привозе.

«Привоз» — это театр, спектакль в котором продолжается с утра до вечера, а удовольствие от покупки отходит на второй план. На первом — действующие лица. Кто бы лучше мог разобраться в рыбе, как ни "хозяйка рыбного рынка" мадам Стороженко.



***«...Мадам, о чем может быть речь? Таких бычков вы нигде не будете иметь! Разве это бычки? Это золото!***

***- Мелочь, - говорила покупательница, презрительно отходя, - нечего жарить.***

*- Мадам, вернитесь! Если эту рыбу вы называете "нечего жарить", то я не знаю, у кого вы будете иметь крупнее!.. Вы же меня хорошо знаете. Я никогда не позволю себе всучить постоянной покупательнице мелочь!»*

**Валентин Катаев** («Белеет парус одинокий»)



Итак, рыба куплена и теперь на кухне начинается настоящее чародейство...

- «- А правда, что в Одессе, лучше всех готовят рыбу фиш?*
- В Одессе её лучше всех кушают!*
- Говорят, что фаршированная рыба, это бренд Одессы?*
- Я вас умоляю, это Одесса бренд фаршированной рыбы.»*

Это правда, **фаршированная рыба** – блюдо номер один для Одессы.

**Исаак Бабель** про себя отмечал: *«Я был писателем, это правда, но с большим аппетитом».*

По его собственному признанию, Исаак считал, что фаршированная или «богатая» рыба – это блюдо ради которого стоит принять иудейство.

Фаршированная рыба (гефелте-фиш), которую готовят на праздники из нескольких видов рыбы (в основном это щука, кефаль или пеленгас, карп и судак).

Рецептов (вернее, вариаций на тему) приготовления этого праздничного блюда, существует огромное количество, у каждой хозяйки вкус его неуловимо отличается и, каждая при этом будет клятвенно убеждать вас, что именно ее рецепт «самый-самый»! Да это, пожалуй, и не столь важно: кулинария – процесс творческий, и все мы привносим в него что-то свое, личное.

Доподлинно не известно с чьих слов записан этот рецепт – это могла быть и тетя Бетя, и тетя Фира или Софа...

## ***Рыба, фаршированная по-одесски***

Ингредиенты:

*1 крупная рыба (толстолобик, судак)*

*3 репчатых лука*

5 яиц  
растительное масло  
панировочные сухари  
0,5 ч. ложки соды  
перец, соль

Способ приготовления:

*Репчатый лук почистить, мелко нарезать и выложить в глубокую сковороду, в которую предварительно налить растительное масло (побольше) и выложить соду. Сковороду поставить на огонь и потушить лук до золотистого цвета.*



*Рыбу очистить, промыть, обсушить и сделать с помощью острого ножа надрезы с двух сторон вдоль позвоночника рыбы. После этого аккуратно вынуть мякоть рыбы из тушки. В результате должна получиться целая шкурка без разрывов. Филе рыбы пропустить через мясорубку, а затем соединить получившийся фарш с обжаренным луком. Тщательно перемешать, поперчить и посолить. В получившуюся массу вбить яйца, немного панировочных сухарей и еще раз тщательно перемешать. Затем готовой массой нафаршировать рыбную шкурку, и выложить её на противень. Противень поставить в духовку на 15 минут. Выпекать при температуре 200 градусов.*

**Старый Хаим умирает  
На кровати за стеной.  
Вдруг из кухни долетает  
Чудный запах неземной.  
Пахнут дивно (просто мука!)  
Латкес, кугель и форшмак,  
Фаршированная щука,  
Сладкий цимес и леках.**



**Просит Хаим Мордухая:  
«Сбегай к бабушке, малыш!  
Пусть мне Сарочка родная  
Даст кусочек рыбы-фиш...»  
Появившись на пороге,  
Доложил внучёк о том,  
Что ему сказала бобе:  
«Эта рыба - для потом!»  
(Народное творчество)**



А камбала? Она сегодня даст фору любой средиземноморской тюрбо, Ее можно вялить и солить, запекать в духовке и тушить с овощами, но, наверное, самая вкусная камбала - жареная. Хозяйственные одесситки называют камбалу по-своему - глось, глоська. Правда, относится это к некрупной (величиной с ладошку) черноморской камбале с угольной спинкой и белым животом.



- Добрайшого утречка, Фима!
- И Вам доброго.
- А где у нас случилось?
- Пара незаметных пусяков. Вам что-то захотелось, мадам Шмуклис?
- Немножечко щепотку соли. Эмик, такое счастье, надыбал глоссик.
- Скажите пожалуйста, Два Больших Расстройтва, надыбал глоссика?
- Таки да.
- Целого? Или одни плавнички?
- Виляет хвостом как скаженный.
- Надо жарить. При такой густой жаре долго не выдержит.

(сериал «Ликвидация»)

## Глось по-одесски

Рыбу нужно тщательно промыть и поскоблить ножом. Чешуя с нее не снимется, но и мешать не будет. Брюшко нужно вычистить, а вот головки срезать не нужно. Панировать можно в муке или сухариках, но самая хрустящая корочка получится из манной крупы. Запанированные тушки нужно погружать в разогретое масло, сперва на брюшко, а затем переворачивать. Солить нужно только готовую рыбу, иначе она пустит сок и не будет хрустеть. Камбала жареная по-одесски подается целиком, по одной на порцию. А гарнировать ее можно овощным рагу, картофельным пюре, рисовой кашей.



Кстати, одесская кухня – это и влияние французов. В названиях одесских рецептов нет-нет да и наткнешься на изящное уточнение: «по-французски». Хотя парижане и марсельцы едва ли узнают в этих салатиках и супчиках свое, родное.

Вот к примеру, воздушный **форшмак** из крупной серебристой норвежской сельди домашнего посола. Подается на душистом черном хлебе рядом с аппетитной горкой красной икры. Понятно, что форшмак («гехакте геринг», то есть рубленая сельдь) – это паштет. А паштет – это изобретение французской кулинарии. Или нет? Оказывается, согласно изысканиям археологов, печеночный паштет («гехакте лебер») готовили еще в 1400 году! А французы унаследовали этот деликатес от евреев Эльзаса и Страсбурга, в поисках убежища в Европе привезших сюда и свои кулинарные рецепты. Получается, что французские кулинарные чудеса замешаны на старинной еврейской рецептуре...

Итак, чтобы приготовить воздушный форшмак, нам понадобятся: нежная селедочка, репчатый лук, немного чеснока, кислое яблоко (лучше семеринка), масло или маргарин, кориандр, сухой молотый имбирь, черный перец, соль. При желании можно добавить отваренное вкрутую яйцо.

С помощью блендера измельчить 2/3 части филе сельди, 2/3 яблока, небольшое количество чеснока и специй. Сырой лук измельчите отдельно, а затем взбивайте с остальной массой.

Наполнить форшмак «объемом», сделать его по-настоящему воздушным позволяет масло (или маргарин), которое превращается как бы в белковый крем. Масло взбить, перемешать с форшмаком и взбить всю массу – и он таки да - станет воздушным!

Третью филе сельди тщательно освободить от косточек, «вручную» порубить на кусочки и «вмешать» в основную массу. 1/3 яблока нарезать очень мелкими кусочками и также соединить с остальной массой форшмака.

С солью надо быть поаккуратнее – форшмак важно не пересолить!

Форшмак на некоторое время поставить в холодильник для приобретения нужной густоты.



- Эмик, что Вы потеряли в том ресторане, Вы мне скажите.  
- Вы не видели красивой жизни!  
- А что, разве нельзя покушать со вкусом дома? Я же с утра уже все приготовила: и гефилте-фиш, и форшмак, и синенькие...  
- Ой, Вы, мама, не смешите меня!  
- Ой вэй, как будто у него нет дома, у этого ребенка. Эта Циля откуда взялась на мою голову. Какое счастье, что твой папа не дожил до этого дня, когда он видел, чтоб ребенок пошел в ресторан от мамы. Мама готовит целый день...

(сериал «Ликвидация»)

А одесский обед? Одесский обед – это скромное утешение тем, кто хотел бы родиться в этом теплом, веселом месте, у синего моря, под цветущими акациями. Но – увы!

Чаще всего во время обеда перед нами стоит выбор: рыба или мясо? Мясо дает силу, а рыба... счастье. Ученые из Гарвардского университета доказали, что люди, живущие рядом с морем и употребляющие рыбу и морепродукты почти каждый день, гораздо счастливее остальных. А все потому, что жирные кислоты, содержащиеся в рыбе,

повышают выработку «гормона счастья» - серотонина. Рыба является не просто едой, она представляет собой настоящий лечебный продукт - полезный и вкусный.

Именно поэтому каждый должен попробовать знаменитых жареных одесских бычков.



*«- Мужчина, берите свежую рыбу!  
- А она действительно свежая?  
- Что за вопрос? Только что из моря.  
- А почему она закрыла глаза?  
- Спит.  
- А почему она так воняет?  
- Слушайте, мужчина, когда вы спите, вы за себя можете отвечать»*

(из диалога на Привозе)

Бычки - это не просто так, рыбка, да и всё! Нет! Это любимый способ времяпровождения – сначала, собственно, или рыбалка, или поход на рыбные ряды рынка за уловом, потом суета на кухне, а уж после – дворовые или домашние посиделки. Бычки и жарят, просто обваливая в муке. Или варят уху, или тушат бычки в томате - выбирайте на ваш вкус!

## **Бычки жареные**

*Бычки почистить, промыть, посолить. Дать постоять полчаса. Обваливать в муке и поджарить в растительном масле. Жареные бычки выложить на блюдо, по желанию украсить зеленью и кружками лимона.*

Не менее вкусны

## **Бычки в томате**

*Необходимо: 12 - 16 бычков, 4 луковицы, 1/2 стакана растительного масла, 3 ст. ложки муки, 3 ст. ложки томатной пасты, соль, перец, 2 лавровых листа, сахар, зелень.*

*Обработанные свежие бычки посолить, поперчить, обваливать в муке, обжарить с обеих сторон на растительном масле до золотистого цвета.*

*Томатную пасту положить в сковороду с растительным маслом и мелко нарезанным пассерованным луком и тушить на слабом огне 10 - 15 минут. Поджаренные бычки положить в сотейник, залить пассерованным томатом с репчатым луком, добавить немного бульона, заправить солью, сахаром, перцем, положить 2 лавровых листа и тушить 10 - 15 минут. Готовые бычки охладить, выложить на блюдо, залить соусом, в котором тушилась рыба, посыпать мелко рубленой зеленью.*



Бычки, камбала и тюлька, именуемая одесситами рыба-«сарделька», привлекают внимание хозяек, которые не только вкусно готовят, но и заботятся о здоровье всей семьи.

Из мелких рыб семейства сельдевых, преимущественно тюльки (реже хамсы и сардельки) жарят биточки.

## **Биточки по-одесски**

- блюдо, похожее по вкусу, на жареную в кляре рыбу. Готовятся биточки по-одесски очень просто и быстро и из самых простых и доступных ингредиентов. При этом вкус у биточков получается очень яркий и насыщенно рыбный. Подавать их можно с картофельным пюре или макаронами. А можно и просто со свежим салатиком или, полив сметанкой.



свежая килька—500 г  
яйца—3 шт  
репчатый лук—1 шт  
мука—1 ст. ложка  
черный молотый перец—по вкусу  
соль—по вкусу  
растительное масло—для жарки

Кильку почистить, выпотрошить и удалить внутренности, головы, хребет и хвостики. Помыть и обсушить.

Яйца взбить в глубокой мисочке. Добавить муку и мелко нарезанный лук. Добавить соль и перец. Выложить кильку и тщательно перемешать до однородности.

В сковороде нагреть растительное масло. Ложкой выложить подготовленную массу в виде круглых биточков и жарить с двух сторон до румяности. Биточки по-одесски готовы!



И еще несколько знаменитых рецептов.

*«Практически каждый одессит впервые попробовал это блюдо, будучи не при галстуке. Точнее — в плавках, в крайнем случае — в купальнике. На четыре куска ракушечника ставился железный лист, под ним разводился костерок из собранного на пляже мусора и сухих веток, а потом на разогретый лист бросали крупные мидии. Свежевыловленные, только что из моря. Собственноручно отодранные от камня на дне — так что бросалось непременно поцарапанными руками. Открывшаяся мидия считалась готовой. Но недолго — ее съедали практически сразу. Ни один дегустатор не объяснит, почему это было так вкусно. Во-первых, потому что в их среде не принято что-либо дегустировать на пляже в плавках, а во-вторых, потому что дегустаторы редко бывают в том возрасте и состоянии духа, в котором жарят мидии на раскаленном листе прямо на пляже»*

**Борис Бурда** (о жарке мидий на пляже)

## **Плов с мидиями**

*Нам понадобится:  
Хорошее настроение  
рис пропаренный 1 стакан  
мидии мороженые 400 гр.  
чеснок по вкусу  
соль, специи для плова  
морковь 1 шт.  
лук 1 шт.*



*Первым делом промываем рис и оставляем в воде. Поставив в воде все крупы становятся более полезнее. Берем пропаренный рис, так как он не разваривается и держит форму.*

*Делаем зажарку: обжариваем лук до золотистой корочки и добавляем морковь натертую на крупной терке. Еще немного зажариваем, минут 5.*

*Если брать 400 грамм замороженных мидий, то разморозив получим примерно 250 грамм. Очищаем их от брюшек для лучшего вкуса. Все ингредиенты готовы, можно делать плов!*

*Засыпаем в казанок рис, мидии, чеснок, соль, приправы, воду 2 стакана(1:2 с рисом), зажарку. Все ставим на средний огонь до кипения, после можно добавить сливочного масла. Уменьшаем огонь до минимума и пусть томиться. Плов готов когда воды на дне не будет. Получается очень оригинально и вкусно.*

**А на закуску можно соорудить «Старый одесский салат из скумбрии».**



*250 г копченой скумбрии,  
соленый огурец,  
2 стручка сладкого или маринованного  
перца,  
луковица,  
2 ст. ложки майонеза,  
соль,  
чайная ложка горчицы.*



*Скумбрию очистить от кожи и костей, нарезать соломкой или мелкими кусками. Свежий перец очистить от семян, резрезать вдоль на четвертинки, а затем поперек как ленту, маринованный перец нарезать подобным образом. Огурец и лук очистить и нарезать мелкими кубиками. Все продукты смешать с майонезом и приправить по вкусу солью и горчицей. к салату можно прибавить также измельченную зелень петрушки.*

Великие писатели, уроженцы Одессы, оставили в своих произведениях немало упоминаний чисто одесских яств. Взять хотя бы **Валентина Катаева**: "... Он привозил из Одессы в подарок копченую скумбрию, маринованную брынзу в стеклянной банке с водой ... Он кричал, что это лучшая еда в мире, пища богов! Действительно, копченая скумбрия нравилась всем, хотя в дороге немного портилась и начинала пахнуть. Но когда с нее сдирали тончайшую золотисто-фольговую кожицу и обнажалось пахучее, нежное копченое мясо, то у всех невольно текли слюнки ... "

Еще у нас на юге любят **уху**.

**Уха** как самостоятельное блюдо прошла долгий путь развития от обычного супа (уха куриная, уха гороховая и т.д.) до блюда, ассоциирующегося исключительно с рыбой.

Существуют сотни рецептов приготовления ухи, которые отличаются как по технологии приготовления, так и композиции ингредиентов. Несмотря на большое количество рецептов приготовления ухи, существует несколько классических правил, которых придерживаются при варке любой ухи в любом регионе.



Во-первых, уха варится из живой рыбы (не перепутайте живую рыбу со свежей!).

**- Осетрину прислали второй свежести, сообщил буфетчик.**

**- Голубчик, это вздор!**

**- Чего вздор?**

**- Вторая свежесть - вот что вздор! Свежесть бывает только одна - первая, она же и последняя!**

**Булгаков М.А. (Мастер и Маргарита)**

То есть рыба должна быть действительно живой, в этом особый гастрономический шик.

Считается, что уха – это не обеденное блюдо, а компанейское, как шашлык, когда за ухой обсуждаются все новости, немножко сплетничают, решают деловые вопросы. На нижнем Дунае сформировался свой обычай подачи ухи, соблюдение которого обязательно, ибо нарушится общий процесс приготовления этого блюда.

- Ввиду того, что уха готовится со слабым посолом, блюдо всегда подаётся с чесночным саламуrom.

- Рыбу рекомендуется кушать не с хлебом, а с картошкой, сваренной в ухе.

- После приготовления ухи на отдельных общих блюдах подаются рыба, отдельно сваренные овощи и саламур.

- Каждому едоку юшку наливают в кружку.

В свою тарелку с общих блюд берётся рыба, картошка, лук и морковь, все это обильно поливается чесночным саламуром и – приятного аппетита! Телу радость – душе праздник!

## **Уха по-черноморски**

*(4-5 порций)*

*4 небольшие рыбы,*

*4 луковицы,*

*2 моркови,*

*1-2 петрушки,*

*соль,*

*перец-горошек,*

*8 больших картофелин,*

*4 зубчика чеснока,*

*2 лавровых листа*



*Промыть, разделить рыбу, отделить голову и хвост, нарезать на порционные куски. В кастрюлю емкостью 4—5 литров (желательно чугунную) на 3/4 налить воду. Опустить очищенные и разрезанные на 4 части луковицы, разрезанные на 4 части продольно морковь и петрушку, варить 40-45 минут. Затем шумовкой вынуть овощи и опустить картофель. Овощи и картофель варить под закрытой крышкой. Когда картофель будет почти готов, положить 2 лавровых листа, куски рыбы, а также голову, хвост, посолить и, открыв крышку, варить 15-20 минут на большом огне, снимая пену, положить 5-6 горошин черного перца. Когда рыба и картофель будут готовы, вынуть рыбу в одну тарелку, а картофель в другую.*

*В отдельной небольшой посуде истолочь чеснок, посолить его и разбавить бульоном, медленно поливать им картофель, давая впитаться. То же самое сделать с рыбой. Повторить 2 раза, сливая с тарелок жидкость и снова поливая. Подать на стол картофель с рыбой.*

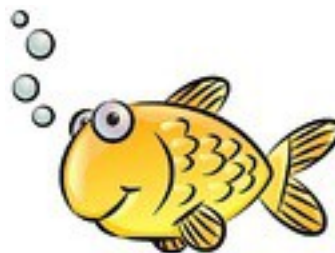
*«Первое блюдо под названием «уха» известно повсеместно. Но бестактно даже сравнивать вкус ухи из пресноводной и морской рыбы. Настоящая одесская уха из свежей морской рыбы невозможна без добавлений нашей фирменной затирушки, основу которой составляет самостоятельно добытый сок из свежих помидор и чеснока. Перец и иные необходимые ингредиенты добавляются в сок в нужных пропорциях. Завершает приготовление затирушки тщательно протертая рыба макса. Сколько не добавляй затирушки в уху из пресноводных рыб, ее вкус вравно проиграет смаку настоящей черноморской ухи, породившей слово «жидкое» в качестве местного синонима русскоязычного «первого блюда». Жидкое, в котором плавают куски рыб и картошка на самом деле не уха, а рыбный супчик...»*

**Смирнов В. (Крошка Цахес Бабель)**

Одесская кухня...

Она шокирует любого американского диетолога. Один перечень блюд даже не очень праздничного одесского стола может довести его до инфаркта.

*Одесская кухня, как и женщины, и юмор, и город —  
пряная и острая, щедрая и сладкая.  
Отказаться от нее — нереально.  
Забыть ее невозможно.*



#### Список литературы из фондов НТБ:

1. **Васюкова А.Т.** Переработка рыбы и морепродуктов: Учебное пособие / А.Т. Васюкова. — М.: Издательско-торговая корпорация «Дашков и К», 2009. — 104с.
2. **Голубев В.Н., Назаренко Т.Н., Цыбулько Е.И.** Обработка рыбы и морепродуктов: Учеб. для нач. проф. образования. — М.: ИРПО; Изд. центр «Академия», 2001. — 192с.
3. **Захарова Л.А., Зверева В.С.** Продукция из океанических и азово-черноморских рыб. — М.: Агропромиздат, 1989. — 144 с.
4. **Иванова Е.Е., Касьянов Г.И., Запорожская С.П.** Технология морепродуктов. — М.: КолосС, 2010. — 183с.: ил.
5. **Каленьюик Р.** Основы кулинарного искусства. — М.: Magnanimity House Publishers, 1994. — 400 с.
6. **Колаковский Э.** Технология рыбного фарша / под ред. Л.И. Борисочкиной. — М.: Агропромиздат, 1991. — 220 с.
7. **Коробейник А.В.** Технология переработки и товароведение рыбы и рыбных продуктов/ Серия «Учебники, учебные пособия» - Ростов н/Д: Изд-во «Феникс», 2002. - 288с.
8. **Никитин Б.П.** Рыбные продукты: пособие по товароведению пищевых продуктов. — М.: Пищепромиздат, 1949. — 151 с.
9. **Николаенко О.А.** Методы исследования рыбы и рыбных продуктов: учеб. пособие / О.А. Николаенко, Ю.В. Шокина, В.И. Волченко. — Спб.: ГИОРД, 2011. — 176с.
- 10 **Ратушенко А.Т.** Страви з риби та морепродуктів. Навчальний посібник. — К.: Кондор, 2010. — 232с.
11. **Сметанкин А.И., Полховский О.С.** Блюда из морских рыб. — изд. 4-е, доп. — К.: Реклама, 1978. — 159 с.
13. **Усов В.В.** Технология производства продукции общественного питания. Рыба и рыбные товары: учеб. пособие для студ. учреждений сред. проф. образования / В.В. Усов. — М.: Издательский центр «Академия», 2011. — 320с.