

# КЛУБ ГУРМАНОВ

**М**онстр отечественного шоу-бизнеса Валерий Леонтьев, по гамбургскому счету, всеяден. Но есть "но". Одно, зато очень существенное. Валерий Яковлевич — человек настроения, сезона, погоды — словом, подвержен влиянию окружающего мира и всем изменениям, присущим этому миру. А посетит ли он за актуальными тенденциями в сфере яств-кулинарии пронаблюдать-проанализировать и прийти к какому-то выводу — определить для самого себя, что ему в том или ином месяце КУШАТЬ!

— Не поверишь, но главное мое блюдо — это сухая корочка хлеба. Прежде всего такое необычное кулинарное пристрастие связано с моими гастрономическими да репетиционными делами. Не люблю перегружать свой желудок ненужными продуктами, да и за фигурой — а мне это необходимо — надо следить. Ежеминутное поддержание формы обязывает. Именно поэтому я и пришел в свое время к китайской кухне — как к наименее калорийной. Но сам я в смысле готовки человек беспомощный, на то есть, я считаю, специальные, а точнее — профессиональные люди. Зато очень люблю, если выдается свободное время, сходить в ресторан и полакомиться китайской кухней. Желательно поостреей. В напитках предпочтение, конечно же, отдаю вину. Лучше красному и, хотелось бы, хорошему. Да и доктора, насколько я знаю, советуют. Главное не перебарщивать. Последним, если кому интересно, не страдаю.

Что же касается рецептов, могу поделиться некоторыми, особо любимыми, с читателями "Клуба гурманов". Не знаю, насколько возможно сделать эти яства в домашних условиях, повторюсь, сам я готовлю редко, неохотно и самые простые блюда — картошечку, селедочку, салатик из овощей, но посоветовать хочу. Эти рецепты сохранились у меня в записной книжке еще со времен молодости, когда я еще экспериментировал с кастрюлями и сковородками и собирал кулинарные рекомендации по друзьям.

## Бульон с ласточкиным гнездом

Куриный бульон, 10 г сушеного ласточкиного гнезда, 5 г глюканата натрия, 10 г рисовой водки, 10 г имбиря, 1 г соли, 1 г квасцов. Подготовленное ласточкино гнездо ошпарить в кипятке с добавлением щелочи (гидроокиси бария), для того чтобы оно полностью разбухло. После этого то, что получилось, тщательно промыть в теплой воде для удаления щелочи. Куриный бульон, заправленный настоем имбиря, рисовой водкой и глюканатом натрия, налить в суповую миску, пиалу или глубокую тарелку. Готовое ласточкино гнездо подать на маленькой тарелке отдельно. Имейте в виду, вес ласточкиного гнезда после ошпаривания увеличивается в 10 раз.

— А что-нибудь более человеческое?  
— Что, испугались? Ну тогда

## Китайский суп из курицы с кукурузой

Целая курица (1 кг) — или кусочками; 2 литра (8 чашек) воды; 2,5-сантиметровый кусочек свежего имбиря; 1 луковичка; 4 горошины черного перца; 3 веточки петрушки; 1 чайная ложка соли; 470-граммовая банка пастообразной кукурузы (creamed corn); соль, перец; 2 кубика куриного бульона; 1 чайная ложка кунжутного масла (sesame oil); 4 столовые ложки кукурузной муки; 4 столовые ложки воды; 2 яичных белка; 2 столовые ложки воды дополнительно; 2 ломтя ветчины; 5 стеблей зеленого лука; 1/2 чайной ложки тертого свежего имбиря дополнительно; 4 стебля зеленого лука дополнительно.

— А говоришь, не готовишь... Скромничаешь, да?

— Знаю, что основой большинства китайских супов является хороший куриный бульон.

## ЭРОТИЧЕСКАЯ КУХНЯ ОТ ЛЕОНТЬЕВА

### ЗАПЕЧЕННЫЕ УСТРИЦЫ

6 крупных устриц (без раковин), 300 г воды, кружок лука, 6 зерен душистого перца, щепотка соли, 1 ч. ложка лимонного сока, 150 г густых сливок, 50 г тертого чеддера сыра, 2 ст. ложки панировочных сухарей, 6—8 тонких ломтиков жирного бекона. Устриц тщательно промыть, залить водой, добавить лук, душистый перец, соль и лимонный сок. Поставить кастрюлю на огонь, медленно довести до кипения и выключить плиту. Накрывать крышкой и оставить на 6—7 минут. Затем устриц вынуть, белую часть их разрезать на 2—3 кусочка, а розовую оставить целой. Положить в мелкое жаропрочное блюдо, залить сливками с солью и перцем. Посыпать сыром и сухарями и поставить на 15 минут в духовку, разогретую до 180°С. Поджарить ломтики бекона, пока не станут хрустящими. Порезать и уложить сверху на готовое блюдо.

### ГОВЯДИНА В ЛИСТЬЯХ СМОРОДИНЫ

100 г говядины, 1 морковь, 1 луковичка, 1 репа, 2 картофелины, 1 ст. ложка измельченных сухих листьев смородины. Овощи очистить, нарезать кусочками, лук измельчить. На дно кастрюли положить кружочки картофеля, на них — продолговатые кусочки говядины, сверху — остальные овощи. Залить кипящей водой так, чтобы был покрыт верхний слой, добавить сухие листья смородины, довести до кипения и варить на слабом огне 8—10 минут. Настоять без нагревания 10—15 минут.

И, наконец, мой любимый салат "Мужская сила"

Половина курицы, 3 вареных яйца, 1 пучок зеленого салата, чуть больше половины стакана порезанных грецких орехов, сок половины лимона, горсть сухарей из черного хлеба, 250 г майонеза. Курицу отварить, отделить мясо от костей и мелко порезать. Яйца также измельчить, салат порезать соломкой. Добавить грецкие орехи, сок лимона и майонез. Сухарики положить перед подачей на стол, чтобы они не очень размокли.

— Что-то вы все про курицу...

— Вообще-то я рыбу больше люблю... Хотя, знаешь, иногда целый день только кофе один и пьешь. А еще я фрукты люблю самые разные — от яблок до экзотических манго. И друзей часто фруктами угощаю. А просто в такие дни больше ничего на сковородках нет...

НА ЗАКУСКУ

## СВОБОДУ "ФРАНЦУЗСКОЙ" КАРТОШКЕ!

На днях депутат палаты представителей Конгресса США Шейла Джексон Ли призвала своих коллег вернуть слово "французский" в меню столовой палаты представителей. Возмущенные отказом Франции поддержать минувшей весной военную операцию в Ираке, американские законодатели решили переименовать "французскую" картошку в "картошку свободы". По словам Шейлы Джексон Ли, времена меняются, и теперь, когда США нуждаются в поддержке Франции и других членов ООН для восстановления Ирака, Вашингтону следует вернуться к "французской" картошке. "Президент Буш сейчас призывает все стороны отказаться от прежних разногласий. Символическим началом этому может послужить возвращение в меню столовой палаты представителей традиционных для Америки блюд: "французской" картошки и французских тостов", — заявила конгрессвумен Ли.

## ЭКИПАЖУ МКС ДАЛИ "ДОБРО" НА КАРЛИКОВЫЕ ПОМИДОРЫ

Экипажу Международной космической станции (МКС) разрешили есть помидоры и стручковый перец из орбитальной оранжереи. Правда, их еще предстоит вырастить. По словам научного сотрудника Института медико-биологических проблем РАН Маргариты Левинских, отправляющийся в октябре на орбиту экипаж восьмой основной экспедиции попытается вырастить на борту станции помидоры. "В дальнейшем планируется посадить и стручковый перец", — уточнила Левинских. Для разведения на орбите были выбраны два карликовых сорта помидоров из Флориды — "Микротом" и "Микротина". Первый, по словам Левинских, "имеет самый короткий стебель в мире, второй, ростом чуть выше своего 20-сантиметрового собрата, дает более крупные плоды с повышенной сахаристостью". Выращивать овощи космонавты станут в новой камере, которую отправят на орбиту с очередным "Прогрессом". В нынешнем оранжерейном модуле площадью 30х15 см космонавты высадят в начале будущего года второе поколение гороха сорта "Усатый" из семян, собранных на орбите предыдущими экипажами.

Опыт выращивания овощей в космосе тесно связан с проектом пилотируемой экспедиции на Марс, для чего необходимо создание замкнутой системы воспроизводства питательных веществ и кислорода, а также утилизации отходов.

Марина ВЕЛИКАНОВА.

Как известно, артист не был бы артистом, а Леонтьев не был бы Леонтьевым, если бы не перевоплощался. Возвращаясь к тому, с чего начали. Как уже было сказано, Валера подвержен изменениям в окружающем мире, в том числе и в кулинарии. Одним из последних увлечений артиста, как стало известно "МК" в эксклюзивном порядке, стала ЭРОТИЧЕСКАЯ КУХНЯ. Да, именно эротическая.

— Я как-то натолкнулся на нее (эротическую кухню) в Интернете, хотя я и не большой любитель проводить свободное время в глобальной Сети, с большим удовольствием книгу почитаю. Но суть не в этом, а в том, что меня название — эротическая кухня — очень заинтриговало. Но потом я подумал, что сексуальность человека зависит от множества факторов, главным из которых является, кстати, питание. Я также читал, давно, правда, что питание влияет на половые способности человека гораздо больше, чем воспитание или окружающая среда. Словом, я порылся в рецептах, выбрал парочку, попросил мне сие приготовить... и не скажу, что сразу же ощутил какой-то экстренный прилив эротики. Да и на вкус было — так себе. И тем не менее методом проб и ошибок шел (и главное, верил), что свет в конце тоннеля будет... Теперь вот могу предложить вниманию читателей рецепты, которые мне показались больше всего симпатичными, точнее, не мне, а моему желудку. Что же до конечного результата: ощутите ли вы кулинарный оргазм, сразу ли побжите, окрыленные внезапным приливом сексуальных желаний, заниматься действиями, противоположными еде, или останетесь равнодушны — это уже другой вопрос. У каждого, как известно, своя субъективность.



ГЕННАДИЙ АБРАМЕНКО

Валерий ЛЕОНТЬЕВ: "Мужская сила — в лимонном соке"

## ТАЙНЫЙ ЭРОТОМАН ОТ КУЛИНАРИИ

Можно использовать курицу целиком. Часть готовой курятины, нарезанной на кусочки, следует добавить в суп, оставшуюся часть можно употребить в другие блюда. Курица кусочками используется точно так же. Положите курицу (или кусочки) в кастрюлю, добавьте воду, перец горошком, очищенный и нарезанный ломтиками имбирь, очищенную и нарезанную на четвертушки луковичку, петрушку и соль. Доведите до кипения на среднем огне, тщательно удаляйте образующуюся пену; уменьшите огонь и варите на слабом огне 1,5 часа. Удалите всю пену с поверхности бульона, отцедите бульон, шесть чашек которого пойдут на приготовление супа.

Потом смешайте в большой кастрюле 6 чашек бульона, кукурузную пасту (creamed corn), размятые бульонные кубики, остаток имбиря (тертого), порезанный колечками зеленый лук (5 стеблей), соль, перец и кунжутное масло (sesame oil), доведите до кипения. Смешайте в однородную пасту кукурузную муку и 4 ложки воды, добавьте в суп, перемешивайте до тех пор, пока суп закипит и загустеет, уменьшите огонь, кипятите 1 минуту.

Слегка взбейте яичные белки и оставшееся количество воды добавляйте в суп тонкой стружкой, хорошо помешивая.

Срежьте мясо с курицы (или кусочков), мелко пошинкуйте (нужна примерно одна чашка шинкованной курятины). Добавьте тоненькие пластинки



Приятного аппетита. Всегда ваш Валерий Леонтьев!

Константин НИКОЛАЕВ.

Леонтьев Валерий  
10.10.03