

KUCHNIE ŚWIATA. Potrawy kuchni rosyjskiej

Kawior, wódka i ogórki

Kuchnia rosyjska stanowi mieszalinę wpływów europejskich, Bliskiego Wschodu i azjatyckich, a od XIX wieku także francuskich. O specyfice i oryginalności serwowanych potraw zdecydowały tradycja, historia, klimat i przestrzeń.

Z epoki początków tej kuchni pochodzi wyraźne u Rosjan upodobanie do potraw zbożowych i mącznych, nabiału, miodu, a zwłaszcza wszelkiego rodzaju kasz – przez wieki głównego, obok żytniego chleba, pożywienia ludu rosyjskiego. Ważne miejsce w kuchni tego narodu zajmują produkty leśne – miód, grzyby, których w Rosji jada się kilkadziesiąt gatunków, orzechy i dziko rosnące odmiany jagód. Miód zastępował zarówno cukier, jak i winną latorośl, wyrabiano z niego tzw. miód pitny – napój zbliżony w smaku do deserowego wina.

Ryby, dziczyzna i kawior

Obfitość dziczyzny i ryb także w niemałym stopniu wpłynęła na kształt tradycji kulinarnej Rosji. Łowiska dostarczały dużych ilości najszlachetniejszych gatunków ryb, z ich królem – jesiotrem na czele. Z ikry kilku odmian tej ryby, zwłaszcza najbardziej poszukiwanej białugi, sporządzano symbol kuchni rosyjskiej – czarny kawior. Z kolei keta, czyli tzw. czerwony kawior to ikra łososi, powszechniejsza i tańsza, lecz nieco mniej ceniona przez smakoszy.

Kiszzone ogórki i konfitury

Duży wpływ na tę kuchnię wywarły również klimat i ogromna rozległość Rosji. Przyroda jest tu surowa, dlatego tak ważne było konserwowanie i przechowywanie żywności. Rosjanie wypracowali szereg oryginalnych metod konserwowania produktów spożywczych. Najważ-

niejsze z nich to kiszenie (nie tylko warzyw, ale i owoców) oraz solenie. Słynne ogórki małosolne, podobnie jak kawior, kojarzą się jednoznacznie z Rosją. Specjalnością kuchni rosyjskiej są też konfitury, zasmażane na miodzie lub cukrze. Konsekwencją klimatu jest skłonność do jedzenia obficie oraz miejsce, jakie zajmują w jadłospisie tego kraju czyste wódki i nalewki. Narodowym napojem Rosjan jest herbata pochodząca z Gruzji. Znany jest również kumys (mleko kobyłe lub wielbłądziej) i kwas chlebowy.

Od kawioru po pierożki

Na stole dominują zakąski (ros. zakuski), czyli rodzaj przystawek, zarówno zimnych, jak i gorących. Wśród przekąsek nie może zabraknąć kawioru, śledzi, sałatek, blinów z mąki gryczanej (zbliżonych wyglądem do naleśników, podawanych ze śmietaną z dodatkiem kawioru, łososia lub śledzia) oraz pierożków (największym uznaniem cieszą się syberyjskie pielmieni nadziewane mięsem wołowym i wieprzowym, podaje się je polane stopionym masłem). Towarzyszy im wódka. Spośród napojów alkoholowych, uznaniem cieszą się koniaki rosyjskie, wina szampańskie i rieslingi. Potem zupy – kapuśniak z kiszonej kapusty z kaszą gryczaną, kapuśniak ze świeżej kapusty z pierożkami, barszcz w kilkunastu odmianach, ucha (zupa rybna), razsolnik (podobny do zupy ogórkowej z kawałkami nerek cielejących), szczy (zupa na mięsie, z kapusty i wa-

rzyw np. szczawiu), solianka (zupa z jesiotra z zaprawą pomidorową) oraz bitki (okrągłe zraziki z mielonego wołowego mięsa), kotlety a'la Pożarski (mielone z drobiu), boeuf Strogonow, szaszłyk, kulebiak oraz wiele potraw z kasz, warzyw, jaj, mąki, mleka, następnie pieczone, a na koniec ciasta.

Obfitość i różnorodność

Posiłkom towarzyszy cała gama orzeźwiających kwasów, czyli musujących napitków o minimalnej zawartości alkoholu, z których najsłynniejszy jest kwas chlebowy. Charakterystyczną cechą kuchni rosyjskiej jest też obfitość i ogromna różnorodność dań z ciasta drożdżowego we wszystkich jego odmianach.

Salatka ziemniaczana z kiszonym ogórkiem i śledziem

Składniki: 50 dag śledzi matjasów, 70 dag ziemniaków, $\frac{3}{4}$ łyżki soli, 30 dag kiszonych ogórków, cebula, majonez, łyżka musztardy, cukier, czarny mielony pieprz do smaku
Matjasy wymoczyć w zimnej wodzie przez ok. 4 godziny. W tym czasie należy dwukrotnie zmienić wodę. Ziemniaki ugotować w mundurkach w wodzie z dodatkiem $\frac{3}{4}$ łyżki soli. Cebulę obrać i pokroić w drobną kostkę. Ogórki obrać i zetrzeć na tarce o dużych oczkach. Wymoczone matjasy osączyć z wody i osuszyć na papierowym ręczniku, pokroić w kostkę. Ostudzone ziemniaki obrać z łupiny i pokroić w małe plasterki. Wszystkie przygotowane składniki wymieszać. Połączyć majonez z musztardą i dodać do salátky. Doprawić odrobiną cukru, pieprzem i solą, jeśli potrzeba. Odstawić w chłodne miejsce na 2 godziny przed podaniem.



fot. Archiwum DODR

Rosyjskie bliny przygotowuje się z gryczanej mąki

Bliny gryczane z masłem i śmietaną

Składniki: 50 dag mąki gryczanej, 3 jajka, łyżka masła, 250 ml mleka, 4 dag świeżych drożdży, 350 ml wody, sól, 15 dag masła do smażenia, 100 ml sklarowanego masła, 200 ml bitej śmietany

35 dag przesianej mąki wyrobić z rozpuszczonymi w wodzie drożdżami. Zaczyn wlać do dużej miski, przykryć serwetką i odstawić na 2 godziny w ciepłe miejsce do wyrośnięcia. Posolić, dodać resztę mąki, łyżkę masła i 2 żółtka. Wyrobić starannie i ponownie odstawić do wyrośnięcia, na godzinę. Zalać ciasto wrzącym mlekiem i wyrobić raz jeszcze. Odstawić na 1,5 godziny. Białka z 3 jaj ubić na sztywną pianę i dodać do wyrośniętego ciasta. Odstawić na kolejne pół godziny. Gotowe ciasto powinno mieć konsystencję nieco bardziej gęstą niż zwykle ciasto naleśnikowe. Masło do pieczenia sklarować i wlać do osobnego naczynia. Rozgrzać mocno żeliwną patelnię i smarować ją bardzo cienko masłem. Szybko nalewać ciasto, którego warstwa powinna mieć ok. pół

centymetra grubości. Smażyć, póki blin się nie zrumieni od spodu. Odwrócić i dosmażyć do zrumienienia od spodniej strony. Gotowe bliny układać na serwetce i trzymać w ciepłym miejscu aż do podania.

Podawać gorące, z bitą śmietaną i roztopionym masłem.

Ucha

Składniki: 1,20 kg ościstej ryby rzecznej (okoń, pstrąg, jazgorz), 1,50 kg łososia lub jesiotra, 2 cebule, pół selera, cytryna, średnia pietruszka, szklanka białego wytrawnego wina, po 12 ziaren pieprzu i ziela angielskiego, szczypta mielonego imbiru, szafranu i gałki muszkatołowej, po kilka gałązek świeżego koperku i pietruszki, 2 łyżki czarnego kawioru do sklarowania bulionu, sól do smaku, 2,75 l wody

Pulpety: 40 dag łososia, cebula, jajo, 20 dag pszennej bułki, łyżka mąki, łyżka masła, 3 ziarenka ziela angielskiego, pieprz do smaku

Wypatroszone i dokładnie umyte drobne ryby włożyć do garnka z gorącą wodą, dodać obraną i pokrojoną pietruszkę, seler, cebulę oraz

przyprawy. Gotować na wolnym ogniu przez godzinę (często odszumowywać), po czym precedzić przez sito do drugiego naczynia i schłodzić.

Kawior przetrzeć przez sitko, dodać 2 łyżki zimnej wody, wymieszać, wlać do wywaru, zagotować i stale mieszając ogrzewać na wolnym ogniu dopóki kawior nie wypłynie na wierzch, a wywar całkowicie się sklaruje. Szumowiny wraz z resztkami kawioru ponownie precedzić.

1,50 kg łososia pokroić w dzwonka, a rybę na pulpety wyfiletować i drobno posiekać. Bułkę namoczyć w wodzie, cebulę drobno pokroić i zeszklić na maśle, połączyć z rybą i odcisniętą bułką. Przepuścić przez maszynkę. Dodać jajko, mąkę, doprawić solą i pieprzem. Z otrzymanej masy formować kulki o średnicy 2 cm, które gotować (ok. 10 minut) w osolonym wrzątku z ziarenkami ziela angielskiego.

Wywar zagotować. Dodać pokrojonego w dzwonka łososia, wino i cytrynę ze skórką w plastrach. Gotować 15-20 minut. Pod koniec

gotowania posolić i dodać pulpety. Posypać zieloną pietruszką i koperkiem.

Ryba gotowana po rosyjsku

Składniki: 1 kg suma, sandacza lub szczupaka, 10 świeżych prawdziwków, 2 marchewki, 2 pietruszki, 5 pomidorów, 4 ogórki małosolne, 20 dag czarnych i zielonych oliwek, 3 łyżki kaparów, 2 łyżki masła, pół cytryny pokrojonej w cienkie plasterki, pół pęczka siekanej zielonej pietruszki, 3 liście laurowe, łyżka cukru, sól, pieprz

Rybę sprawić, starannie umyć i pokroić w dzwonka. Ułożyć w rondlu i dolać półtora litra osolonej wody. Dodać umyte i oczyszczone grzyby. Gotować na małym ogniu przez 30 minut.

Marchew i pietruszkę obrać, umyć, pokroić w słupki i smażyć na łyżce masła przez 5 minut. Wyjąć, osączyć, zalać niewielką ilością gorącej wody i ugotować. Pomidory sparzyć wrzątkiem, obrać ze skóry, wypestkować, pokroić na małe kawałki i smażyć przez kilka minut z resztą masła, a następnie przetrzeć przez sito.

Ogórki obrać, wypestkować i pokroić w plasterki, zalać niewielką ilością wrzątku i gotować przez 15 minut. Grzyby wyjąć z bulionu, w którym gotuje się ryba i pokroić w małe kawałki.

Ugotowane marchew, pietruszkę i ogórki połączyć z grzybami. Dodać przesmażone pomidory oraz kapary i dolać pół litra bulionu powstałego podczas gotowania ryby. Doprawić solą, pieprzem i cukrem. Tak uzyskany sos wymieszać. Rybę ułożyć na półmisku, połączyć sosem i podać przybraną plasterkami cytryny, oliwkami i posiekaną natką pietruszki.

Kotlety z kury po kijowsku

Składniki: 4 kurze piersi, 2 jaja, 10 dag tartej bułki, 30 obranych i utartych słodkich migdałów, 5 dag obranych i drobno posiekanych orzechów włoskich, pół pęczka zielonej pietruszki

Farsz: 15 dag cielęciny, 2 marchwie, pietruszka, mały kawałek selera, por, 10 dag świeżego szpinaku, żółtko, 2 łyżki masła, 3-4 liście laurowe i kilka ziaren ziela angielskiego, szczypta gałki muszkatołowej, sól, pieprz

Drób umyć, obrać ze skóry, rozbić i nadać mu kształt wydłużonego liścia. Włoszczyznę obrać, umyć i pokroić w niewielkie kawałki. Dodać cielęcinę, liść laurowy i ziele angielskie, posolić, dolać litr wody, zagotować odszumować i gotować na wolnym ogniu przez godzinę. Szpinak opłukać, usunąć korzonki i ugotować w osolonym wrzątku, odcedzić i odcisnąć. Cielęcinę i szpinak dwukrotnie zemleć, po czym starannie wymieszać z żółtkiem i masłem, przyprawić solą, gałką muszkatołową i pieprzem. Na środek każdego z filetołów nałożyć porcję farszu, zwinąć je ciasno w rulon, nadając im kształt wrzeciona. Kotlety panierować kolejno w bułce, jajku oraz orzechach wymieszanych z migdałami. Smażyć na maśle z obu stron na jasno-złoty kolor, po czym dopiec przez 5 minut w piekarniku nagrzanym do temperatury 200 °C.

Podawać z zielonym groszkiem, przybrane plasterkami cytryny oraz siekaną zieloną pietruszką.

Kawior z bakłażanów

Składniki: 50 dag bakłażanów, 2 cebule, 2 ząbki czosnku, pomidor, łyżka oliwy lub oleju roślinnego, sok z 1/3 cytryny, szczypta mielonej ostrej papryki, sól, pieprz, oliwa do smażenia

Bakłażany umyć i upiec (10-15 minut) w piekarniku nagrzanym do 200 °C. Ostudzić, obrać i bardzo drobno posiekać.

Cebulę obrać, drobno pokroić i usmażyć na jasnozłoty kolor. Pomidor sparzyć wrzątkiem obrać i wypestkować. Pokroić na małe kawałki i podsmażyć na łyżce oliwy. Czosnek obrać i rozetrzeć z łyżeczką soli.

Wszystkie składniki połączyć ze sobą, dodać łyżkę oliwy i starannie wymieszać. Poddusić przez 5-10 mi-

nut na małym ogniu, aż do odparowania nadmiaru wody. Ostudzić. Podawać jako samodzielną przystawkę lub dodatek do blinów i zimnych potraw mięsnych.

Rozstiegaji z mięsem

Składniki: 75 dag ciasta drożdżowego, jajko

Farsz: 25 dag wołowiny, 25 dag chudej wieprzowiny, 2 jaja ugotowane na twardo, 2 cebule, 3,5 dag mąki, 125 ml czerwonego wytrawnego wina, 50 ml oliwy, 125 ml wody, szczypta, cząbrku, estragonu, bazylii i lubczyku, 2 łyżki siekanej zielonej pietruszki, sól, pieprz

Oba rodzaje mięs pokroić w kostkę i smażyć przez 5-6 minut na rozgrzanej oliwie. Przełożyć do rondla, zalać winem i wodą, przykryć i dusić na wolnym ogniu przez 45 minut.

Cebulę obrać, poszatkować i zrumienić na tłuszczu pozostałym ze smażenia mięsa. Mąkę zrumienić na patelni (bez tłuszczu) na jasnobrązowy kolor i zalać wywarem, w którym dusiło się mięso. Zagotować, starannie mieszając. Uduşzone mięso, cebulę i obrane jajka zemleć i dodać sos, przyprawy oraz zieloną pietruszkę – starannie wymieszać.

Z ciasta formować kuleczki o wadze ok. 5 dag. Oprószyć mąką i odstawić na 5 minut. Jajko rozbić na jednolitą masę. Ciasto rozwałkować na niezbyt grube, owalne placuszki, na które nakładać po łyżce farszu. Połączyć brzegi ciasta tak, aby środek pozostał odkryty, a całość kształtem przypominała łódkę. Z wierzchu posmarować rozmaconym jajkiem.

Układać na wyłożonej natłuszczonym pergaminem blaszce i piec w piekarniku nagrzanym do temperatury 230 °C przez 20 minut.

Pielmieni syberyjskie

Składniki ciasto: 25 dag mąki, jajko, 100 ml wody, szczypta soli

Farsz: 15 dag chudej wieprzowiny, 20 dag wołowiny, 2 cebule, 3 ząbki czosnku, łyżka masła, szczypta cząbrku, lubczyku i gałki muszkatołowej, sól, pieprz

Mąkę przesiać, wbić jajko, posolić i połączyć z wodą. Wyrobić jednolitą masę. Gotowe ciasto oprószyć mąką i przykryć ściereczką. Mięso oczyścić z błon, pokroić w kawałki i dwukrotnie przepuścić przez maszynkę. Cebulę obrać, drobno posiekać i usmażyć na maśle na jasnozłoty kolor. Czosnek obrać i rozetrzeć z łyżeczką soli. Wszystkie składniki połączyć, dodać zioła, doprawić pieprzem i starannie wymieszać. Z gotowego farszu formować kulki o średnicy ok. 1 cm. Ciasto rozwałkować na grubość 2 mm, wykrawać krążki o średnicy ok. 4 cm.

Na środek każdego z nich nałożyć kulkę farszu i dokładnie zlepić brzegi ciasta w pierożek, którego rożki zlepić razem, tworząc okrągły kształt. Gotować przez 5-6 minut w dużej ilości osolonego wrzątku.

Odcedzić i podawać z ostrym sosem musztardowym lub podsmażone na złoty kolor na sklarowanym maśle.

Kwas chlebowy

Składniki 1 kg żytniego razowego chleba, świeża lub suszona mięta, 6 litrów wody, 1 dag drożdży, 18 dag cukru, garść rodzyneków, cytryna

Chleb pokroić w kostkę i wysuszyć w piekarniku nagrzanym do 130 °C, zemleć i wsypać do dużego kamionkowego lub szklanego naczynia. Dodać 3,4 gałązki świeżej mięty lub łyżkę suszonej i zalać 6 litrami wrzątku. Kiedy płyn ostygnie, do naczynia dodać 1 dag świeżych drożdży rozrobionych w 3 łyżkach letniej wody, odstawić na 12 godzin. Po tym czasie przecedzić, dodać 18 dag cukru, wymieszać, rozlać do czystych wyparzonych butelek z grubego szkła, napełnić je do 6/7 objętości. Do każdej butelki dodać po 2 rodzyunki i mały kawałek obranego ze skórki plasterka cytryny. Szczelnie zakorkować i odstawić na 36 godzin.

Kavriska

Składniki: 1,5 szklanki mąki, 3 jajka, pół szklanki cukru, 100 g masła lub margaryny, 2 łyżki miodu, łyżeczka sody oczyszczonej, 50 g zmielonych orzechów (włoskie, laskowe, migdały – według uznania), łyżeczkę mieszanki (starta skórka cytrynowa, kardamon, cynamon, zmielone goździki, mięta, kurkuma)
dotatkowo: 2 łyżki gęstej śmietany lub jogurtu, 1,5 łyżki cukru pudru

Ubić białka z cukrem na pianę, dodać żółtka i mąkę wymieszaną z sodą oczyszczoną. W rondelku rozpuścić masło, dodać miód i przyprawę, spenić, lekko schłodzić, dodać do ciasta, dokładnie wymieszać. Formę wyłożyć papierem do pieczenia, wlać ciasto, posypać zmielonymi orzechami, piec w rozgrzanym piekarniku w temperaturze 160 °C przez 20 minut. Śmietankę wymieszać dokładnie z cukrem pudrem, podawać do ciasta w osobnym pojemniczku albo polać ciasto.

źródło: Kuchnia rosyjska, wydawnictwo Ten

Ewa Wróbel DODR we Wrocławiu