

До последней капли крови



еда с Алексеем Зиминим

ФОКУС состоит в том, что в бифштексе с кровью не должно быть крови. Шеф поварской школы Cordon Bleu Фран Жандон говорит об этом с интонациями санинспектора. Кровь — вопрос не биохимии, а колористики. На срезе правильный бифштекс должен быть розовым. Поймать цвет и выжечь кровь — задача, решаемая за 20 минут.

Допустим, у вас есть увесистый кусок сирлойна или рибая. Пунцового цвета с белыми жилками жира. Говяжий жир — штука вредная, но именно он, стгорая, дает жареному мясу его характер.

Лучшая говядина висит в специальных холодильниках неделями, чтобы из нее вытекли все лишние соки и сукровица. Русская любовь к парному мясу — дурацкое заблуждение. Приготовление мяса чаще всего связано с высокими, выше 100°C, температурами. А при 100°C большинство питательных жидкостей начинает кипеть. А закипая, они превращаются в пар и устремляются вовне. Устремляясь вовне, они разрушают и деформируют все, что попадает к им на пути. В результате мышцы, а мясо — это не только еда, но и анатомия — скручиваются, связи рвутся. И вместо чаемой нежности в итоге получается резиновый ком.

Отвисевшееся и вылежавшееся мясо — три четверти успеха. Но для закрепления успеха нелишнее завернуть кусок бифштекса в бумажные полотенца, чтобы оставшиеся в нем жидкости впитались в бумагу и по-

Бифштекс с кровью

Говядина	300 г
Растительное масло	20 мл
Сливочное масло	20 г
Лавровый лист	1 шт.
Морковь	1 шт.
Репчатый лук	1 шт.
Сельдерей	1 стебель
Тимьян	2 веточки
Петрушка	4 веточки
Соль, перец	по вкусу

верхность стейка была максимально сухой.

У этой сухости есть биохимическая подоплека. Чтобы создать предпосылки для сочного нежного бифштекса, нужно эту нежность загнать в рамки тонкой корочки. А корочка возникает при обжаривании на сильном огне.

Сковорода может быть сухой, но лучше использовать растительное масло. Во-первых, оно не даст мясу пригореть, а во-вторых, оно катализирует процесс жарки, делает его более интенсивным.

Нужно поставить сковороду-гриль на самый большой огонь и адски ее раскалить.

Стейк обмазать растительным маслом, посолить, поперчить и уложить на раскаленную сковороду. Жарить примерно пять минут с одной стороны и три-четыре минуты — с другой. Поверхность мяса должна превратиться в хрустящую корочку, а в воздухе должно быть столько дыма и гари, что вы несколько раз пожалеете, что вообще занялись этим делом.

После того как кусок мяса приобрел внешне совершенно готовый вид, его надо на несколько минут завернуть в фольгу. Неплотно, оставить дырку для того, чтобы мясо дышало. Дело в том, что после такой интенсивной термической обработки говядина испытывает некоторым образом шок. И нуждается в отдыхе. Надо дать ей эту возможность. Чтобы мышечное напряжение, которое все равно возникнет, даже если вы отжали из мяса все ненужные жидкости, немного улеглось, а мышцы расслабились. На оставшемся от бифштекса масле и жире надо обжарить до темного карамельного цвета мелко нарезанную

морковь, репчатый лук и сельдерей. Эта смесь называется мирпуа. Она ароматизатор, дальше стейк и мирпуа будут готовиться вместе.

После того как стейк отдохнул, его вместе с обжаренными овощами и связанными в один пучок лавровым листом, тимьяном и петрушкой (это букет арги — еще одна ароматическая инъекция) надо отправить на десять минут в разогретую до 200°C духовку. Время — понятие относительное, это заметил еще Блаженный Августин задолго до Эйнштейна. Каждая духовка имеет свой собственный образ действий, каждый кусок мяса неповторимо индивидуален, поэтому ни в коем случае не надо пускать это дело на самотек и доверяться песочным, механическим или любым другим часам. Вы открываете духовку и щупаете пальцем кусок говядины. Да, это горячо, но не невозможно горячо. Розовое мясо с кровью — это медиум рее. Температура внутри куска тако-

ва, что вся остаточная кровь уже нужным образом свернулась, бактериальная безопасность наступила, но цвет продолжает оставаться розовым. Эта стадия есть высший и обязательный шик поварского умения. Прожаренный таким образом стейк можно положить на тарелку, потом поднять, и на том месте, где он лежал, не должно оставаться не то что кровоподтеков — вообще никаких жидкостей. Но прежде, чем класть этот кусок на тарелку, его надо смазать сливочным маслом, нарезать толстыми кусками и запаковать в алюминиевую фольгу. В фольге мясо должно провести пять-семь минут. За это время у вас есть шанс проветрить квартиру, открыть бутылку каберне и смастерить какой-нибудь зеленый салат. Хотя последнее и не обязательно. Хорошо приготовленная говядина не нуждается ни в соусе, ни в салате.

Алексей Зимин — главный редактор журнала «Афиша-Еда»

