

«Блюдо из сказок Шахерезады»

О ТАХИНИ

Шеф-повар кафе «Арабика» Николай Кривицкий

— Что представляет собой тахини?

— Тахини — это традиционный арабский соус из кунжутных семян, истолченных до состояния кремообразной пасты. Цвет ее, как правило, светло-коричневый. Вкус очень своеобразный, пряно-ореховый с легкой горчинкой. История этого продукта уходит корнями в глубокую древность: упоминание о «тахини» есть еще в сборнике «Тысяча и одна ночь» — это блюдо из сказок Шахерезады. Тахини очень распространена в странах Ближнего Востока: Сирии, Ливане, Саудовской Аравии, Израиле.

— Какое блюдо с тахини наиболее популярно в арабских странах?

— Пожалуй, хоммос. Это пюре из отварного нута, или, как его еще называют, бараньего гороха, с добавлением тахини, рубленой зелени и пряностей. Иногда, когда наши клиенты слышат о том, что в состав блюда входит горох, некоторые из них пробуют хоммос с долей осторожности. Но, попробовав, остаются очень довольны: нут лишен грубоватой мучнистости, свойственной обычному гороху. Кроме того, за счет добавления различных ингредиентов — тахини, лимонного сока, зиры, соли, перца — хоммос приобретает свой уникальный пикантный вкус. Недаром это блюдо так любят на Востоке.

— С чем обычно едят хоммос?

— Хоммос подается на стол в качестве закуски. На Востоке прием пищи начинается с маззы: перед основными блюдами на стол подаются 15-20 небольших пиал с различными закусками вроде того же хоммоса. Едят их обычно с пресными лепешками хубз или пита (израильский вариант названия такого хлеба). При этом в арабской традиции считается абсолютно нормальным, когда закуску берут с тарелки прямо руками при помощи небольшого кусочка хлеба, но в наших условиях мы, конечно, всегда подаем гостям столовые приборы. Многие из блюд маззы, кстати, готовятся с добавлением тахини, очень вкусна, например, закуска мтабаль.

— Как ее готовят?

— Для ее приготовления необходимо запечь на мангале баклажаны — именно на мангале, это обязательное условие, тогда блюдо приобретет характерный «дымный» привкус. Готовые баклажаны необходимо тщательно растереть с тахини, лимонным соком, зирой, солью, перцем до состояния пюре. Готовый мтабаль посыпают зернышками граната, подают в небольшой тарелочке с добавлением оливкового масла и рубленой зелени.

— Сочетается ли тахини с мясом или рыбой?

— Из кунжутной пасты можно приготовить универсальный соус для многих блюд — мяса, рыбы, овощей, картофеля и т. д. Для этого в тахини нужно добавить лимонный сок и аккуратно перемешивать то тех пор, пока она не приобретет белый цвет. Затем добавить небольшое количество питьевой воды, чтобы смесь приобрела консистенцию соуса, смешать с рубленой петрушкой, солью и при желании — черным или красным перцем.

— Какое блюдо с тахини вы рекомендуете попробовать своим гостям?

— Очень своеобразное блюдо — хоммос с мясом. На блюдо слоями выкладывается



АРАБСКОЕ БЛЮДО МТАБАЛЬ С ТАХИНИ ПОСЫПАЮТ ЗЕРНЫШКАМИ ГРАНАТА И ПОДАЮТ В ПИАЛЕ С ДОБАВЛЕНИЕМ ОЛИВКОВОГО МАСЛА И РУБЛЕННОЙ ЗЕЛЕНИ

говяжий или бараний обжаренный фарш и пюре из нута с тахини, заправляется приправами — зирой, смесью перцев, имбирем. Перед подачей блюдо украшается зеленью. Еще одно блюдо с тахини мы готовим только на заказ — фэттэ. Его особенно любят в Дамаске. Оно очень сытное, поэтому мы рекомендуем пробовать его только в первой половине дня. На тарелку слоями укладывается цельные отварные бобы нута, гренки из арабского хлеба, паста тахини, смешанная с лимонным соком и приправами. Сверху блюдо поливается растопленным сливочным маслом и посыпается кедровыми орешками.

— Чем принято запивать на Востоке блюда с тахини?

— Блюда с тахини, особенно те, в которых используется нут, лучше всего запивать горячим черным чаем — так пища легче усваивается. Причем в арабских странах черный чай не просто заливается кипятком и настаивается, а варится в специальном металлическом чайнике, в котором затем подается на стол.

— Готовят ли с тахини десерты?

— Наверняка вы пробовали когда-нибудь кунжутную халву — это и есть продукт, приготовленный на основе пасты из кунжутных семечек. Существует еще одна разновидность этого

блюда — халава. Для ее приготовления тахини смешивается с сахаром, ванилью, ароматической водой, например, розовой, сверху украшается фисташками, миндалем, шоколадной крошкой, кокосом. Еще один распространенный на Востоке десерт — кнаффэ. Для приготовления этой сладости специальное тонкое тесто кадаиф пропитывается сиропом или медом, в качестве начинки используется подслащенная медом тахини и сыр наподобие брынзы, только несоленый. Этот десерт также упоминается в сказках Шахерезады, это очень старинный рецепт.

— Можно ли приготовить блюда с тахини самостоятельно?

— Да, но вы должны быть готовы потратить много времени: восточные рецепты очень трудоемки. Даже просто для того, чтобы смешать тахини с лимонным соком, нужен опыт и достаточный запас терпения: если делать это слишком быстро, тахини может потерять свои вкусовые качества. Определенные проблемы могут возникнуть и с поиском продукта: тахини нечасто встречается в магазинах. Поэтому, если вы вдруг так полюбите тахини, что не сможете представить себе без нее свой рацион, не исключено, что вам придется покупать ее под заказ — не будете же вы сами вручную растирать в пасту кунжутное семя.