

# Оторвать голову

## ЕЛЕНА ЧЕКАЛОВА О КАЛЬМАРАХ



В СРЕДИЗЕМНОМОРСКИХ СТРАНАХ КАЛЬМАРЫ ГОТОВЯТ МИНУТЫ ИЛИ ВООБЩЕ НАРЕЗАЮТ НА САСИМИ — И НЕПРЕМЕННО СОХРАНЯЮТ «МЕШОЧКИ» С ЧЕРНИЛАМИ: В НИХ СВОДЯЩИЙ С УМА МОРСКОЙ ДУХ ДОСТИГАЕТ СВОЕЙ КОНЦЕНТРАЦИИ

«ГОЛОВУ» отрывать нужно медленно, чтобы вместе с ней из брюшка вылезли все внутренности, — учила меня этим летом чистить кальмара жена опытного рыбака на каннском рынке. — Отрежь от головы щупальца — и руби ножом прямо над глазами. Голову с глазами и кишки выброси, а боковые плавники и щупальца оставь — пригодятся. Только найди среди щупалец клюв — удали и выкинь. Кожа у этих, только что выловленных, снимается, как перчатка, — только надо где-нибудь ее подцепить, а потом тянуть. И прозрачная нижняя пленка, которая под кожей, тоже пойдет легко. Если не прямо сейчас будешь чистить, придется обваривать кипятком, а потом опускать в ледяную воду, но тогда кое-что все равно потеряешь — поэтому лучше сразу. Потом выверни полу тушку наизнанку, сними пленку и отрежь хорду. Все хорошенько промой да обсуши — вот и все дела. Готовить-то свежих кальмаров — проще некуда. Да, вот еще что: там среди внутренностей есть маленький черный мешочек — если хочешь сделать чернильный соус, аккуратно его вырежи и выдави в баночку».

Вот так я, наконец, и узнала, что такое настоящий кальмар. Нет, разумеется, я и раньше этих головоногих готовила: покупала замороженные кольца или брикеты склеенных льдом целых тушек — они были уже почищенными, беленькими — их можно тушить, варить, бланшировать, фаршировать. Как-то во время Великого поста для воцерковленных подруг даже сделала с кальмаром спагетти болоньезе — заменила в знаменитом итальянском блюде говядину и свинину на мясо моллюска, которое приговорила под вакуумом. Мне вообще всегда казалось, что замороженные кальмары намного лучше свежих — при правильном температурном и временном режиме текстура выходит нежнейшей. Но теперь я знаю другое: у только что выловленного кальмара очень богатый морской аромат, который исчезает после заморозки. Именно поэтому в средиземноморских странах кальмары готовят минуты или вообще нарезают на сасими — и непременно сохраняют «мешочки» с чернилами: в них сводящий с ума морской дух достигает своей концентрации. А еще свежие кальмары на европейских рынках совсем недороги. Отходов немного (граммов 200 на килограмм) — в сравнении с рыбой и креветками блюдо получается просто дешевым. Все это прекрасно, скажете вы, только где ж их в Москве взять? Нигде, отвечу я вам, нечего сегодня искать на столичных прилавках качественные свежие морепродукты. Знакомые продавцы на рынках говорят по секрету: тунец у нас подкрашенный, а то, что выдается за свежак на льду, на самом деле чаще разморозка, и вообще почти все привезено из Китая, а там, сами знаете, какая экология. Так что в Москве я по большей части покупаю овощи и мясо — и то и другое вполне нормального качества. Морепродукты я готовлю в поездках. Этому очень поспособствовал бум «безгостиничных» путешествий, когда снимаешь не гостиницу, а квартиру или даже виллу с кухней. Теперь,

## Закуска из кальмаров и салата пунтарелле

(4 порции)

- 1 Свежие кальмары (800 г)
- 2 Оливковое масло (100 мл)
- 3 Хересный уксус (20 мл)
- 4 Консервированные анчоусы (12 шт.)
- 5 Каперсы (2 столовые ложки)
- 6 Небольшие сливовые помидоры (300 г)
- 7 Салат пунтарелле (150 г)
- 8 Перец чили (1–2 шт.)
- 9 Петрушечно-чесночный соус, соль

встречая интересные, но неисполнимые в моей московской жизни рецепты, я не раздражаюсь, а откладываю их в свою копилку: наверняка когда-нибудь окажусь там, где они пригодятся. Сохраните и мое блюдо из свежего кальмара и салата пунтарелле — не встречали такой? Он круглый год есть в Италии, часто бывает на рынках Лазурного берега (частично — бывшая итальянская провинция), а родом из Каталонии. Внешне напоминает романо, но на самом деле это разновидность цикория. Пунтарелле еще называют спаржевым цикорием: из сочных салатных кочерыжек поднимаются стрелки, похожие на спаржу. Как и у всех цикориевых, у пунтарелле яркий горьковатый вкус. Лучше его чуть ослабить: нарезать и стрелки, и «кочерыжки» полосками, а потом на полчаса опустить в ледяную воду. Тем временем сделать петрушечно-чесночный соус: смешать два измельченных зубчика чеснока с двумя очень мелко нарезанными листьями петрушки, добавить 100 мл оливкового масла экстра-верджин и взбивать вилкой, пока соус не превратится в зеленую эмульсию. Затем приготовьте салатную заправку: отмерьте еще граммов 50 оливкового масла и смешайте с хересным уксусом, с нарезанными анчоусами и каперсами — если надо, немного посолите по своему вкусу (анчоусы и каперсы уже соленые). Крепкие сливовые помидорки надо нарезать пополам или на четвертинки, полоски пунтарелле обсушить, заправить анчоусным дрессингом и разложить по тарелкам. Быстро (не более полтора минут с каждой стороны) обжарьте чуть приправленные солью тушки кальмаров (щупальца и крылья можно оставить для черного ризотто). Выложите их сверху салата и сбрызните петрушечно-чесночным соусом. Украсьте колечками острого перчика чили. Как же это прекрасно под розовое или модное оранжевое вино! Отправляйтесь за этой закуской в Италию, Испанию или на Лазурный берег — в сентябре кальмары самые вкусные. Да и квартиры подешевели. Отлично проветрите голову.

[www.chekalova.ru](http://www.chekalova.ru)