

кологически

благоприятн

живительный разнообразный охлажден

облазнительный коктейль современ

розовый отменок цветущий романи

вежий отдых праздновать же

разноцветный удобный гамак све

оранжевый малиновый оживле

идеть чувствовать цветочный аро

годы морской песок небо от

вежий пикантный забиток вдохн

отягивать смаковать живитель

кологически чистый благоприятн

кологически благоприятн



содержание

- 1 - многообразие в самой нашей природе
- 5 - цитрусовый салат
- 7 - карпаччо из мяса куду
- 9 - рустеркук с пери-пери
- 11 - рулеты из баклажанов и оливковой икры
- 13 - оладьи из сладкой кукурузы
- 18 - куриные шашлычки
- 20 - самусы с баботи
- 22 - рыба в маринаде из мандарина и лайма
- 24 - капско-малайская долма
- 26 - свежий фаршированный инжир
- 30 - розовые креветки с атжаром
- 32 - летний салат
- 34 - фрикадельки из страусинового мяса
- 36 - рыбные котлетки из капского лосося
- 38 - стейк на огне
- 40 - пряные орешки в масале

Многообразие в самой нашей природе

Тапас – это название широкого набора горячих и холодных закусок, традиционно подаваемых к напиткам в испанской кухне. Такой простой стиль приема пищи очень подойдет и для знакомства с ароматами Кейпа. Приведенные ниже легко адаптируемые рецепты зададут вам правильное направление. Пригласите к себе друзей и поэкспериментируйте на кухне в своё удовольствие, а затем запейте эти изящные капские тапас бодрящим охлажденным розовым вином из Южной Африки.

Первое южноафриканское розовое вино было плодом воображения Бернарда Подлашука, владельца винной фермы Беллингхэм во Франшхуке. Вдохновленный своей поездкой во Францию, он начал делать сухое розовое вино Bellingham в 1949 году. Почти 50 лет спустя, пройдя полный цикл преобразований, сухие розовые вина вновь приобретают популярность.

Возобновившийся интерес к розовому вину в ЮАР был вызван ростом популярности розовых вин во всем мире. Согласно южноафриканскому законодательству розовое вино может производиться либо только из красных сортов винограда, как сортовое или купажное вино, либо как купаж белого и красного вина. Вино блан-де-нуар («белое из чёрного») также относится к типу розовых вин, но, в соответствии с местными законами, оно может быть изготавливаться только из одного или нескольких красных сортов винограда.

Цвет вина варьирует от слегка розоватого до практически светло-красного, в зависимости от сорта используемого винограда. Пино Нуар, к примеру, дает гораздо более светлую окраску, чем Каберне Совиньон. Глубина цвета также зависит от того, насколько долго кожура красного винограда, из которой вино и набирает свой цвет, остается в контакте с соком. Как бы то ни было, розовое вино всегда должно быть ярким, чистым и никогда не должно приниматься даже за самое светлое красное вино.

В Южной Африке для производства розового вина часто используются Шираз, Каберне Совиньон, Мерло и Пино Нуар, сами по себе или в купажах. Наш собственный уникальный Пинотаж является одним из давних фаворитов. Розовому вину Пинотаж придает хороший цвет и обилие фруктовых ароматов. Ещё одним его преимуществом является раннее созревание, ввиду чего он может быть собран при более низком содержании сахара, что в свою очередь приведет к более низкому содержанию алкоголя. А также к тому, что это вино сможет попасть на рынок одним из первых из вин своего года урожая.

В целом, южноафриканские розовые вина делают в свежем фруктовом стиле, и они бывают сухими, полусухими и слегка сладковатыми. Они могут потребляться молодыми, как аперитив, или вместе с легкими летними угощениями. Роскошный фруктовый букет наших розовых вин хорошо подходит к ароматным и пряным блюдам капской многонациональной кухни, о которых идет речь в данном буклете. А удовольствие будет еще больше от сознания того, что Южная Африка является мировым лидером в производстве вин в экологически чистых условиях и в охране естественной растительности на огромных территориях среди наших винных земель.



морской песок небо отменки
ликантный забиток вдохнуть
rosy, nuances, Romance



цитрусовый салат

Салат из апельсинов и черных маслин

Заправка из бальзамического уксуса добавит особую ноту, сливовую и уксусную одновременно, и гладкие шелковистые ощущения. К этому хорошо подойдет сухое розовое вино на основе Шираза в стиле долины Роны.

2 больших апельсина

160 г разрезанных пополам черных маслин без косточек

Оливковое масло сорта Extra Virgin

1/8 чашки бальзамической приправы (см. ниже)

Соль и свежемолотый перец по вкусу

Зеленый лук, порубленный

Почистите и с помощью острого ножа осторожно разделите апельсиновые дольки.

Для бальзамической заправки:

В небольшую соусницу с толстым дном налейте чашку бальзамического уксуса, доведите до кипения на среднем огне, убавьте огонь и держите на огне до консистенции сиропа. У вас должно остаться приблизительно 1/8 чашки заправки.

Поместите дольки апельсина в миску, добавьте черные маслины, оливковое масло, бальзамическую заправку и соль с перцем по вкусу.

Перемешайте и уберите на 20 минут. Украсьте рубленным зеленым луком и подавайте.



Карпаччо из мяса куду

Карпаччо из мяса куду с оливковым маслом и каперсовыми ягодами

Куду - одна из самых больших южноафриканских антилоп. Это блюдо, хотя и самое простое в приготовлении, является одним из самых вкусных. Карпаччо из куду обладает замечательным ароматом дичи, что очень хорошо сочетается с сухим полнотелым розовым вином. Такой стиль вина особенно хорошо подходит к мясным блюдам, когда и мясо и вино немного охлаждены, как для пикника. Розовые вина, изготовленные из винограда Пино Нуар, также могут подаваться к мясным блюдам.

250 г филе куду, охлажденное и тонко нарезанное

¼ чашки каперсовых ягод (без маринада)

Крупная соль & свежемолотый перец

Оливковое масло сорта Extra Virgin

** Вы можете заменить два основных ингредиента на говядину и обычные каперсы*

Разложите охлажденное тонко нарезанное мясо на блюде и украсьте каперсовыми ягодами. Сверху хорошо сбрызните оливковым маслом, посыпьте солью и перцем по вкусу.



рустеркук с пери-пери

Рустеркук с куриной печенкой в соусе пери-пери

Это блюдо является эклектичным сочетанием двух местных излюбленных деликатесов. Рустеркук (запеченный на гриле пирог или хлеб, произносимый с раскатистым «р-р-р») и сочные мясистые куриные печенки или кари, которые часто подаются как начинка в белом хлебе, хорошо известны в качестве «кроличьей еды» ('bunny show'). А данный рецепт – «кроличья еда» с изюминкой. Попробуйте одно из южноафриканских розовых вин в более легком сухом стиле с кисловатым послевкусием и испытайте удивительное экзотическое ощущение.

500 г органических куриных печенок

Оливковое масло

1 луковица средних размеров, тонко порезанная

3 чайные ложки копченой паприки

¼ чайной ложки специ пери-пери

¼ чайной ложки перца сауеппе

Немного бренди

Соль & свежемолотый перец по вкусу

½ чашки рубленой гладколистной петрушки

Разогрейте немного оливкового масла в сковороде. Добавьте специи и лук. Жарьте лук, пока он не станет мягким. Добавьте куриные печенки (промытые и нарезанные кубиками) и продолжайте жарить на большом огне еще несколько минут. Плесните в сковороду немного бренди. Добавьте соль, перец и свежие специи. Отставьте в сторону остужаться.

Для рустеркука

300 г муки

10 мл сухих дрожжей

5 мл соли

15 мл сахара

5 мл подсолнечного масла

180-200 мл теплой воды

Положите в миску муку, дрожжи, соль, сахар и перемешайте электрическим миксером. Добавьте масло и столько теплой воды, чтобы тесто замесилось в шар. Продолжайте мешать в течение 45 секунд. Положите тесто в миску, слегка смазанную маслом, накройте влажным кухонным полотенцем и оставьте тесто подниматься приблизительно на 45 минут (пока тесто не увеличится в объеме в два раза). Разделите на примерно одинаковые порции и придайте им форму приплюснутых шаров, вдавив в середину каждого из них куриные печенки. Дайте возможность печеночному соусу просочиться и окрасить тесто в очаровательный оранжевый цвет. Накройте булочки и оставьте подниматься еще на 15 минут. Поместите решетку над раскаленным углем и нагрейте ее в течение 5 минут. Слегка смажьте решетку маслом и положите на нее булочки (или поместите их на противень и выпекайте в печи при 180°C) в течение 15-20 минут. Через 7-10 минут переверните булочки. Булочки готовы, когда они слегка подрумянены, хрустящие снаружи и дают полый звук при постукивании. Снимите их с огня/ выньте из печи, надломите и подавайте со сливочным маслом.



Рулеты из баклажанов и оливковой икры

Рулеты из баклажанов и икры из чёрных маслин на гриле

Дымчатый вкус жареных баклажанов и оливковая икра со специями создают восхитительную комбинацию. Их лучше всего подавать при комнатной температуре, щедро посыпав тыквенными семечками. Попробуйте запивать это блюдо полнотелым розовым вином.

½ чашки тыквенных семечек

2 больших баклажана (выбирайте длинные)

Оливковое масло сорта Extra Virgin

Бальзамический уксус

Для икры:

160 г черных оливок, без маринада и косточек

1 маленький зубчик чеснока

Горсть свежих листьев базилика

2 филе анчоуса

Полторы горсти высушенных на солнце томатов

Масло из тыквенных семечек

Свежемолотый черный перец по вкусу

На сухой сковороде жарьте тыквенные семечки до тех пор, пока они не начнут щелкать и трескаться. Отставьте в сторону остужаться.

Разрежьте баклажаны вдоль на длинные полоски. Пожарьте эти полоски на ребристой сковороде без масла, часто их переворачивая. Сложите полоски на блюдо и сбрызните смесь из оливкового масла и бальзамического уксуса, пока они горячие. Отставьте в сторону остужаться.

Чтобы сделать икру, сложите все ингредиенты в блендер и прокрутите, стараясь не сделать пасту слишком однородной – у нее должна быть немного неравномерная консистенция.

Как только поджаренные полоски из баклажанов остынут, разложите их на доске и намажьте на них оливковую пасту. Осторожно сверните их и уложите на блюдо. Украсьте блюдо свежими листьями базилика и посыпьте жареными тыквенными семечками. Сбрызните маслом из тыквенных семечек и подавайте на стол.



Оладьи из сладкой кукурузы и зеленых ростков чеснока

Кукуруза является самой распространенной едой почти на всем африканском континенте. Цельная свежая кукуруза (кукуруза в початках) часто употребляется приготовленной на углях. Кукурузный хлеб, обычно в виде буханки, особенно хорош в качестве угощения с кусочком сливочного масла. Кукурузные оладьи являются его уменьшенным вариантом. Подавайте их с южноафриканским лёгким гармоничным розовым вином. Выберите хорошо сбалансированное вино с хрустящим освежающим послевкусием.

420 г дроблёной сладкой кукурузы

2 яйца, взбитых

¼ чашки зеленых ростков чеснока, порубленных

2 свежих початка сладкой кукурузы (ядра

нужно срезать с початков)

1 чашка рисовой муки (или обычной пшеничной муки)

1 чайная ложка соды для выпечки

½ чайной ложки паприки

Соль и свежемолотый перец по вкусу

Оливковое масло

Смешайте яйца и консервированную сладкую кукурузу, затем добавьте кукурузу с початков и зеленые ростки чеснока. В эту же смесь добавьте сухие ингредиенты и хорошо перемешайте. Разогрейте оливковое масло на сковороде и полной ложкой выкладывайте полученную смесь на сковороду. Жарьте на обеих сторонах до золотисто-коричневого цвета. Затем выложите на бумажное полотенце для удаления лишнего масла. Подавайте к столу горячими, посыпав красным перцем, с кусочками сливочного масла.



о цветочных ароматах

сок Небо отменки
Sundowners, vibrant, spice



Пропитанные шафраном куриные шашлычки с капским крыжовником

Это современная версия традиционных шашлыков, то есть нанизанных на шампуры кусочков маринованного мяса. Сухое розовое вино из уникального капского сорта Пинотаж очень хорошо подойдет к этому блюду.

1/3 чашки розового вина

Щепотка шафрана

1 зубчик чеснока, мелко порезанный

1 чашка цельного капского крыжовника

4 куриные грудки без кожи и костей, порезанные кубиками

Оливковое масло

Соль & свежемолотый перец по вкусу

Свежие листья кресса водяного

Свежие сливки (по желанию)

Добавьте в вино щедрую щепоть шафрана и оставьте его, пока вино не изменит цвет на оранжево-розовый (приблизительно через 15 минут).

Разогрейте немного оливкового масла на сковороде и слегка поджарьте чеснок. Добавьте вино с шафраном. Доведите до кипения, добавьте крыжовник, слегка его прожарьте, затем вытащите из сковородки и уберите в сторону для нанизывания на шампуры. Убавьте огонь и оставьте сковородку, чтобы выпарилось немного воды.

В другой сковороде поджарьте кусочки курицы до золотистого цвета – полейте их горячим маринадом (Вы можете добавить немного свежих сливок для более богатого вкуса), добавьте соль и перец по вкусу, накройте и уберите с огня. Оставьте мясо 'мариноваться' на час или около того. Перед подачей на стол нанзите кубики курицы на шампуры, чередуя их со свежими листьями и крыжовником. Подавайте горячими или холодными, а оставшийся маринад используйте в качестве соуса.



Самусы с баботи и соусом чатни

Это чудесная комбинация двух типичных южноафриканских блюд. Бабути – пряный мясной фарш, сверху покрытый сладковатым яичным кремом и запеченный в печи – подавался на Мысе Доброй Надежды еще в 17 веке. Самусы – жаренные во фритюре слоеные пирожки – были привезены в Южную Африку индийскими рабочими в 19 веке. Пряная, слегка сладковатая начинка в этих вкусных треугольниках хорошо пойдет к охлажденному фруктистому розовому вину.

Оливковое масло

1 луковица, тонко порезанная

1 чайная ложка пасты карри

¼ чайной ложки куркумы

½ чайной ложки молотого кориандра

½ чайной ложки молотого тмина

½ чайной ложки корицы

400 г страусиного фарша

1 столовая ложка однородного абрикосового джема

1 зубчик чеснока, мелко порезанный

1 большая морковь, натертая на мелкой терке

Небольшая горсть изюма (по желанию)

1 лавровый лист

Цедра одного лимона

1 чайная ложка пасты тамаринда

Немного розового вина

Листья свежей петрушки, мелко порубленные

2 яйца, взбитых

1 столовая ложка молока

Листы слоеного теста

Сливочное масло (по желанию)

Подсолнечное масло

Жарьте лук на медленном огне на оливковом масле, добавьте пасту карри и другие пряности. Добавьте фарш и продолжайте жарить до золотистого цвета в пряном масле – затем добавьте абрикосовый джем, чеснок, тертую морковь, изюм, лавровый лист, цедру лимона и пасту тамаринда. Добавьте розового вина. Закройте крышкой и оставьте готовиться на 20 минут (меньше, если вы выбрали страусиный фарш). Добавьте порубленную петрушку. На поверхность готового фарша вылейте взбитую смесь из молока и яиц, накройте и оставьте на огне, чтобы яичный крем запекся. Удалите с огня и оставьте остужаться.

Чтобы сделать треугольники из листов слоеного теста:

Разверните лист слоеного теста и положите на большой кусок вощеной бумаги. Сложите лист теста крест накрест по диагонали на треугольники. С помощью ножниц разрежьте тесто по линиям сгиба. Накройте тесто чистым влажным полотенцем (оно быстро высохнет, если его оставить открытым). Выкладывайте по одной полоске теста на ровную поверхность и сразу же смазывайте топленным или подсолнечным маслом. На конец полоски поместите ровный шарик начинки размером с чайную ложку; заверните один край, чтобы получился треугольник. Продолжайте заворачивать тесто один край к другому, как если бы Вы складывали флаг, не загибая углов. Сверху смажьте сливочным или подсолнечным маслом. Продолжайте процесс, пока не закончится начинка. Поместите треугольники одним слоем на смазанный противень швом вниз и выпекайте в духовке со средним жаром (180°C) в течение 12-15 минут или до тех пор, пока они не станут золотисто-коричневого цвета. Или жарьте их во фритюре в горячем подсолнечном масле до золотистого цвета. Подавайте горячими с соусом чатни (лучше всего - абрикосовым).



Кусочки рыбы в мандариновом и лаймовом маринаде с имбирем

Маринованная рыба, как правило - снэк, является местным деликатесом. Хотя изначально она готовилась для голландских моряков для их долгих морских путешествий, маринованная рыба по-прежнему очень популярна на Кейпе. Традиционно маринованную рыбу делают в слабом, сладко-пряном маринаде. Данный рецепт использует лишь саму идею «маринования» сырой рыбы. Цитрусовый аромат будет отличным дополнением к южноафриканскому розовому вину малинового цвета с пьянящим фруктистым букетом.

400 г филе свежего снека или кингклипа (или любой рыбы с твёрдым белым мясом) без кожи и костей, порезанное на кубики небольшого размера

1 ½ чашки мандаринового сока

*½ чашки сока зеленого лайма
Кожура от мандарина (удалите сердцевину и порежьте на тонкие полоски)*

Свежий имбирь, очищенный и нарезанный на ленты

½ чайной ложки соли

Листья свежего базилика для украшения

Положите кусочки рыбы в стеклянную посуду. В сковородку вылейте сок, положите кожуру, имбирь, соль и доведите до кипения. Кипящую жидкость вылейте на рыбу и отставьте в сторонку, чтобы остыло. Слейте излишки жидкости, но оставьте размоченный имбирь и кожуру. Подавайте рыбные кусочки с имбирем и кожурой. Украсьте свежими листьями базилика.



Долма с капско-малайским пряным жёлтым рисом и тыквой

Ароматный желтый рис обычно подается в качестве гарнира к бреди (традиционному южноафриканскому тушеному мясу) или к баботи (пряному блюду из мясного фарша с яичным кремом). В данном случае виноградные листья наполняются начинкой, навеянной капско-малайским традициям. Фруктистое полусухое розовое вино будет отличным контрастом для пряной долмы.

- ½ чашки сырых несоленых кедровых орешков*
- ½ чашки сырого белого риса (что даст приблизительно 2 чашки готового риса)*
- 1/3 чашки изюма без косточек (желтого), мелко порезанного (по желанию)*
- 1 ½ чашки воды ½ чайной ложки соли*
- ¼ чайной ложки молотой куркумы*
- ¼ чайной ложки молотого тмина*
- 2 стручка зеленого кардамона, дробленого*
- 1 палочка корицы*

Поджарьте кедровые орешки на сковороде с толстым дном до золотисто-коричневого цвета и оставьте остужаться. Доведите до кипения белый рис, изюм, воду, соль и специи. Убавьте огонь, накройте крышкой и оставьте томиться на 35-40 минут. Слейте воду, удалите кардамон и корицу и оставьте остужаться.

Для начинки:

- 1 баттернат среднего размера (распространенный в Южной Африке вид тыквы, имеющей форму большой груши)*
- 2 столовые ложки оливкового масла сорта Extra Virgin*
- Свежие листья шалфея без стеблей*
- Шепотка молотого мускатного ореха*

Очистите баттернат, удалите семечки и порежьте на небольшие кубики. Тушите его до мягкости. Оставьте остужаться. В сковороде разогрейте оливковое масло, положите листья шалфея и жарьте их, пока они не станут хрустящими и коричневыми. Горячее оливковое маслом с шалфеем вылейте на готовую тыкву, добавьте соли и перца по вкусу, а также посыпьте щепоткой молотого мускатного ореха и слегка перемешайте, разминая кусочки тыквы вилкой. Добавьте половину жаренных кедровых орехов и смешайте с желтым рисом.

Для приготовления долмы:

- Виноградные листья (около 30, в зависимости от размера)*
- Свежевыжатый лимонный сок*
- Соль & свежемолотый черный перец*

Возьмите виноградный лист. Положите стороной с прожилками сверху и верхушкой листа в направлении от вас. Положите ложку начинки в центр листа. Загните стороны листа на начинку и затем заверните лист по направлению к вершине. Положите фаршированный завернутый лист в емкость пароварки таким образом, чтобы концы листьев были подоткнуты вниз. Повторяйте процесс, пока не кончится начинка. Плотнo уложите их в емкость пароварки. Готовьте на пару в течение 45 минут до тех пор, пока виноградные листья не станут мягкими. Подавайте горячими или холодными, предварительно сбрызнув оливковым маслом, полив лимонным соком и посыпав оставшимися кедровыми орешками.



Свежий инжир с пряным турецким горохом

Это блюдо ароматно, вкусно и просто в приготовлении. Сладкая фруктово-инжирная смесь подойдет к любому мяккому, фруктистому, незамысловатому розовому вину.

1 чайная ложка молотого тмина

1 чайная ложка молотого кориандра

2 чайные ложки свежего имбиря, тертого на мелкой терке

2 зубчика чеснока, мелко порезанного (по желанию)

Немного розового вина

Оливковое масло

1 чашка турецкого гороха, варёного (или используйте консервированный)

Свежий инжир (или используйте консервированный или засахаренный)

Соль и белый перец по вкусу

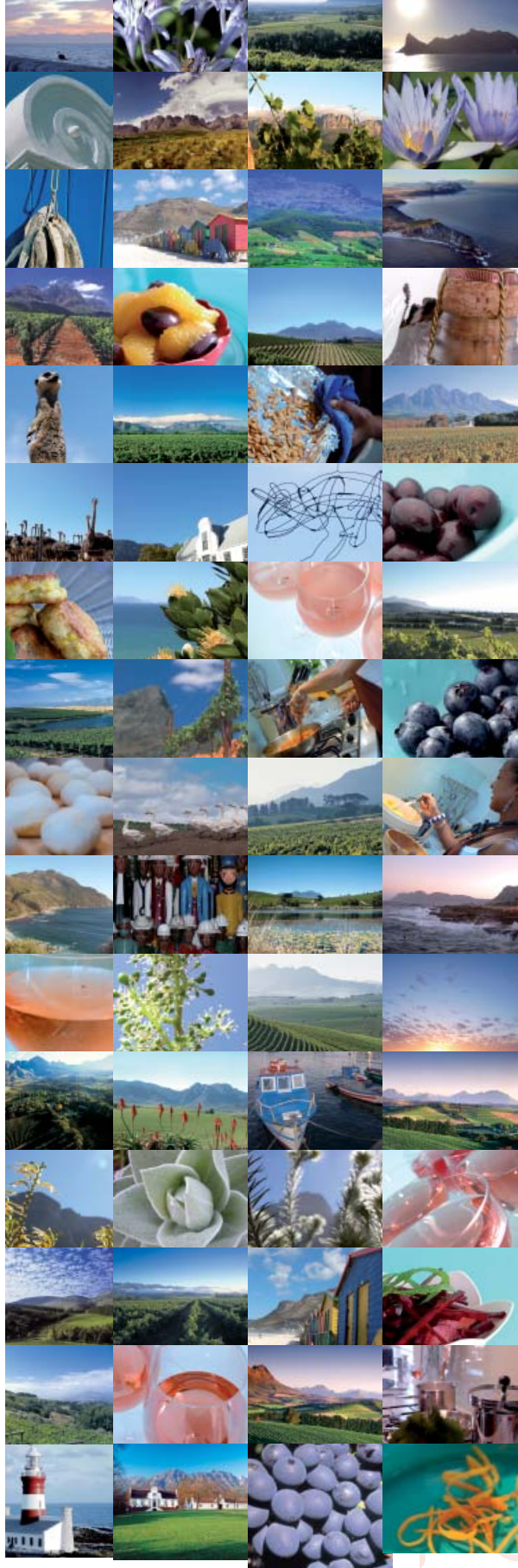
Горсть свежих листьев чабреца, мелко порубленных

Горчичные семена для украшения (по желанию)

Разогрейте в сковороде немного оливкового масла со специями (стараясь не перегреть специи) – дайте им возможность пропитать масло, затем добавьте имбирь и чеснок и оставьте их растворяться в масле. Плесните на сковородку немного розового вина. Добавьте турецкий горох и потушите в течение нескольких минут. Удалите с огня и оставьте остужаться. Добавьте порубленный чабрец, оставив немного для украшения, и посолите.

Разрежьте инжир вдоль на две половины. Выньте середину с семечками, чтобы получились формы в виде чашечек. Вы можете смешать сердцевину инжира с турецким горохом в соответствии с личным предпочтением. Наполните половинки инжира смесью с турецким горохом. Выложите их на блюдо и подавайте, посыпав рубленным чабрецом.





оралловый малиновый оживленнь
идерисп, едватенпорагу, чхиледь



Розовые креветки с атжаром из зеленого манго

Атжар был привезен в Южную Африку малайцами и состоит из разнообразных маринованных овощей и/или фруктов. Атжар должен быть приятно острым со сладковатым послевкусием. Обычно он подается в качестве приправы к карри или мясным блюдам. Пряные креветки нужно есть руками, и сопровождать деликатным южноафриканским розовым вином со свежим ароматом розовых лепестков и клубники.

½ кг небольших креветок, очищенных

2 пучка лимонной травы, подавленной и порезанной вдоль

1 столовая ложка лимонного сока

1 зубчик чеснока, мелко порезанный

Оливковое масло

Горсть свежих листьев мяты, порубленных

Положите креветки в миску и выжмите на них сок лимона. Сбрызните оливковым маслом и добавьте рубленой мяты и лимонной травы. Разогрейте в сковороде немного оливкового масла, положите креветки и жарьте их до тех пор, пока они не станут розовыми. В последний момент добавьте манговый аджар (см. ниже) и чеснок. Снимите с огня и подавайте, посыпав свежерубленой мятой.

Для аджара из зеленого манго:

2 зеленых манго среднего размера, твердых и немного незрелых

½ чашки соли

1 чашка воды

1 чашка оливкового масла

1 чайная ложка острого порошка карри

½ чайной ложки куркумыПерец чили (для вкуса), порубленный

3 зубчика чеснока, мелко порезанные

½ чайной ложки молотой шамбалы

Снимите кожуру с манго и порежьте на кусочки. Положите соль в воду и мешайте, пока соль не растворится. Опустите кусочки манго в маринад и оставьте их на ночь. Слейте маринад и уложите манго в банку. На сковороде разогрейте немного оливкового масла, добавьте порошок карри и куркуму, а затем чили, чеснок и шамбалу. Периодически помешивая, добавьте остатки масла. Подержите на огне и вылейте горячее масло на манго, остудите и уберите в холодильник на пару дней до подачи.



Салат из свеклы, клубники, граната и красной фасоли с ванильной бальзамической заправкой

Свекольный салат давно завоевал популярность как незаменимый гарнир для любого барбекю. Данный рецепт является более современной версией традиционного блюда. Хорошим дополнением к нему будет слегка сладковатое южноафриканское розовое вино гранатового цвета.

1 чашка сырой очищенной свеклы, порезанной полосками

½ чашки свежей клубники, очищенной и порезанной на маленькие кусочки

Зерна граната

1 чашка красной фасоли, замоченной и отваренной
(или используйте консервы)

1 столовая ложка оливкового масла сорта Extra Virgin

1/8 чашки бальзамической заправки (см. ниже)

Листья свежей мяты для украшения

Слейте воду из красной фасоли и хорошо промойте под холодной водой. Смешайте её в миске со свеклой и клубникой и отставьте в сторону.

Для ванильной бальзамической заправки:

В небольшую соусницу с толстым дном налейте ½ чашки бальзамического уксуса и несколько капель чистого ванильного экстракта, на среднем огне доведите до кипения, убавьте огонь и продолжайте варить, пока содержимое не превратится в сироп, стараясь, чтобы сироп не пригорел. У Вас должно получиться приблизительно 1/8 чашки заправки.

Остудите и полейте на ингредиенты салата, добавьте немного оливкового масла и украсьте зернами граната и листьями свежей мяты.



фрикадельки из страусино́го мяса

Пикантные мясные фрикадельки

Фрикадельки - это тефтели из мясного фарша, обильно сдобренные пряностями типа мускатного ореха, иногда масалы, мяты или петрушки. Для большей остроты их иногда обваливают в горчичных зернах. Закусывайте ими в перерывах между глотками трепещущего, свежего и фруктистого розового вина из Южной Африки.

500 г страусино́го (или говяжьего) фарша

1 небольшая луковица или четыре веточки зеленого лука, мелко порезанные

½ чашки панировочных сухарей

1 чайная ложка семян кумина, молотого

1 чайная ложка семян тмина, молотого

½ чайной ложки мускатного ореха, тертого

Соль & свежемолотый черный перец

2 яичных желтка, слегка взбитых

1 зубчик чеснока, мелко порезанный

Зеленые оливки без косточек, порубленные

Горсть свежей петрушки, порубленной

Мука для посыпки

Оливковое масло

Желтые & черные горчичные зерна

В миске смешайте фарш, лук, панировочные сухари, специи, соль, перец, яичные желтки, чеснок, оливки и травы. Возьмите небольшую порцию фарша, скатайте в шарик, и хорошо обваляйте в муке. Уложите фрикадельки на блюдо или поднос и уберите в холодильник на полчаса (или оставьте на ночь).

В сковороде разогрейте оливковое масло и жарьте фрикадельки на среднем огне, пока они не станут коричневыми и хорошо прожаренными. Или же выпекайте их в печи (180°C) в течение 15-18 минут до тех пор, пока они не станут золотисто-коричневыми.

Растолките горчичные зерна пестиком в ступке и обваляйте готовые фрикадельки в горчичных зернах, чтобы добавить остроты и пряного вкуса. Подавайте горячими или холодными.



Рыбные котлетки из капского лосося с кремом фреш

Капское побережье может похвастаться обилием морских деликатесов, включая разнообразных рыб и ракообразных, приготавливаемых многими способами. Рыбными котлетками лучше всего наслаждаться на открытом воздухе, на террасе в гавани, когда море плещется вокруг, или на диване, но с красивым видом. Если это не возможно, то рыбные котлетки помогут вам унести туда в своих мечтах. Они безумно вкусны в сочетании с Капским бледно-розовым вином с тонкой палитрой освежающих фруктистых ароматов.

400 г свежего капского лосося (или любая рыба с твердым белым мясом)

4 маленьких кабачка, протёртых на терке

1 зубчик чеснока, мелко порезанный

2 чайные ложки свежевыжатого сока лайма

½ чайной ложки паприки

¼ чайной ложки перца кайен (или по вкусу)

Морская соль & белый перец по вкусу

Оливковое масло

Крем фреш (густая французская сметана)

Каперсные ягоды, порезанные

Зерна желтой горчицы

Фиолетовый базилик

Поместите рыбу, маленькие кабачки, чеснок, сок лайма, соль и специи в блендер и измельчайте, пока Вы не получите однородную массу (не делайте ее слишком пюреобразной). Берите смесь небольшими порциями и скатывайте в шарики. Придайте им форму котлеток и выложите на поднос. Накройте пищевой пленкой и оставьте в холодильнике на час или два до затвердения. В сковороде разогрейте оливковое масло и жарьте рыбные котлетки приблизительно в течение 1 минуты на каждой стороне. Выложите их на бумажное полотенце для удаления избытков масла.

Украсьте кремом фреш, каперсовыми ягодками, горчичными зёрнами и базиликом. Подавайте горячими или холодными.



Приготовленный на огне стейк в корочке соли

Браайвлейс (барбекю) – это способ общения и приготовления еды на решётке над открытым огнём. Большинство южноафриканцев влюблено в мясо без всякого зазрения совести, что не удивительно, так как южноафриканские земли изобилуют мясом и дичью. Данный рецепт является быстрым, легким и неформальным способом приготовления красного мяса. В Южной Африке приготовленное на огне мясо снимают с решётки прямо на деревянную разделочную доску, на которой его режут, посыпают перцем, и затем наслаждаются им перед ужином. Попробуйте чередовать кусочки красного мяса с полнотелым розовым вином.

Органический стейк хорошего качества – предпочтительно вырезка или филейная часть

2 чашки крупной морской соли

Лучше всего готовить мясо на открытом огне. Это не совсем традиционный метод браая, так как вы не ждете, пока уголь будет готов – вы жарите мясо прямо в огне горящих деревянных поленьев.

Покройте весь стейк толстым слоем соли, положите его на решетку и держите его на открытом огне приблизительно 2 минуты на каждой стороне, в зависимости от того, насколько вы хотите его прожарить. Лучше всего делать его полусырым и сочным. Почти вся соль почернеет и отвалится.

Снимите мясо с огня и оставьте стейк на 5 минут. Разрежьте его острым ножом на тонкие ломтики и выложите их на блюдо – посыпьте черным перцем и подавайте со свежим поструганным хреном, зеленым горошковым перцем или зернистой горчицей (а лучше всего есть стейк без приправ)..



Пряные орешки в масале

Пальчики оближешь! Хрустящие, пряные и наполненные неожиданными волнами ароматов орешки лучше всего сочетаются с игристым розовым вином, сделанным Методом Кап Классик.

Оливковое масло

1 столовая ложка мелко протёртого имбиря

1 чайная ложка мелко порезанного чеснока

½ чайной ложки протёртой цедры лимона

½ чайной ложки мелко порезанного перца чили (или по вкусу)

2 чайные ложки специ масала

1–2 столовые ложки липкого коричневого сахарного песка

Соль & свежемолотый черный перец

2 чашки смешанных орешков или арахиса (или возьмите какой-нибудь один сорт орехов, например, миндаля)

На сковородке с толстым дном разогрейте немного оливкового масла и добавьте специю масала. Снимите с огня в тот момент, когда масло окрасится в желтый цвет специ.

Вмешайте коричневый сахар, добавьте мелко порезанный чеснок, имбирь, перец чили и цедру лимона, и снова поставьте на медленный огонь. Готовьте до тех пор, пока сахар полностью не растворится, а имбирь и чеснок не растают в масле.

Вылейте горячее масло на противень с орехами. Добавьте соль и перец по вкусу. Жарьте в духовке на среднем огне (180°C) в течение 12-15 минут или до тех пор, пока орешки не станут коричневыми. Охладите и закройте в герметичном контейнере (орешки будут свежими в течение недели) или подавайте их теплыми из печи.



Благодарность

Южная Африка - это красочное, животрепещущее и особенное место. Лето здесь долгое и теплое с солнечными днями, долгими сумерками и благоуханными ночами с бесчисленными звездами на небосклоне – прекрасное сочетание для отдыха с друзьями за бокалом-другим розового вина и закусками тапас. Компания «Вина Южной Африки» хотела бы поблагодарить всех, кто принял участие в создании этого буклета и сумел отобразить красоту Кейпа, его многоликих жителей, уникальной местной кухни и фруитистого розового вина.

*Рецепты, стилист продуктов
питания & фотограф*
Эрика Муди - ericajane@telkomsa.net

Второй фотограф
Элэйн Пруст - photolib@intekom.co.za

Дизайнер
Алин Балайер - aline.balayer@gmail.com

Редактор печати
Линдсэй Макгрегор - lindsaye@adept.co.za

Перевод с английского на русский
Елены Городковой – elenagorodkova@mail.ru

Редактор русского текста
Владимир Городков – vladimirgorodkov@gmail.com

Шеф-повара на съемках
Two Brown Onions: Гизель Кеннель & Абигайль Бен Егуда -
twobrownonions@gmail.com

Мартин Мосмер - mossmer@gmail.com

*Керамика предоставлена Mustardseed
& Moonshine*

Приборы ручной работы сделаны в Кейптауне, Южная Африка.

*Украшения предоставлены Галереей
Artvark Gallery*
Main Road, Калк Бэй, Кейптаун - artvark@africa.com

Copyright © 2007 - WOSA SA. All rights reserved.

Disclaimer

Wines of South Africa (WOSA) cannot accept liability for any consequences or loss arising from the use of this book or the information contained therein. No part of this book may be reproduced or transmitted in any form or by any means without permission from WOSA. Lifting rights for non-commercial, non-profit purposes will be considered on request. Those wishing to quote from this book for commercial and/or advertising purposes should make prior arrangements with WOSA, which reserves the right to request a donation to a suitable non-profit organisation.



Wines of
South Africa
variety is in our nature

Вина Южной Африки
Многообразие в самой нашей природе
www.wosa.co.za
www.varietyisinournature.com

романти
жив
свежи
оживленн
арома
романти
жив
свежи
оживленн
арома