

УВОД

„Не само великите творби на човечеството съставляват културата, а и всекидневните неща като как хората се хранят и как поднасят храната.“

Лори Колун, „Домашно готвене“

КОГАТО ЯДЕМ, ние пътуваме. Кои спомени се открояват? Ако сте като мен, опитаните ястия ще изскочат в съзнанието ви, когато си припомняте минали пътувания. Тортия, златиста и изпускаща пара, през някоя ленива неделя в Магриг; гореща шакшука за закуска в Тел Авив; стриги, извадени от черупките, хапнати върху гъсчен плот на фестивала в Уицтълбъл. Спомените ми за нещата, видени на всяко от тези места, са леко размазани и мъгляви след време. Но виж, ястията си спомням в цвят и детайл.

Както Пруст отбелязва по повод изяждането на маглените (кейкче с повърхност на мигена черупка)* с чая си, храната ни придружава назад във времето и оформя спомените ни. Отчетливите аромати, съставките и готварските техники, с които се запознаваме в разни моменти и географски ширини, са също и врата

* Писателите обичат да правят препратки към „момента на Пруст“ – оно-ва място във „В търсене на изгубеното време“, когато младият Марсел осъзнава силата на вкуса да извиква миналото – може би защото така храната се издига на по-високо ниво и споменът за нея става нещо реално в литературата, не просто сантиментална фантазия. Ето пълния цитат: „Откъде се бе взела у мен тази всеобхватна радост? Полових, че е свързана с вкуса на чая и маглената, ала самата тя безпределно нагхвърляше усещанията за тях... целият Комбре и околностите му придобиха форма и се материализираха – и градът, и градините – от моята чаша чай“. Марсел Пруст, „На път към Суан“.

към въпросната култура. Какво сме яли на чуждо място е сред най-съществените ни преживявания там – наред с посещенията в галерии и музеи, разходките и обиколките, – защото храната буквално ни дава вкуса на всекидневието.

Когато пътувам в чужбина, се стремя да открия най-типичната храна за региона и най-добрите образци от нея. Храната обобщава отликите на дадена култура и дава най-автентично прозрение към живота на хората. Всички трябва да ядат, така че въпреки огромното многообразие храната е общ език.

Покойната голяма американска новелистка и авторка на трудове за домашно готвене Лори Колуин поставя всекидневната храна наред с „великите творби на човечеството“ като съставна част от културата. Няма как да не се съглася. Багетата, любимата на французите франзела, е основата за безброй комбинации от квинтесенциални галски вкусове (от сирене до колбаси и още други). Тя е здраво вкоренена в историята* и вероятно може да ни каже повече за френската култура от лилиците на Моне. Експертът по мароканска кухня Пола Уолфърт, битник от шейсетте години, скитала от Париж до Танжер в компанията на Пол Боулс и Джек Керуак, също е на мнението на Колуин. „Храната е начин да виждаш хората“, каза ми веднъж тя. Простичко твърдение, но толкова вярно. За разлика от туристическите справочници храната дава неподправен поглед към живия, дишащ народ. Когато вкусим ястието на друга култура, започваме хапка по хапка да задълбочаваме възприятието си за нея.

Да опитваш храната на други култури е не просто

* Според едно със сигурност апокрифно сведение багетата се е появила по време на Наполеоновите войни и е била предназначена да се затъква в панталоните на войниците, за да се спести пространство в мешките на гърба. Всъщност дългите тънки хлебчета са част от френската кухня от стотици години, ала днешните стандарти за багетата вероятно датират от началото на двайсети век.

начин да опознаваш хората. Това те кара да погледнеш от по-различен ъгъл и на самата храна. Аз започнах отново да ям месо, след като дванайсет години бях вегетарианка (консумираща риба). Но макар да не ми пречеше да хапвам всякакви обрезки и карантии, агнешкото още ме притесняваше. Намразих тежката миризма на печено агнешко още от дете и това ми отвращение прерасна едва ли не до патология. Когато за пръв път срещнах ливанската готвачка Аниса Хелу, небрежно споменах за непоносимостта си към агнешкото. Тя зяпна от почуда. Каза ми, че не е възможно да пиша книга за храните по света, без да съм вкусила агнешко. Няколко месеца по-късно я посетих в апартамента ѝ в Шордич, където ядох суров агнешки кибех, и при това лапах като невидяла. Деликатно балансираната ѝ смес от седем подправки не толкова прикриваше, колкото допълваше характерния вкус на суровото месо, което консумирахме с бяло табуле. Може и да не обичам агнешко печено по английски, мирисът на което изпълваше кухнята на баба и дядо в толкова много недели, но се оказа, че обожавам сурово агнешко, приготвено по левантински. Персийското горме сабзи (агнешка яхния с подправки и червен боб) също беше една фантазия. Съставките придобиват различно звучене в другите кухни и усещането ни за тях се трансформира.

В последните години във Великобритания храната придоби статут, аналогичен на киното, литературата и музиката в поп културата, като възплъщава вкусовете на обществото за момента. Храната е израз на цайтгайт. В момента при нея са в сила глобални тенденции. В космополитни градове от Лондон до Ню Йорк и от Токио до Мелбърн посетителите се тълпят в ресторанти без резервация, където се сервират общи плаща в семпла обстановка, или пред улични търговци на сергии, продаващи гурме храна и сладки печива. Днешните най-прочути експерти в храненето – от многократно удостоявания със звезди „Мишлен“ Рене Реджени до слад-

каря Йотам Отоленги с неговите нео-средноевропейски сладкиши и телевизионната готвачка Найджела Лосън – са още един аспект на културата на знаменитостите. Налице е сериозен апетит сред любителите на храната към креативността в кухнята, произтичаща от много различни кулинарни и културни влияния с цел да се създадат уникални ястия.

Сред целия този ентусиазъм по отношение на храната и нарастващото увлечение по кулинарни тенденции (които се менят също тъй често като двезгодишния моден календар) в познанията ни за кухнята от висока класа съществуват известни празнини. Самопровъзгласилите се кулинари може и да знаят кой е Дейвид Чанг* и гордо да поръчват ястия от карантия по ресторантите или пък да пропагандират суровото мляко пред пастъризираното, но могат ли да се ориентират кое е в основата на дадена национална кухня? Как дефинираме, да речем, кухнята на Ливан или на Иран? Кое ги отличава една от друга? Кои са техните характерни вкусове, готварски техники и типични ястия? Накратко, защо хората ядат именно това или онова в различните страни и региони?

Като ви повеждам на пътешествие из четирийсет кухни по света, целта ми е да разгадая основните им качества и да ви дам възможност да въведете във всекидневieto си ястия от тях. Помнете: когато ядем, ние пътешестваме. Приемете тази книга като вашия паспорт за конкретните места и опитайте техните деликатеси, приготвени в собствената ви кухня.

* Майстор-готвач от корейско-американски произход и собственик на веригата ресторанти „Момофуку“. Чанг е спечелил две звезди „Мишлен“ и е съредактор на „Лъки Пийч“. Всеки брой на тримесечника, посветен на космополитното хранене, разглежда теми като „Рамен“, „Американската кухня“, „Преди и след Апокалипсиса“.

КАКВО Е КУХНЯ?

Уенгъл Бери, с докторска степен по селско стопанство от САЩ, казва, че яденето е селскостопански акт, като привлича внимание към факта, че онова, което ядем на конкретно място, отразява терена и климата, при който се отглежда местната продукция. Но да се взема предвид само географията е прекалено опростяване.

Всъщност кухнята е любимо отроче на географията и историята. Нашествия, империализъм и имиграция са в основата на движенията на маси към съответен регион, където те създават уникална за него, но по дефиниция хибридна кухня – като тази на Сицилия, където последователно са властвали гърци, римляни, нормани, араби, испанци, французи, а накрая и италианци. Днешните сицилиански ястия са отражение и на народите, извършвали нашествия на острова, и на богатата средиземноморска продукция, налична на него.

Научих, че никоя кухня не е „с чисто потекло“, те всичките са мелези, също тъй хибридни като среднестатистическата хрътка в кучкарника. Дори и онези с най-отличителен национален и регионален характер са резултат от различни човешки традиции, съчетани с физическата география и местното производство.* Някои кухни са много по-млади от други – тези на Новия свят например, – но познанията ни за по-скорошната история, при която те са се формирали, са увлекателен урок на тема развитието на кухнята.

Така например ще пътуваме до Калифорния не само защото съм силно емоционално привързана към това място, но и защото вярвам, че то промени начина, по който гледаме на храната. До голяма степен революцията по отношение на храната, която се извършва в

* Съществува обаче важна отлика между постепенното сливане на география и история при формирането на кухня и преднамерено „съчетана храна“, създавана от конкретен майстор-готвач в съвремието.

Обединеното кралство през последните години, произтича от Златния щат и характерния му подход към съчетаване на различни наследени готварски традиции. Те са градивните елементи на нещо съвършено ново – производно и все пак автентично.

Обичам да си мисля за кухните като за яхнии – често имат същите или подобни компоненти, но получените резултати са съвършено различни. Помислете си колко различни са индийската и мароканската храна въпреки многото фундаментални прилики: готвене в пръстени съдове, задушаване, и най-вече специфичните общи подправки, които използват: кимион, куркума, канела и безкрайни смеси на всички тях и още други. Както ще видите на картата с Пътя на подправките, взаимодействието между терена и хората – география и история – придава на всяка кухня, която разглеждам в тази книга, уникална химия и индивидуална магия.

КАК ДА ПОЛЗВАТЕ КНИГАТА

Тази книга няма амбицията да прави детайлно изследване на четирийсет различни кухни. Тя е нещо като отправна точка или ориентир за онези, които се интересуват от характерните елементи на някои от водещите кухни в света. В нея се разглеждат вкусовете и съставките – какви подправки се използват, дали се готви с олио или с масло (или без никаква мазнина), – както и начинът на приготвяне и поднасяне на ястията. Подчертала съм отличителни белези за всяка кухня, предлагайки списък с продукти за съответното посещение по време на нашето пътешествие. Дала съм и по няколко много типични рецепти за всяко място. Ако желаете да научите повече, обърнете се към специализираната литература относно конкретна кухня, писана от експерти.

Списъците с продукти не са предвидени като задължи-

телни каталози, а по-скоро дават насока към видовете продукти, с които трябва да разполагате (в допълнение към основното кухненско оборудване – гадено по-долу), когато приготвяте ястие от съответната традиция. Те включват продукти, които приемам като уникални или локализирани към конкретни места – като сечуанските чушки от провинция Сечуан в Китай, сушените зелени лимони в Иран или пиментон в Испания, – и се надявам, че ще ви вдъхновя да прочетете въпросната глава, преди да предприемете кулинарното пътешествие. Отбележете, че повечето списъци с продукти не включват съставките, които съм изброила в списъка с основни продукти за кухнята, освен ако не искам да наблегна колко масово използван е гаден продукт в конкретното място – нахут в Средиземноморието например или тахан в Ливан и Израел. Без значение колко са важни за кухнята, продукти от вида на зехтин екстра върджин и чесън не фигурират в списъците с провизии: това са неща, които присъстват във всяка добре заредена кухня независимо от конкретния регион.

Винаги съм имала твърде свободен подход към изпълняването на рецепти. Те могат да ни бъдат извънредно полезни при реалното създаване на гадено ястие, но твърде много от нас са сковани от идеята, че рецептата е набор от строги правила, което си е рецептата за провал. Съветът ми е да действате по усет. Сложете повече сол или спестете пресния кориандър, ако отговаря на вкуса ви, препечете пържолата или пържете омлетата няколко минути повече или по-малко според личното ви желание. Никой не познава небцето ви и кухненското ви оборудване като вас самите, така че си дайте креативна свобода.

По силата на същата логика, ако искате да пригответе една от тези рецепти, но не откривате някоя съставка или прибор, нека това не ви отказва. Просто заместете с най-близкото възможно. Не всеки има достъп до изобилието от турски магазини в Източен

Лондон например или притежава у дома керамичен гювеч, но аз твърдо вярвам, че можете да постигнете автентичния вкус, без да следвате рецептата буквално.

На следващата страница ще видите списъка ми с кухненско оборудване – това са принадлежности и съставки, които гледам винаги да присъстват в кухнята ми. Подобен списък вероятно ще е различен за всеки и може да установите, че моят не отговаря на вашия предпочитан начин на хранене, но от опит смея да твърдя, че нещата, които съм включила, ми дават възможност да приготвя вкусни ястия от различен характер без особено затруднение.

Макар отчасти да е справочна книга, „Гастрономически атлас“ е и до голяма степен отражение на моите лични кулинарни интереси и опит. Той разказва за местата, които съм посетила, за хората, с които съм разговаряла, и показва какво обичам да ям. Избрах само четирийсет от безбройните кухни по света, така че, естествено, има и празноти, но включих онези, които смятам за особено влиятелни по отношение на днешните ни хранителни навици. (Конкретно едно откритие за мен бе доколко персийската кухня – древните кулинарни традиции в страната, известна днес като Иран – е повлияла на много от основните кухни, които познаваме и обичаме: индийска, турска, ливанска, средиземноморска. Ще видите персийските влияния да се появяват твърде често в рамките на тази книга.) За три европейски страни (Франция, Испания и Италия), за Китай, Индия и САЩ съм включила повече от един регион. Те ми изглеждат твърде обособени и регионално нюансирани, та това оправдава групирането им в отделни кулинарни анклави.

Искам тази книга да намери място както на нощното ви шкафче в спалнята, така и до печката в кухнята – тя е толкова четиво, колкото и готварска книга. Работата ми като журналист – кулинарен критик, ми дава възможност да се срещам с невероятно талантли-

ви готвачи, специалисти по хранене и автори, от които получих и вдъхновение, и практически насоки. Във всяка глава ще срещнете авторитет по отношение на въпросната кухня. Твърде много са, за да бъдат изредени тук, но всички бяха щедри с времето, познанията и ястията си. (Бях добре хранена, докато писах книгата.)

Надявам се да ви хареса да четете „Гастрономически атлас“ и да готвите с негова помощ, да извършите вдъхновени пътувания от кухнята си, да си припомните вече посетени места и да се ентусиазирате за бъдещи пътешествия.

На добър път и добър апетит!