



receptai ir
istorijos

Mano Paryžiaus virtuvė
David Lebovitz





Mano Paryžiaus virtuvė

RECEPTAI IR ISTORIJOS

David Lebovitz

EDO ANDERSONO NUOTRAUKOS

IŠ ANGLŲ KALBOS VERTĖ EGLĖ MAČERAUSKĖ



VILNIUS 2015





Įvadas **1**

Ingredientai **13**

Virtuvės reikmenys **33**

Užkandžiai **39**

MIS-EN-BOUCHE

Pirmieji patiekalai **83**

ENTRÉES

Pagrindiniai patiekalai **125**

PLATS

Garnyrai **209**

ACCOMPAGNEMENTS

Desertai **251**

DESSERTS

Maisto sandėliukas **325**

INGRÉDIENTS DE BASE

Šaltiniai **339**

Padėkos **340**

Rodyklė **342**

SELLE A OS
COTES FILET
PREMIERES
SECONDES
DECOUVERTES
EPAULE
COLLET
POITRINE
CARRE ENTIER
TRIPERIE
FRAICHE OU CONG
FOIE DE VEAU FRAIS
TETE DE VEAU CONG
PIED DE VEAU CONG



DIDŽIAUSIAS SUNKUMAS, SU KURIUO MAN TEKO SUSIDURTI įrengiant savo pirmąją virtuvę Paryžiuje, buvo ne apskaičiuoti, kur tilps orkaitė, ir ne nuspręsti, kokius stalviršius išsirinkti. Nekamavo ir klausimas, kokios grindys geriau, kur reikės laikyti savo puodus ir keptuves arba net kokia turėtų būti mano orkaitė – dujinė ar elektrinė. Tikru iššūkiu tapo kriauklė.

Pragyvenęs Prancūzijoje dešimt metų pagaliau nusprendžiau įsigyti būstą, kurį galėčiau vadinti savo namais. Žmonės visada įsivaizdavo, kad mano virtuvė – didelė, profesionali ir įrengta pagal paskutines dizainerių madas, o iš tikrųjų visas mano darbatalis tebuvo šachmatų lentos dydžio. Rikiuojant indus, puodus ir keptuves, manęs neapleisdavo jausmas, jog ribota virtuvės erdvė man skelbia šachą ir matą. Kartais, ištuštinęs maišymo dubenį, stovėdavau kaip įbestas ir svarstydavau, kur galėčiau – ir ar išvis galiu – jį kur nors pastatyti. (Šimtus kartų neturėjau jokio kito pasirinkimo, kaip tik atidaryti langą ir padėti jį ant stogo atbrailos.) Suklypusios orkaitės temperatūra nuolat svyravo šimtu laipsnių į bet kurią pusę, todėl nuolatos tekdavo saugoti kepamus sausainius ir sukinėti rankenėles kaip bepročiui, ieškančiam tos vienintelės geros radijo stoties. Ir visa tai dėl tobulų sausainių su šokolado gabaliukais. (Džiaugsmo nepridėjo ir tai, kad retkarčiais, norint, jog orkaitės durelės neprasivertų, tekdavo jas užstumti kėde.) Tačiau kai žmogus nieko negali pakeisti, jis kažkaip sugeba pritaikyti prie aplinkybių, nors jos ir labai nemalonios. Skūstis irgi negalėjau, mat daugelis mano draugų Paryžiuje gyvena butuose be orkaitių ar net neturėjo virtuvės. (Kai kurie neturėjo net vonios kambario ir buvo priversti naudotis bendru tualetu su kaimynais, gyvenančiais tame pačiame aukšte.)

Kaipgi nutiko, kad atsidūriau tokioje pusiau neveikiančioje virtuvėje? Kai pirmą kartą prieš tuos dešimt metų atvykau į Paryžių ir ėmiausi ieškoti vietos, kurioje galėčiau įsikurti, akis užkliuvo už skelbimo apie nuomojamą *chambre de bonne* (tarnaitės kambarį), kuris, be abejonės, buvo *très charmante*. Taigi, iškart sumokėjau už statą. Atvykęs į vietą supratau, kad daugiakultūriui nekilnojamojo turto žargonu *charmante* reiškė žavingas (abiem kalbomis), tačiau tai taip pat reiškė ir gana jaukus (t. y. mažas). Tačiau negalėjau atplėšti akių nuo priešais didingai stovinčio Eifelio bokšto ir skūstis vaizdu tiesiai į istorinę Vogėzų aikštę, nusidriekusią tiesiog priešais langus. Vis dėlto pačiame bute buvo kur kas daugiau darbo, nei tikėjaisi (ar buvau susidaręs įspūdį iš nuotraukų internete).

Mano pirmoji užduotis buvo pašalinti surambėjusius, nudžiūvusių augalų rezginius, nusidriekusius per visas sienas iki pat lubų viename iš dviejų kambarių. Sausos šakos buvo tvirtos ir nesidavė pajudinamos, nors akivaizdžiai matėsi, kad jau niekada nebeatsigaus. Šaldytuvas buvo pilnas maisto likučių, kuriuos paliko

ankstesni nuomininkai, išsikėlę prieš kelis mėnesius dar iki man atvykstant. Tačiau po poros mėnesių tvarkymosi ir nuolatinio šveitimo turėjau nedidelę, bet visai padorią virtuvę, kurioje galėjau virti ir kepti, kiek tik širdis geidžia.

Atvykęs į Prancūziją, gana greitai supratau, kad vietiniai daro prielaidą, jog apie maistą neišmanau nieko, nes esu amerikietis. Daugelis manė, kad jų pareiga – mane mokyti. Kaip tą kartą, kai per spaudos pietus viena žurnalistė nusprendė pamokyti *l'américain*, kokių įvairių žalumynų esti jų salotose. Ji nepaliaudama kilnojo iš lėkštės po vieną lapelį ir mokė mane juos atpažinti. Tik tada, kai ji suklydo trečią kartą iš eilės, pasivarginau ją pataisyti.

Atvykau iš San Fransisko, kur porą dešimtmečių sukausi profesionalioje virtuvėje, aktyviai dalyvaudamas judėjimo „iš ūkio – ant stalo“ atgimime, tad ne tik gerai žinojau įvairiausių rūšių salotas, bet ir puikiausiai galėjau išvardyti bent po kelias persikų, braškių, slyvų, figų, abrikosų, sezoniškai pasirodydavusių vietiniuose turgeliuose, rūšis. Trylika metų dirbau restorane „Chez Panisse“, kuriam ūkininkai specialiai augino ir tiekė naminių gyvulių mėsą, o vietos sodininkai išdygdavo prie restorano užpakalinių durų nešini popieriniais maišais, sprogstančiais nuo saulėtų citrinų ar ankstų rytą nuo medžių skintų sunokusių figų, kurių sultys lėtai veržėsi per trūkinėjančias odeles. Daržininkai restorane pasirodydavo prieš pat vakarienės laiką, nešini mažyčių salotų raizginiais, – tokių žalių, kokias tik galima įsivaizduoti – kartu su įsi-maišiusiomis valgomomis gėlėmis, augusiomis toje pačioje lysvėje. Įlankos regione turėjau draugų, kurie skrudino ir malė kakavos pupeles, surinktas pačių rankomis. O duona su raugu, kuri atkeliavo iš „Acme“ kepyklos Berklyje ir „Tartine“ kepyklos San Fransiske, buvo lygiai tokia pat gera, kokią galima gauti Paryžiuje. Taigi, kodėl aš atsidūriau Prancūzijoje?

Šį klausimą man užduoda dažnai. Ir aš niekada nerandu tikslaus atsakymo. Mėgau svečiuotis Paryžiuje ir net keletą kartų čia leidau atostogas, taip pat lankiau konditerijos kursus Lenôtre'o mokykloje. Bet tikrai nebuvo vienas tų žmonių, kurie į savo namus tempia prancūziškas antikvarines vertybes ar kaimiškus Provanso rakandus, svajodami, kad vieną dieną persikels gyventi į Prancūziją. Mano santykis su paryžiečiais, kaip ir daugumos turistų, daugiausia apsiribojo susidūrimais su viešbučio klerkais, padavėjais ir pardavėjais. Ir nors šie susitikimai buvo malonūs, bendrauti su paryžiečiais įprastais kasdieniais reikalais lig tol neteko. Prancūziškai nemokėjau nė žodžio ir turėjau tik du draugus, kurie gyveno Paryžiuje (ir kurie, man persikrausčius čia, ilgainiui nutolo). Tiesa ta, kad iš San Fransisko išvykau paprasčiausiai be jokio plano. Tokia mano istorija.



Dėl galimybės kirsti Atlantą ir gana lengvai persikraustyti į Paryžių iš dalies reikėtų dėkoti internetui. Vis dėlto man atvykus, ne viskas pasirodė taip paprasta, kaip maniau būsią. Supratau, jog bankai čia veikia ne tam, kad duotų jums jūsų pinigus, kai jų prireikia, ir kad klientų aptarnavimas retai turi ką nors bendra su „klientais“ ar „aptarnavimu“. Norint įkurti oficialų verslą, reikalingų dokumentų sąrašas tėra tik miglota visuma popierių, kurių pareigūnai gali jūsų paprašyti, dažniausiai kai kuriuos pamiršdami, todėl tenka vaikščioti po keletą kartų (ir su didele šūsnimi popierių, mat yra reikalingos visų jų kopijos). Sužinojau, kad būti *râleur* (nuolat besiskundžiančiam) Prancūzijoje laikoma ne yda, bet būtinybe. Tiesą sakant, net patys prancūzai pripažįsta, kad jei nebūtų skundų, būtų kur kas mažiau temų pokalbiams. O aplamdyti šonkauliai man padėjo suprasti, kad trapios močiutės, kurios turguje braunasi į eilę prieš jus, turi gerokai daugiau jėgos, nei atrodo.

Nors ir nesu prancūzas, tačiau Paryžiuje gyvenu jau daugiau nei dešimtmetį ir žinau, kad jei neprastumdysiu iš šalis žmonių, besigrumdančių eilėje, niekada taip ir neatsidursiu jos priekyje. Ir kad ten įsibraučiau, kartais ir pačiam reikia paniurzgėti. Dar žinau, kad praktiškumo sumetimais reikia turėti bent kelias atsargines rašalo kasetes spausdintuvui ir šiek tiek grynujų kišenėje tam atvejui, jei banke man pasakytų, kad jiems baigėsi grynijai.

Taip pat supratau, kad Paryžius yra be galo įvairialypis miestas, kuris, kaip ir visa likusioji Prancūzija, stengiasi kabintis į viską, kas globalizacijos akivaizdoje daro jį neišvengiamai „prancūzišką“. Sėdęs rašyti knygos apie maisto ruošimą Paryžiuje, nuoširdžiai negalėjau atsakyti į klausimą, koks yra paryžietiškas maistas. Ir netgi svarsčiau, ar terminas „prancūzų virtuvė“ vis dar aktualus. Per pastaruosius kelerius metus prancūzų virtuvė patyrė keletą stiprių smūgių. Greitasis maistas nurungė tradicinę prancūzų gastronomiją, o šaldyto maisto linija „Picard“ tapo neįtikėtina populiari. Naudoti šaldytą maistą restoranuose tapo įprasta, ši tendencija įsitvirtino net garsiuose Paryžiaus restoranuose. Televizija, slaptomis kameromis nufilmavusi kelių prabangių vietos restoranų šiukšliadėžes, jose rado ne tik tuščias suvartoto šaldyto maisto pakuotes, bet net ir prancūziškos konditerijos dėžutes. (Mano nuomone, giljotinai sugrąžinti geresnės priežasties nebereikia.)

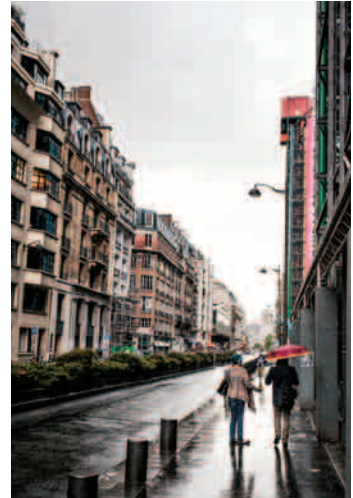
Atvykęs iš šiaurinės Kalifornijos, kur net nesugalvotum ką nors pirkti, jei nepažįsti daržoves užauginusio ūkininko ar viščiuko, padėjusio kiaušinių, vietinių likdavau nesuprastas, kai išstardavau žodžius „natūralus“ arba „vietinis“. „Prancūzijoje visa produkcija vietinė!“ – atrėžė man, kai atkreipiau dėmesį, kad šparagai ir česnakai atvežti iš Argentinos, o braškės ir pomidorai į Paryžių atvyko iš Maroko. Sausio mėnesį. (Žymėti produktų vietos kilmę reikalauja Europos Sąjunga.)

Iš beveik šimto Paryžiuje po atviru dangumi veikiančių lauko turgų vos dviejuose tikri ūkininkai prekiauja produktais, kuriuos užaugina patys. Likusieji pardavėjai – tai *négotiants*, perpirkėjai, kuriems produkciją tiekia Renžiso turgus – didžiausias turgus pasaulyje, kuris yra toks milžiniškas, kad galėtum jį pavadinti atskiru miestu. Didžiuliuose, moderniuose Renžiso turgaus pastuose, kurie pakeitė stiklo ir geležies konstrukcijų Halės turgaus paviljonus, veikusius Paryžiaus centre iki aštuntojo dešimtmečio, prekeiviai dėžėmis perka vaisius, daržoves, mėsą, paukštieną, žuvis, kurias vėliau perparduoda mažesniuose Paryžiaus turguose. Tačiau po vieno vizito, į kurį išsiruošti turėjau 2 valandą nakties, traukiniu dardėjau atgal į Paryžių ir, saulei iš miglos lėtai kylant virš mieguisto miesto, ėmiau galvoti apie tai, kaip šlovingas turgus neatpažįstamai pakeitė paryžiečių supratimą apie tai, kaip maistas yra auginamas, gabenamas ir pasiekia prekyvietes. Mąščiau, kaip šis pokytis veikia vis liūdniau atrodančią prancūzų virtuvę, kuri anksčiau garsėjo mokėjimu atrinkti geriausius produktus ir iš jų sukurti išpūdingą valgį, nesvarbu, kokie paprasti ir kuklūs tie produktai ar ruošimo būdas būtų.

Amerikoje mes buvome priversti susidurti su problemomis, kurių kildavo netinkamai ruošiant produktus. Ir vis dėlto daugelį mūsų vadina keistuoliais, nes norime valgyti kokybiškus maisto produktus. Man teko lankytis seno gero Teksaso prekybos centre, kur lentynos lūžta nuo vietoje auginamų mandarinų, citrinų ir apelsinų. Pačių įvairiausių atspalvių, tiek žinomų, tiek ir egzotiškų rūšių. Pamenu, kaip maloniai nustebau didžiulio Ohajo valstijos prekybos tinklo parduotuvėje radęs aitraus vietos gamintojų ožkų sūrio skridinėlių. O štai Manhatane, neabejotinai viename labiausiai dėl maisto pakvaišusių miestų pasaulyje, veikia ūkininkų turgus, į kurį visi produktai atvežami tik iš ūkių, nutolusių nuo miesto ne daugiau nei devyniasdešimties mylių spinduliu. (Turgus išaugo beveik iki šešiasdešimties prekystalių penkiuose Niujorko kvartaluose, kur parduodama tik vietoje išauginta produkcija, įskaitant 170 rūšių pomidorų ir 350 rūšių pipirų. Čia nerasite jokių česnakų iš Kinijos ar braškių iš Maroko.)

Amerikai prireikė keleto metų (ir kelių aukų), kad atsiderdume ten, kur esame šiandien, bet mes padarėme didelę pažangą. Dabar rankų darbo šokolado galite nusipirkti vaistinėje arba oro uoste sudalyvauti vietinio vyno degustacijoje, kiekviename prekybos centre ūkininkų pienas parduodamas stikliniuose buteliuose, meksikietiško maisto skyreliuose gaminami užkandžiai pagal autentiškas receptūras ir iš natūralių produktų, o ūkininkų turgūs klesti ir išgyvena tikrą atgimimą visoje šalyje.

Kai atvykau į Paryžių, žmonės buvo šokiruoti, kad nevalgau „McDonald’s“ maisto (šioje įstaigoje Prancūzijoje lankiausi tik vieną



LES PETITES BÊTES

Tiems, kurie mėgstate receptų knygoje ieškoti neatitikimų, turiu paaiškinti keletą *les petites bêtes* (neatitinkančių smulkmenų), kurių rasite šioje knygoje. Apie maisto ruošimą negalvoju kaip apie visais gyvenimo atvejais standartizuotą veiklą, todėl dažnai gaminu skirtingais būdais ir metodais, priklauso nuo to, ką ruošu arba kokio ruošiamo patiekalo skonio tikiuosi. Svarbiausia, kad noriu, jog ir jums pavyktų pasiekti tokį pat rezultatą, kokį pavyko išgauti man, mano paryžietiškoje virtuvėje.

Taigi kartais aš įvardiju tam tikrą kiekį (pvz., 1 šaukštelis) smulkinto česnako, o kartais rašau, kad reikia vienos česnako skiltelės. Kartais nurodau čiobrelių kiekį šakelėmis, o kartais – jau susmulkintus ir pamatuotus šaukštais. Maistas čia nėra standartizuotas ir daug kas priklauso nuo recepto, todėl ir yra skirtumų. Kartais jums reikės pasukti galvą ir pačiam nuspręsti, ar sriubai reikia šiek tiek daugiau skysčio, o gal reikės įberti šiek tiek daugiau druskos, norint, kad salotos būtų tokios, kaip jūs mėgstate.

kartą. Kaip ir visuose „McDonald’s“, jis buvo pilnas žmonių, tik ne amerikiečių...)). Esu tikras, kad iš svetur atvežama produkcija ir priklausomybė nuo šaldytų maisto produktų prancūzus pričiupo slapčia. Jie arba nesuprato, ką gali prarasti, arba jiems tai nelabai rūpėjo. Prancūzus apžavėjo modernumas, šaldytas maistas ir pigi importuota užsienio produkcija. Dirbantys žmonės turėjo vis mažiau laiko ruošti maistą, pusfabrikačiai tapo lengvai nusiperkami, „McDo“ – greita ir patogiu, o kur dar gališkasis išdidumas! Visa tai apakino ir neleido pamatyti to, kas ėmė kelti grėsmę nacionalinei virtuvei.

Pastaruosius kelerius metus Paryžiuje esti daug kulinarinės kvailybės, nes naujosios bangos virtuvės šefai nuožmioje konkurencinėje kovoje bando išsikovoti savo vietą po saule ir didinti savo populiarumą rodydamiesi televizijos laidose, kur atseit aukščiausios kvalifikacijos virėjai kaunasi tarpusavyje. Lengviau atsiškvėpiau sužinojęs, kad viename maisto festivalyje (į kurį negalėjau nuvykti) kaip pagrindinis patiekalas buvo patiektas triušienos troškiny su *Fraises Tagada*, klaikiai rožiniais dirbtinio skonio braškių zefyrais. Taip sėkmingai išsisukti man visgi nepavyko kitame renginyje, kur savo galimybes rodė jaunosios kartos virėjai: man buvo patiektas sveikas, nenuluptas apelsinas ant iešmelio (iki šios dienos vis dar nežinau, ką turėjau su juo daryti) ir žali burokėliai, pamirkyti šokolado padaže (ką daryti su šitais supratau pamatęs artimiausią šiukšlių dėžę). Niekada nesusigundžiau paragauti grybų su šokolado padažu, tiekiamų viename garsiaame restorane. Nors žiniasklaida ir pataikavo tokioms „naujovėms“, negalėjau prisiversti paragauti *chocolat chaud* su plaukiojančiomis šviežiomis austrėmis, o tunų *éclairs* (plikyti pyragaičiai) visai neviliojo. Mano galva, talentas atskleidžiamas ne tada, kai griebiamasi keistumų ar gudrybių. Talentas – tai ne gebėjimas kruopščiai išdėstyti padažo lašelius ar lengvutėmis putomis apdrabstyti lėkštę, tai – žinios ir išmanymas, kai, atiduodamas lėkštę į padavėjo rankas, esi tikras, kad patiekalo skonis bus puikus.

Laimei, pastaraisiais metais viskas ėmė keistis ir šiandien Paryžiuje egzistuoja jaunų virėjų bendruomenė, patyliųkais gaivinanti prancūzų virtuvę. Paradoksalu, bet jie tai daro grįžinėdami prie kuklių šios virtuvės šaknų – *le cuisine du marché* (turgaus virtuvės). Čia lėkštėse nerasite tirštų, riebių padažų ar įmantriai išpjaustytų grybų (su šokoladu ar be jo) papuošimų. Mėsa nebeįstiklinama stovime drebučių sluoksnyje, ji skrudinama su kaulais ir patiekama su ankštinėmis *légumes oubliés*, tokiomis kaip kininiai artiškai, maži, kamščiatraukio formos šakniavaisiai, ir *potimarron* – grakštūs moliūgai, maloniai kvepiantys kaštainiais ir turintys sodraus, turtingo riešutų skonio.

Įvertinę savo mitybą, kaip tai kadaise padarė nemažai amerikiečių, Paryžiaus gyventojai vis daugiau dėmesio ėmė skirti ekologiš-

kiems maisto produktams, natūralių maisto produktų krautuvėlėms, kuriose parduodami vaisiai ir daržovės nėra siunčiami tūkstančius kilometrų, bet pristatomi medinėse dėžėse, pažymėtose vietinio gamintojo ar ūkininko pavarde (taip, kartais parašomas net ir vardas!). Kur *tomates à la ancienne* gali nusipirkti vasarą, kada jie ir turi būti parduodami, o žiemą – violetiniais atspalviais išmargintų česnakų ir glėbius žalių lapinių daržovių. *La Ruche qui dit Oui!* yra visoje šalyje veikiantis tinklas, sukurtas siekiant suartinti Prancūzijos ūkininkus ir valgytojus. Šis tinklas suteikia galimybę paryžiečiams įsigyti vaisių, daržovių, sūrių ir mėsos tiesiai iš vietinių gamintojų viešuose bendruomeniniuose turguose (*les ruches*), kurie veikia kiekviename miesto rajone. Ir net Paryžiaus priemiesčių gyventojai, kurie tradiciškai turėjo ribotą pasirinkimą ir buvo priversti apsipirkinėti milžiniškuose prekybos centruose ar brangiuose parduotuvėse, dabar visai nebrangiai maišelį vietinės produkcijos gali prigriebti išlipę RER traukinio stotelėje pakeliui namo.

Kitas pokytis, turėjęs daug įtakos paryžiečių valgymo kultūrai, yra tas, kad virtuvių šefai ir valgytojai jau yra keliavę ne tik po Prancūziją, bet ir po pasaulį, ir matę, kaip valgoma kitose šalyse. Ir nors prancūzų virtuvė išties yra nepaprasta, šie keliautojai suprato ir ėmė rimtai vertinti kitų pasaulio virtuvių autentiškumą be poreikio jas „suprancūzinti“, kaip tai paprastai buvo daroma. *La cuisine mexicaine* nėra pica su šviežios papajos juostelėmis ir konservuotais kukurūzais. *Le cheeseburger* – tai ne perkepęs jautienos kotletas su apelsinų spalvos sūrio griežinėliu, išpraustu į vatos purumo prekybos centro bandelę, bet sultingas *Aubrac* jautienos maltinis ant skrudintos bandelės, keptos vietinėje kepykloje, su griežinėliu tikro sūrio, švelniai ištirpusio ant viršaus. O *tapas* vadinami skanūs vietos kumpio kąsneliai, vytinta ir sūdyta mėsa ar jūrų gėrybės, patiekiami ispaniškuose baruose, o ne tiesiog bet kas, kas gali būti įmetama į mažą lėkštę.

Nors prancūzų kalboje ir nėra termino *foodies* atitikmens (šis žodis, skirtas maisto mėgėjams apibūdinti, tapo populiarus visame pasaulyje), jaunoji karta, anksčiau vengdavusi senų užkandinių ir *brasseries*, pradėjo geresnio maisto paieškas ir vis dažniau lankosi vyno baruose, kur maistas ir jo patiekimo maniera kur kas labiau dera su šiuolaikiniu skoniu ir gyvenimo būdu: prancūziški sūriai ir dešrų asorti – užkandžiams, keletas rūšių salotų, siūlomoms kartu su prancūzišku vynu, dažnai *les vins naturels*, kurio pasirinkimas tikrai nemažas. Personalas čia visada jaunas, energingas ir draugiškas, todėl vyno barai puikiai tinka neįpareigojančiai vakarienei. Tinka taip, kad daugelis jaunosios kartos virtuvių šefų, turinčių populiarius restoranus, greta jų atidarė ir *bar à vin*, kuris vilioja laisvesne atmosfera ir kokybišku maistu.



O kur dar – *mon dieu!* – nesuskaičiuojama daugybė prancūzų virėjų, mokslus baigusių ne Prancūzijoje. Jie grįžo į savo gimtąją šalį ir ėmėsi ieškoti vietinės produkcijos; jie atkreipė dėmesį į tokias tausias žuvis kaip sardinės ir skumbrės; virtuvėje jie naudoja tokias maisto ruošimo technikas kaip rauginimas ir *sous-vide*, tam, kad maistas turėtų daugiau skonio ir būtų galima eksperimentuoti su įvairiomis tekstūromis. Viso to šie virėjai išmoko už Prancūzijos ribų, tokiose šalyse kaip Amerika, Anglija ar Australija. Amerikoje populiarus „Pasidaryk pats“ judėjimas atgaivino praeityje populiarias idėjas, taip paversdamas jas šiandienos virtuvės kasdienybe. Paryžiuje daugelis daro taip pat – pasitelkdami senovines prancūzų virtuvės technikas ir išaukštindami produktų kokybę ir senąsias tradicijas, atskleidžia tikrąją prancūzų virtuvę. Jei tada, kai persikėliau į Paryžių, kas nors man būtų pasakęs, kad vieną dieną čia atsiras aukščiausios klasės *taquerias* ir mėsainių restoranų, būčiau palaikęs jį visišku *fou* (bepročiu). Kai kurie amerikiečiai negali suvokti, kaip kas nors gali norėti valgyti meksikietiškus kukurūzų paplotėlius arba korėjiečių *bibimbap* Paryžiuje, nors patys nemano, kad keista tai valgyti Niujorke ar Sietle. Tačiau skoniai ir tradicijos keičiasi.

Paryžius vystosi globaliame pasaulyje. Prancūzai nėra ir neturėtų būti tvirtai prisirišę prie savo kulinarinės praeities. Nors tiesa, kad sąvoka „pokytis“ prancūzams sunkiai suvokiama (žinant šlovingą tautos praeitį, sunku juos kaltinti), esu sužavėtas, kaip jauni virėjai ir valgytojai padeda prancūzų virtuvei kilti į aukštesnę lygį.

• • •

Mano supratimą apie virtuvę stipriai paveikė vietos, kuriose teko gyventi ir kur esu dabar. Kaip virtuvės šefui man didžiulę įtaką padarė Šiaurės Kalifornija, kur klimatas ir reljefas primena Prancūziją. Maistas, kurį ruošiu, yra turtingas aromatingų skonių, kur dominuoja česnakai, šviežios prieskoninės žolelės, sultingi kaulavaisiai ir žeme kvepiantys šakniavaisiai, taip pat dosniai naudoju alyvuogių aliejų. Ir dėl garsios San Fransisko šokolado gamybos istorijos, – pradėdant Etienne’u Guittard’u, prancūzų išeiviu, įkūrusiu savo įmonę San Fransiske 1868-aisiais, aukso karštligės metais, ir baigiant dabartiniais rankų darbo šokolado kūrėjais, gaminančiais įspūdingo skonio šokoladus, – esu linkęs šiek tiek persistengti su šokoladu, kurį, kaip matysite, naudoju kurdamas daugelį savo desertų. (Ir to visai nesigailiu!)

Maisto ruošimo procesas man paprastai prasideda apsipirkimu, dažniausiai vietiniame turguje, greitai akimis peržvelgiant prekystalius ir ieškant, kurio prekeivio krepšiuose gražiausios šviežios braškės. Pasistiebiu per eilę, kad pažiūrėčiau, ar vyresnio

amžiaus dvyniai, auginantys savo daržoves vos keli kilometrai už Paryžiaus, iš kurių vienas, kaip ir aš, išpažįsta meilę kartiems žalumynams, turi mėsingų, tvirtai atrodančių smailių *frisée* (garbanotųjų) salotų gūžių. Arba žvalgausi, ar kas nors gali turėti tausios žuvininkystės rajonuose sužvejotos sūdytos menkės. Viską apžiūrėjęs, pradedu: čiumpu didelius maišus susiraukšlėjusių, mėsingų alyvuogių ir stabteliu vietinėje *fromagerie* nusipirkti tądien rekomenduojamo sūrio gabaliuko (jie dar niekada manęs neapgavo ir taip užsitarnavo beatodairišką mano pasitikėjimą). Neišvengsi kalbos su nuolat besišypsančiu tamsaus gymio prekeiviu, kuris suvilioja kiekvieną moterį – ir keletą vyrų – prieiti prie savo prekystalio, kur siūlo didžiulį rūkytos ir vytintos mėsos iš Overnės pasirinkimą. Jis gudriai tiesia gabaliuką kitą paragauti, žinodamas, kad tam, ką jis siūlo, neįmanoma atsispirti. (O tai, mano galva, yra visai gražus žingsnis, nes, jei sąžiningai, tai jis galėtų tiesiog praleisti ragavimo dalį ir stovėdamas už prekystalio man šypsotis.) Arabų kilmės vyrukai visada turi tokių produktų, kurių negaliu rasti niekur kitur, pavyzdžiui, daržinių builių šaknų ir aitriųjų paprikų, kurios, jie išpėja, yra „très pimenté!“ – ir tai verčia mane panorėti nusipirkti viską, ką jie turi. Ir jau visai prieš keliaujant namo, visada stabteliu ties guvių dvynių prekystalium, kur krepšin išimtu ridikėlių baltomis viršūnėlėmis ir kelias gūžes spalvingų rausvųjų salotų. Turbūt nebereikia sakyti, kad namo visada grįžtu prisipirkęs visko gerokai daugiau, nei ketinau.

Mums, gyvenantiems Prancūzijoje, pasisėkė, kad tiek daug maisto produktų, kuriais ši šalis gali didžiūotis, vis dar yra aukštinama ir plačiai prieinama, – nuo puikių nepasterizuoto pieno sūrių ir šviežių kaimiškų kiaušinių ryškiai oranžiniais tryniais iki laukinės žvėrienos, žiemos mėnesiais patiekiamos restoranuose, ir kvapiųjų *Gariguette* braškių, kurių aromatas mane vilioja kiekvienos vasaros pradžioje, vos tik jos pasirodo.

Per pastaruosius kelerius metus kitos kultūros smelkte per-smelkė Paryžių, o apsipirkimas daugiakultūre atmosfera dvelkiančiuose rajonuose ir *épicerie*s mano gaminimą nuvedė tokiomis kryptimis ir keliais, kurių niekada nebūčiau atradęs, jei būčiau gyvenęs kur nors kitur. Dabar gyvenu Paryžiuje, kur ruošiu maistą iš prancūziškų gėrybių *les richesses*, o šios šalies kultūrinė bei kulinarinė įvairovė diktuoja tai, ką verdu ar kepu.

• • •

Kaip buvęs profesionalus virtuvės šefas, žinau, kad svarbiausias asmuo virtuvėje yra tas, kuris plauna indus, o kriauklė yra visos virtuvės centras. Kai sėdau planuoti nuosavą virtuvę Paryžiuje, žinojau – kriauklė privalo būti didelė ir ganėtinai talpi plauti



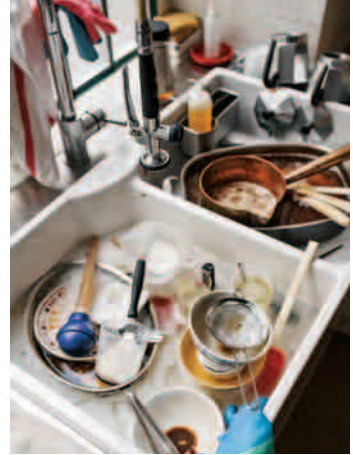


daržoves ir didelius puodus bei keptuves. Mintyse regėjau viziją, kaip stoviu prie vienos iš tų prancūziškų kriauklių, dažnai ap- tinkamų senose trobose, prie blizgios porceliano gražuolės, kuri rūpinantis geros vakarienės ar popietės virtuvėje matematika, sklidinai prileidžiama vandens.

Tačiau rasti didelę, plačią ir atvirą kriauklę nebuvo taip len- gva. Teko susidurti su realybe, kad senos geros prancūziškų trobų kriauklių dienos – jau seniai praeityje, ir jei tokios užsigeidėte, teks pirkti trobą, kurioje ji įmontuota, ir išsilupti kriauklę sau. Paieškos internete nuvedavo mane iki Amerikos ar Anglijos, o paieškos Paryžiaus santechnikos parduotuvėse baigdavosi sumi- šusiais pardavėjų žvilgsniais. Jie tiesiog negalėjo patikėti, kad kas nors norėtų tokio didelio nepatogumo savo virtuvėje. Bet aš buvau atkaklus.

Vieną vėlyvą naktį atsitiktinis žodžių derinys netikėtai mane nuvedė į svetainę, kurioje kažkas siūlė pirkti lygiai tokią kriau- klę, kokios aš ieškojau. Truputį naudotą, tačiau puikiai išlaikytą. Kriauklė buvo dviejų dalių, gili ir pakankamai plati, kad galėčiau joje plauti kepimo skardas, emaliuotus olandiškus troškintuvus ir vaisių uogienių bei želė indus. Taigi, vieną ledinį sausio sekmadie- nį išvažiavau į Lilį, Šiaurės Prancūziją, kur, įgrūdęs masyvią kriau- klę į savo „Citroën“ furgoną, prieš traukdamas atgal į Paryžių dar pasistiprinau vietinių pasididžiavimu – *moules frites* (moliuskai su gruzdintomis bulvytėmis) ir *merveilleux* (žr. 281 p.).

Nors orkaitę naudoju tikrai dažnai (kur kas dažniau nei anks- čiau, nes dabar jau iš tikrųjų galiu uždaryti dureles), taip pat kaip ir šaldytuvą, virtuvės kombainą, maišytuvą, menteles, plaktuvus, gremžtukus ir grūstuvę, būtent kriauklė, kurios paieškos užtru- ko savaitę savaites, yra tas virtuvės daiktas, kuris reikalingas ruošiant daugelį nuostabių patiekalų. Pradėjus, įpusėjus ir baigus ruošti valgį. Tai pirmoji vieta, kur vos tik nubudęs einu prisileisti vandens savo balintai kavai. Vėliau, jau įdienojus, vieną iš kriau- klės pusių prileidžiu vandens, kad galėčiau nuplauti lapinius bu- rokėlius ir prancūziškų ridikėlių ryšelius, parsineštus iš turgaus. Likusią dienos dalį galite matyti mane vaikstant pirmyn atgal iki kriauklės, leidžiant vandenį į puodus ir matavimo puodelius, švei- čiant pjaustymo lentelę ir skalaujant peilius ar maišytuvo dubenė- lius... O kartais palinkus virš kriauklės ir bandant sugauti lipnias sultis, tekančias rankomis nuo Provanso persikų arba sunokusių prancūziškų sviestinių kriaušių. Galiausiai, vakaro pabaigoje, sto- vėdamas prie kriauklės dairausi į pritemdytus savo paryžiečių kai- mynų langus ir visiems svečiams išsiskirsčius namo baigiu plauti indus. Prieš guldamas į lovą, kriauklę greitai iššveičiu, taip paruoš- damas ją kitai dienai, kai viskas prasideda iš naujo.



Kai atvykęs į Paryžių pradėjau gaminti, nustebau, pamatęs, kaip prancūzų receptai skiriasi nuo amerikietišku. Permeskite greitai žvilgsniu ir pamatysite, kad prancūzų receptai daugiau nei dvigubai trumpesni, o net pačių sudėtingiausių konditerinių pyragaičių ruošimo etapai sumažinti iki trijų ar keturių trumpų sakinių. Keptuvių dydžiai niekada neminimi ir nėra jokių įžangų, gal tik vos keli *astuces* (patarimai) parašėse. Gaminimo metodų specifika nepaaiškinta, kaip ir tai, kokios būtų rekomendacijos paruoštam maistui laikyti. (Manau, kad tikriausiai dėl to, jog viskas iš karto suvalgoma.)

Amerikietiškas karamelės receptas galėtų atrodyti maždaug taip: „Didelėje, plačioje keptuvėje paskleiskite 1 stiklinę smulkaus cukranendrių cukraus. Kaitinkite ant vidutinės ugnies, kol cukrus ištirps. Jei vos pradėjus masei skystėti krašteliai parudavo, naudodami karščiui atsparią mentelę ištirpusį cukrų švelniai pamaišykite nuo kraštų centro link, bet tik tiek, kad cukrus virtų tolygiai. Cukrui ir vėl pradėjus kaisti, pavartykite keptuvę, kad išvengtumėte susicukravusių gabalų tose vietose, kur keptuvė liečiasi su ugnimi. Kai cukrus pradės rūkti ir burbuliuoti – karamelė paruošta. Nukelkite keptuvę nuo ugnies ir atidėkite į šalį.“

Prancūzijoje tas pats receptas tiesiog nurodytų *Caraméliser une tasse de sucré* (žodis *tasse*, verčiamas kaip „puodelis“, reiškia sklidiną kavos puodelį, o ne tiksliai išmatavimų indą ir tai daugumą keptųjų tiesiog siutina).

Kai į savo virtuvę pasikviečiau draugus prancūzus, įskaitant tuos, kurie atėjo pademonstruoti recep-

tų mano knygai, daugelis jų liepė man nustoti viską užsirašinėti ir tiesiog stebėti, ką jie daro. Man buvo pasakyta, kad gaminti reikia *au pif*, arba „iš nosies“, kas prancūziškai reiškia virti „iš jausmo“, kurį jie aiškiai parodydavo baksnodami šnerves pirštais. (O tada aš liepdavau parodyti, kad po šio gesto jie nusiplovė rankas prieš tęsdami gaminti maistą.)

Reikalas tas, kad mes vis labiau esame priklausomi nuo receptų, smulkiai aprašančių kiekvieną veiksmą, todėl mums nebereikia galvoti patiems. O galbūt pradėjome nebepasitikėti savo pačių instinktais. Turėdamas receptų klauzimų, nuolat sulaukiu žmonių klausimų, kiek sveria „1 vidutinio dydžio bananas“ (su žieve ir be jos), kuo pakeisti cukrų ruošiant desertus ar kokių konkrečių pakeitimų reikia naudojant kokybiškus, taip pat tokius europietiškus produktus, kaip labai riebus sviestą, daug baltymų turinčius miltus ar aukštos kokybės šokoladą.

Į šiuos klausimus nėra teisingų ar neteisingų atsakymų: jie tik parodo, koks sudėtingas kai kuriems tapo maisto ruošimas ir kaip žmonės linkę pernelyg daug galvoti apie tokį malonų procesą, kaip šokoladinio torto kepimas ar paprastų salotų ruošimas. Manau, kad iš dalies prie to prisidėjo analitiniai žurnalai ir receptų knygos, maisto ruošimo procesą paversdami ypač tiksliau. Turiu kaltai prisipažinti, kad man taip pat patinka juos skaityti. (Nors nesilaikau jų tarsi Šventojo Rašto, nes nesu tikras, ar noriu valgi paversti standartizuota formule.) Žurnaluose, receptų knygoje gali pamatyti tobulai atrodančius sausainius, pagardus

ir (arba) keptą mėsą – maistas atrodo taip gražiai paruoštas, kad yra vertas tik grožėjimosi iš tolo ir visai neprimena to, ką norėtumėte pagaminti ir valgyti namuose.

Kai sukuosi virtuvėje, žinau, kad reikės pasitelkti protą ir pasitikėti savo pojūčiais, nepaisant to, kaip atidžiai sekčiau receptu. Nėra tokio recepto, kuris galėtų mums pasakyti, kaip ilgai sekundžių tikslumu reikia kepti mėsą, kad būtų iškepusi taip, kaip mėgstame, arba kada, ruošiant salotų užpilą, šliūkštelėti dar vieną lašelį acto. Tiesiog neįmanoma į vieną receptą surašyti, kokio storio griežinėliais supjaustyti jautieną, arba kuriame būtų atsižvelgta į kiekvieną alyvuogių aliejaus tipą ir kiekvieno acto rūgštingumą. Orkaitės taip pat skiriasi (net ir pačios profesionaliausios), kepimo laikas gali būti ilgesnis ar trumpesnis, nei nurodyta, priklausomai nuo naudojamų kepimo indų, o maisto produktai gali kisti atsižvelgiant į sezoną, sunokimo laiką ir geografinę platumą.

Ruošti maistą *au pif* reiškia, kad kepsnį orkaitėje jums greičiausiai reikės patikrinti dar nepasibaigus nurodytam kepimo laikui. Jei manote, kad užpilui reikia daugiau česnako, reikės pridėti jo daugiau ar įberti druskos pagal savo skonį. Receptai tėra gairės, pradžios taškai, nuo kurių virėjams tereikia atsispirti. Vadovaukitės jais, tačiau raskite savo kryptį. Kad ir kaip norėčiau atsirasti jūsų virtuvėje, Paryžiuje ar kur kitur, negaliu to padaryti. Taigi siūlau jums pirmti prancūzišką požiūrį į virtuvę ir gaminti „pagal nosį“. Tik prieš tai būtina nusiplaukite rankas.

**PRODUCTEUR
AUVERGNAT**



Ingredientai

MAISTO PRODUKTŲ PIRKIMAS YRA NE TIK PIRMOJI MAISTO ruošimo dalis, bet ir pati svarbiausia (ir įdomiausia) dalis. Rinkdamasis produktus praleidžiu beveik tiek pat laiko, kaip ir iš jų ką nors gamindamas. Sunku paruošti gerą valgį turint prastų produktų, bet jeigu vykusiai apsipirkote, paruošti gerą vakarienę bus vieni juokai, nes didžiausias darbas už jus jau padarytas.

Man niekada nepatiko posakis „valgome akimis“. Nežinau, kaip jūs, bet aš valgau burna ir man mažai rūpi, kaip maistas atrodo, bent jau tol, kol jis yra skanus. Kas iš to, jei maistas atrodo įspūdingai, tačiau yra prėskas? Gal kaimiškas viščiukas ir nebus toks išsipūtęs kaip užaugintas paukštyne, tačiau man jis bus kur kas patrauklesnis. Geriau rinksiuosi paprastą, dėmėtą obuolį, kuris nebuvo auginamas tam, kad gerai ištvirtų kelionę aplink pasaulį, nei tobulai simetrišką vaisių. Visada įtariai žiūriu į pomidorus, kurie yra pernelyg apvalūs ir lygūs, ypač šiltnamiuose auginamų veislių pomidorus, kurie parduodami su koteliais. Nors ir atrodo kaip tikrų tikriausi pomidorai, tačiau nuobodį jų išvaizda ir prėskas skonis primena, kad geriau jau palaukti vasaros.

Nesiskundžiu, jei, prieš ruošiant daržoves, tenka nuo jų nuplauti šiek tiek žemių. Ir, kaip tikri prancūzai, naminius paukščius ir žuvis mieliau renkuosi su galvomis – tik taip galiu pats įvertinti, ar jie švieži, ar ne. Man patinka žiūrėti, kaip mėsininkas aštriais lyg skustuvus peilio ašmenimis už mane atriekia kelis gabalus kepsniams. Aš neįstengiu praeiti ir pro turgaus *volailier* griliuje besisupančias vištas, nenusipirkęs ant iešmo keptos *poulet fermier*, į kurią dantis suleidžiu, vos tik grįžęs namo.

Yra žmonių, kurie sako, kad eiti apsipirkti reikia be jokio recepto mintyse: kliautis tik tuo, ką rasite turguje, ir taip sukurti savo meniu. Niekada nemaniau, kad tai gera mintis, kol nepersikėliau į Prancūziją ir supratau, kad pasirinkimas turguje kur kas didesnis, nei tas, kurį turėjau Kalifornijoje. Paryžiuje net ir sezono metu turgus savaičių savaitėmis gali būti perpildytas figų, kol vieną dieną, kai tau jų prireikia, jos ima ir dingsta iki kitos savaitės, kai ir vėl pasirodo ant prekystalių. Turgaus dienomis išmokau at-eiti ramiai nusiteikęs, turėdamas tik miglotą idėją, ką noriu tą dieną gaminti, ir stengiuosi būti veikiau lankstus nei užsispyręs.

Tačiau globalizacija išliūkino į Prancūziją – kaip ir visur kitur – ir visai nesvarbu, kur apsiperkate, daugelis produktų yra prieinami visais metų laikais. Nenoriu vyšnių žiemą ar šparagų rudenį. Žiemą aš noriu mandarinų, pavasarį šparagų, vasarą persikų ir kriaušių bei obuolių rudenį. Net ir daržovės, kurių paprastai nelaikome sezoninėmis, tokios kaip česnakai, daržiniai porai ar bulvės, vis dėlto auga tam tikru metų laiku, ir geriausia, ką galite padaryti, tai šito paisyti.

Nesivaikau etiketės „ekologiška“, kur kas daugiau dėmesio skiriu produktams turguje, parduodamiems vietinių augintojų

ar gamintojų kaimynystėje. Turguje dairausi tų prekystalių, kur žmonės parduoda tai, ką patys užaugino ar surinko. Gal aš ir navius, bet atsisakau tikėti, kad žmonės, parduodami kauges savo augintų vaisių ir daržovių, būtų neapgalvotai tręšę jas pesticidais. Jaučiuosi geriau pirkdamas iš tų prekeivių, kurie patys asmeniškai investavo į tai, ką jie augina ir parduoda. Ir man tai leidžia viduje pasijusti truputį rožiniam ir pūkuotam: manyti, kad galiu padėti žmonėms, kurie yra tos pačios bendruomenės, kuriai priklausau aš, nariai. Naudoju tik ekologiškus arba nepurkštus citrusinius vaisius, kai patiekalui reikalingos vaisių žievelės, ir siūlau jums elgtis taip pat.

Visgi jaučiuosi nepatogiai, matydamas žmones, kuriems ma- niakiškai rūpi produktų kokybė, mat kiekvienas mūsų turi skirtingų galimybių ir biudžetą, be to, atsižvelgiant į vietą, skiriasi ir produktų pasiūla. Rankų darbo šokoladas yra puikus, kai norisi pasilepinti, tačiau ypatingo jo skonio tikrai nesijaus, kai bus ištirpintas ir įmaišytas į torto tešlą kartu su sviestu, kiaušiniiais ir miltais. Nemanau, kad 39 dolerius kainuojantis vyno butelis turėtų būti naudojamas *coq au vin* padažui (žr. 177 p.). Prieš kelerius metus teko dalyvauti akloje degustacijoje su geriausiais San Fransisko kepėjais, ir sviestas, kuris užėmė antrąją vietą, buvo nupirktas paprastame prekybos centre (pirmąją vietą gavo atvežtinis, prancūzų gamintojo sviestas). Taigi, net jei Paryžiuje kepdamas jūs nenau- dojate prancūziško sviesto, kuo puikiausiai galite išsiversti su tuo, kurį randate ten, kur gyvenate.

Ančiuviai

Daugumos žmonių pažintis su ančiuviais prasidėjo tada, kai pas- tarieji, lyg nepageidautini svečiai, pasirodė ant picos. Tokie ančiu- viai paprastai yra pačios prasčiausios kokybės, minkšti ir stipraus skonio. Jie neturi nieko bendra su kokybiškais ančiuviais, kurių galima rasti specializuotose prancūziškais, itališkais ar ispaniškais produktais prekiaujančiose krautuvėse. Sunku parekomenduoti konkretų prekės ženklą, todėl patarimo prašykite parduotuvėje. Kaina taip pat galėtų būti kokybės rodiklis. Kai kurie teigia, kad druskoje laikomi ančiuviai yra geresni nei užpilti aliejumi, tačiau abiejį gali būti kokybiški, priklauso nuo gamintojo. Ančiuvių pa- sirinkimą dažniausiai riboja tai, ką galima įsigyti parduotuvėje, ir koks jūsų biudžetas.

Geros kokybės, aliejumi užpilti ančiuviai yra plačiai prieina- mi Prancūzijoje, todėl aš pats irgi esu linkęs rinktis tokius. Juos galima naudoti tiesiai iš stiklainio. Sūdyti ančiuviai druskoje par- duodami sveiki ir, norint juos paruošti, pirmiausia reikia gerai išmirkyti ir išrankioti kaulus. Pamerkite ančiuvius į šaltą vandenį



maždaug dešimčiai minučių. (Jei ančiuviai labai sūrūs, galite užpilti pienu ir laikyti šaldytuve dvigubai ilgiau.) Kai suminkštės, įkiškite nykštį į ančiuvio vidų ir braukite palei žuvelės nugarą išilgai per visą nugarkaulį link uodegos, išskleiskite žuvį ir pakelkite nugarkaulį iš vienos pusės. Dabar jau galite visiškai ištraukti stuburą. Pašalinkite visus pelekus ir nuplaukite po šaltu vandeniu.

Šoninė

Prancūzijoje šoninė gali būti rūkyta (*fumé*) arba nerūkyta. Iš mano receptų pamatysite, kad gamindamas aš ją naudoju dažnai, nes man ji patinka lygiai tiek pat, kiek ir prancūzams (ir amerikiečiams). Tačiau prancūzų virtuvėje šoninė kur kas dažniau naudojama kaip prieskonis, o ne kaip traškus garnyras, patiekiamas su pagrindiniu patiekalu. Man patinka, kad troškinama šoninė suteikia specifinį prieskonį, pavyzdžiui, ruošiant grikinę polentą su troškintais žalumynais, dešra ir be lukšto virtais kiaušiniams (žr. 158 p.) ar vištieną su garstyčiomis (žr. 169 p.).

Prancūziška šoninė beveik visada bus supjaustyta stačiakampiais, maždaug 1,5 cm storio spirgučių dydžio gabaliukais arba kubeliais.

Stengiuosi vengti stambių gamintojų parduodamos šoninės, kuri, mano galva, yra pernelyg vandeninga, todėl kumpį geriau perku iš mėsininko arba ūkininkų turguje. Laimei, geros šoninės galima rasti ir daugelyje prekybos centrų. Šios knygos receptuose nurodoma, kada naudoti rūkytą, o kada nerūkytą šoninę. Jei recepte rašoma, kad reikia nerūkytos šoninės, taip pat galite ją pakeisti itališka vytinta šonine, kurios tikrai rasite daugelio mėsos parduotuvių ar prekybos centrų lentynose.

Sviestas

Prancūzijoje yra dvi sviesto rūšys: geras ir puikus. O jei rimtai, gamindami prancūzai naudoja tiek sūdytą (*demi-sel*), tiek ir nesūdytą (*doux*) sviestą. Sūdytas sviestas gerokai išpopuliarėjo per pastaruosius kelerius metus, kartu su garsiuoju karameliniu sūdyto sviesto padažu (žr. 334 p.), kilusiu iš Bretanės. Šis Prancūzijos regionas garsėja kone visiška priklausomybe nuo sviesto (kaip tik dėl to ir mėgstu lankytis tame krašte), o sviestas yra sūdomas tam, kad ilgiau išliktų šviežias. Ėmiau daryti tą patį, kaip ir daugelis kitų sviesto mėgėjų.

Nemažai komercinių sviesto gamintojų Prancūzijoje siūlo išgyti sūdyto sviesto *aux gros cristaux de sel*, su dideliais druskos kristalais, įmaišytais į sviesto masę, kurie, sviestą laikant ilgai, pradeda tirpti. Kaip tik tokį sviestą renkuosi tepti ryte ant riekės

skrudintos duonos, kurią vėliau pagardinu trupučiu grikių mėsais. Tokį sviestą galite pasigaminti patys – įmaišykite maždaug ¼ ar ½ šaukštelio stambių druskos kristalų į 115 g minkšto nesūdyto sviesto ir vėl jį užšaldykite.

Vis dėlto kepdamas aš paprastai naudoju nesūdytą sviestą, dažniausiai tik todėl, kad kaip tik tokio skonio žmonės tikisi iš torto ar sausainių. Išmintis diktuoja, kad nesūdytas sviestas yra šviežesnis. Tačiau šiais laikais toks klausimas jau nekyla ir ruošdamas saldžius patiekalus aš dažnai naudoju sūdytą sviestą, bet sumažinu druskos kiekį arba neberiu jos visai. (Tiems, kuriems patinka matematika, galiu pasakyti, kad 115 g sūdyto sviesto yra maždaug ¼ šaukštelio druskos.) Jei recepte nurodytas tik nedidelis kiekis sviesto, pavyzdžiui, 2 ar 3 šaukštai, galima naudoti arba sūdytą, arba nesūdytą sviestą, jeigu neparasyta kitaip.

Sūris

Sūris Prancūzijoje – ne prabangos prekė, o gyvybiškai svarbi prancūziško gyvenimo dalis. Kaip ir vynas, sūris yra didžiausia tiesioginė *terroir* išraiška, kuri suvokiama, kaip visuma tam tikrų savybių, būdingų tik tos vietovės, kurioje produktas gaminamas, klimatui, dirvožemiui ir orui. Ir būtent dėl tų savybių sūriai ar kiti produktai skiriasi vieni nuo kitų. Kartą teko dalyvauti vienoje vyno degustacijoje, kurią vedė mano bičiulis someljė, ir kažkas paklausė, ar *terroir* yra š*do krūva. Mano bičiulis sureagavo taip, tarsi jo sielą kas būtų išplėšęs ir sutrypęs. Amerikoje mes taip pat turime *terroir* koncepciją, tačiau ji nėra suprantama taip, kaip Prancūzijoje. Jei manimi netikite, paragaukite kalifornietiško ir prancūziško *chardonnay* ir suprasite skirtumą.

Egzistuoja šimtai prancūziškų sūrių ir dauguma jų yra skirti valgyti tokie, kokie yra (žr. skyrių „Sūris kaip patiekalas“, 247 p.), nors kai kurie sūriai dažnai yra naudojami ir maistui ruošti. Vienas populiariausių sūrių Prancūzijoje yra kontė ir gamindamas aš dažnai jį naudoju. Tai riešutais kvepiantis nepasterizuoto pieno kalnų sūris iš Jura regiono. Panašaus skonio yra ementalis, griujeras ir jarlsbergas, todėl juos taip pat galima naudoti. Amerikoje panašūs sūriai yra vadinami šveicariškais sūriais ir gali būti naudojami gaminant pagal tuos receptus, kuriuose nurodoma, kad reikia kontė sūrio, tik pasistenkite rasti geros kokybės.

Mėlynieji sūriai gaminami į sūrį įskiepijant sporų ir pelėsių, kurie bręstantį sūrį išvagoja banguotomis mėlynomis arba mėlynai žaliomis gyslomis. Dauguma jų yra saldaus sviesto skonio su šiek tiek rūgštelėjusiu poskoniu. Rokforas – ypatingas mėlynasis sūris, daromas iš avių pieno ir papildytas supelijusios ruginės duonos



sporomis. Yra tik septyni tikrojo rokforo gamintojai, o jo skonis skiriasi iš kitų mėlynųjų sūrių. Renkuosi jį žiemiškoms salotoms (žr. 98 p.), nes ypatingas jo skonis tikrai skiriasi nuo visų kitų mėlynųjų sūrių ir šioms salotoms labai tinka. Tačiau galite naudoti ir kitą mėlynąjį sūrį. Labai gerų mėlynųjų pelėsių sūrių gaminama ir JAV, Danijoje, Jungtinėje Karalystėje.

Ožkų sūris Prancūzijoje labai populiarus. Minkšti, švieži ožkų pieno sūriai savo tekstūra panašūs į grietinėlės sūrius ir idealiai tinka tepti ant duonos. Tie, kuriuos veža iš Prancūzijos pietų, paprastai vadinami montrašė, tačiau yra ir daug kitokių ožkų sūrių, gaminamų kitose šalyse. Brandinti ožkų sūriai yra aitresnio ir stipresnio skonio, o juos dengia kietesnė pluta. Nors jie labai skanūs valgyti vieni, tačiau jų skonis yra per stiprus, kad būtų galima naudoti kaip pakaitalą šviežiems sūriams, ypač desertuose, pavyzdžiui, tokiuose kaip sūrio tortas (žr. 302 p.). Daugelyje miestų rasite specializuotų sūrių parduotuvių, kurios suteikia nuostabią galimybę ragauti, mokytis ir įsigyti sūrio. Vietiniai ūkininkų turgūs taip pat yra puiki vieta tyrinėti ir atrasti sūrius.

Šokoladas ir kakava

Manęs dažnai klausia: „Kokioje šalyje gaminamas geriausias šokoladas?“ Ir tai, mano nuomone, yra neteisingas ir keistas klausimas, nes kakavos pupelės auginamos visame pasaulyje, tada siunčiamos toli nuo savo augimviečių, kur yra paverčiamos šokoladu. Taigi, rodos, daugelis mano, kad yra viena konkreti šalis, turinti ypatingą *je ne sais quoi* paversti kakavos pupeles šokoladu. Tikra tiesa, kad Šveicarija, Belgija ir Prancūzija turi senas šokolado gamybos tradicijas ir istoriją, tačiau šiuo metu Jungtinės Amerikos Valstijos išgyvena tikrą šokolado aukso amžių ir atsigriebia už prarastą laiką. Amerikos šokolado gamybos „revoliucija“ praplėtė daugelio mūsų supratimą apie šokoladą. Ir šiandien jūs galite rasti geriausios kokybės šokolado gamintojų įvairiose šalyse visame pasaulyje. Tiesą sakant, Prancūzijoje nuo seno egzistuoja kokybiško šokolado pasiūla ir paklausa, todėl nieko nuostabaus, kad šioje šalyje pagaminama daug puikių saldumynų. Europoje aš naudoju europietišką šokoladą, nors ir svetur esti daug puikių šokolado gamintojų, siūlančių kokybiškus produktus.

Kepiniams rekomenduoju rinktis kartųjį arba juodąjį šokoladą, kuriame yra 55–70 procentų kakavos. Geresnės kokybės šokoladai, kuriuose yra daugiau kaip 70 procentų kakavos sausųjų medžiagų, yra ganėtinai rūgštūs ir maišant su kitais produktais galite sulaukti netikėtos reakcijos. Jungtinėse Amerikos Valstijose terminai „kartusis šokoladas“ ir „juodasis šokoladas“ yra vartojami kaip sinonimai; vienas nebūtinai yra saldesnis ar kartesnis nei kitas.

Nesaldintas šokoladas dažnai yra vadinamas karčiuoju, nes jame nėra pridėtinio cukraus ar kakavos sviesto, todėl tokio nereikėtų naudoti gaminant pagal tuos receptus, kuriuose nurodoma, kad reikalingas karčiai saldus šokoladas.

Nesvarbu, kokį šokoladą mėgstate labiau, jei dažnai kebate įvairius kepinius, geriau nusipirkite jo daug, kad visada turėtumėte po ranka. Tai ne tik patogiu, bet ir ekonomiškai. Juodasis šokoladas gali išsilaikyti keletą metų (jeigu pavyks nekišti prie jo rankų), žinoma, jei bus tinkamai laikomas vėsioje tamsioje vietoje, tačiau ne šaldytuve, kur drėgmė gali sutrumpinti jo galiojimo laiką.

Kakavos milteliai yra gaminami spaudžiant gryną nesaldintą šokolado pastą (dar vadinamą šokolado likeriu), taip pašalinant kakavos riebalus. Alkalizuota kakava – tai kakava, iš kurios pašalinamos rūgštys, ir paprastai ji yra tamsesnė nei natūralūs kakavos milteliai. Europoje niekada nemačiau natūralios kakavos miltelių, tačiau Amerikoje dauguma prekybos centrų parduoda tik natūralios kakavos miltelius, jeigu nenurodyta kitaip. Jei abejojate, patikrinkite sudedamųjų dalių sąrašą ir pamatysite, ar kakava buvo alkalizuota, ar ne.

Gryna kakava, nesvarbu, alkalizuota ar natūrali, visada yra nesaldinta. (Kai kurie žmonės pasimeta pamatę „mišinį karštai kakavai“, kurio sudėtyje yra pieno ir cukraus, arba „tirpų šokoladą“, kuris yra iki miltelių sumaltas šokoladas ir turi cukraus.) Gamindami pagal šios knygos receptus, galite naudoti arba natūralią kakavą, arba alkalizuotos nesaldintos kakavos miltelius.

Nors niekur nenurodau konkrečių šokolado prekinių ženklų, aš pats dažniausiai naudoju „Valrhona“ kakavos miltelius (alkalizuotus), kadangi jų skonis ir spalva yra gerokai intensyvesni nei kitų gamintojų. Jie brangesni, bet, mano manymu, kepiniams suteikia sodresnį šokolado skonį ir spalvą.

Grietinėlė, pienas, rauginta grietinėlė ir jogurtas

Šalyje, kur žemės ūkio pasiekimai yra šlovinami (pavyzdžiui, vien tik kasmetinę žemės ūkio parodą (*Salon d'Agriculture*) kaskart aplanko beveik trys ketvirtadaliai milijono lankytojų), aukštos kokybės pieno produktų pasirinkimas yra vienas didžiausių privalumų. Šią dangaus dovaną naudoja daugelis, ruošdami klasikinius prancūzų virtuvės patiekalus, pradedant grietinėle turtingais apkepais ir baigiant šokolado ganašu, kuris naudojamas šokoladiniams skanėstams. Dažniausiai gamindamas ar kepdamas naudoju riebę pieną ar grietinėlę ir tik retais atvejais renkuosi pieno ir grietinėlės mišinį. (Tiems, kurie gyvena ne Jungtinėse Amerikos Valstijose, aiškinu, kad šis mišinys ruošiamas iš maždaug pusės kiekio riebios grietinėlės ir pusės nenugriebto pieno.) Vardydamas receptų ingre-

dientus, kur įmanoma, parašau, kada pieną galima naudoti vietoj grietinėlės arba kitus galimus variantus. Tačiau jei parašytas tik vienas produktas, nerekomenduočiau jo niekuo keisti, nes rezultatu galite likti nepatenkinti.

Riebi grietinėlė ir jos pusseserė – plakamoji grietinėlė paprastai skiriasi tik keliais procentais riebalų ir gaminiuose be vargo gali pakeisti viena kitą. Jei įmanoma, venkite itin aukštoje temperatūroje apdorotos grietinėlės, kuri neturi skonio ir yra labai sunkiai plakama. Grietinėlę plakite gerai atšaldytame dubenyje ir atšaldyta šluotele – taip ją išplaksite greičiau, o tai ypač pravartu, jei plakate rankiniu būdu.

Crème fraîche (rauginta grietinėlė) yra vienas šlovingiausių prancūziškų produktų ir jos galima nusipirkti kiekvienoje parduotuvėje. Jei jau atsidūrėte Prancūzijoje, labai rekomenduoju nueiti į gerą *fromagerie* ir išbandyti naminę raugintą grietinėlę. Pažadu, kad toji degustacija pakeis jūsų gyvenimą. Išlaižius šaukštą prancūziškos raugintos grietinėlės burnoje lieka švarus, slidus šviežio pieno riebalų skonis, kuris yra toks neįtikėtinais turtingas, kad žūt būt užsimanysite gauti Prancūzijos pilietybę. (Na, bent norėsite tol, kol pamatysite, kiek popierizmo reikalauja šis procesas.) Jungtinėse Amerikos Valstijose ir kitur sūrininkai patys daro raugintą grietinėlę, kurios galite įsigyti geruose prekybos centruose, natūralaus maisto parduotuvėse ir net internete. Jei nerandate nusipirkti, galite pasidaryti namuose (žr. 327 p.).

Visuose receptuose, kuriuose patariama naudoti jogurtą, naudokite paprastą, riebę arba panašaus riebumo jogurtą kaip graikiškas jogurtas, jei taip parašyta.



Kiaušiniai

Dažnai juokauju, kad esu vienas daugiausiai kiaušinių perkantis vartotojas Paryžiuje, nes per savaitę galiu sunaudoti jų dešimčių dešimtimis. Kaskart kai ateinu prie kasos nešinas galybe dėžučių kiaušinių, sukeliu nuostabą pardavėjams ir kasininkėms. Maža to, kad man svarbus manasis įvaizdis prancūzų pardavėjų akyse, taip pat tapau gerokai jautresnis faktui, kaip auginamos vištos, ir man išties svarbu, kokius kiaušinius perku. Prancūzijoje kiekvienas kiaušinis yra pažymėtas skaičiumi 0 arba 1, tai rodo, kad kiaušinius padėjo laisvėje auginamos vištos; skaičius 2 žymi, kad kiaušinius dedančios vištos ganosi konkrečioje teritorijoje, o 3 reiškia, kad kiaušinius padėjusios vištos buvo laikomos narvuose. Kai kurie prekybos centrai nebeprekiauja kiaušiniais, kuriuos padėjo nelaisvėje auginamos vištos, taigi ir aš pradėjau stengtis pirkti tik laisvai laikomų vištų kiaušinius. Kai žmonės, gyvenantys svetur, pirmą kartą pamato prancūzišką kiaušinį, kurio trynys švyti

saulės geltoniu, visada rikteli iš nuostabos: „Kodėl mes negauname tokių kiaušinių ten, kur gyvename?“ Laimei, švieži ūkininkų kiaušiniai tampa vis labiau prieinami. Norėdami nusipirkti gerų kiaušinių, žingsniuokite tiesiai į ūkininkų turgų ar natūralių maisto produktų parduotuvę, ypač, jei esate nusprendę išsikepti šakšukos (žr. 154 p.), kiaušinių su lapiniais kopūstais ir rūkyta lašiša (žr. 151 p.) arba išsivirti kiaušinių ir patiekti juos su daržinių builių majonezu (žr. 103 p.), kur kiaušiniams tenka pagrindinis vaidmuo. Jei naudojate žalius kiaušinius, pavyzdžiui, gamindami žymųjį prancūzišką česnakų majonezą (žr. 145 p.) arba šokolado slėgtainį – vadinamąjį *terrine* (žr. 287 p.), pirkite kiaušinius tik iš patikimų rankų. (Žmonės, turintys imuninės sistemos sutrikimų arba nėščios moterys žalių kiaušinių turėtų vengti.)

Žuvis

Per pastarąjį dešimtmetį teko suprasti, kad žuvų poreikvojimas ypač smarkiai paveikia tam tikras žuvų rūšis. Ir nors prekystaliai žuvų turguose ir toliau vilioja ant blizgaus ledo suguldytomis žuvimis, negaliu ignoruoti kaltės jausmo, su kuriuo susiduriu, kai tenka žiūrėti į lėkštę su Ramiojo vandenyno tunų filė. Nesvarbu, kaip labai jos norėčiau. Taigi, dažniausiai perku tausių rūšių žuvų, pavyzdžiui, tokių, kaip tunai iš Baskų regiono ar sardinės bei skumbrės, kurios yra skanesnės, sveikesnės ir kurių kaina yra prieinama.

Gaminant pagal tuos receptus, kuriuose patariama naudoti žuvis, kaip antai, kepanant kiaušinius su lapiniais kopūstais ir rūkyta lašiša (žr. 151 p.) arba ruošiant sūdytų menkių ir bulvių košę (žr. 144 p.), rekomenduoju paieškoti laukinių ar tausių žuvų įvairovės. Atkreipkite dėmesį į tai, kad didžioji dalis parduodamos sūdytos menkės yra pagaminta iš kitų rūšių žuvų, kurios yra tausesnės nei atlantinės menkės, juodadėmės menkės, ledjūrio ir norveginės ar poliarinės menkės.

Miltai

Gamindami pagal šios knygos receptus naudokite paprastus kvietinius miltus, jei nenurodyta kitaip, nors aš išbandžiau prancūziškus (65 tipo) ir amerikietiškus universalios paskirties miltus. Tortams kepti skirti miltai (aukščiausios kokybės miltai) yra itin smulkiai malti, šiek tiek rūgštoki, jie kepiniams suteikia prabangią tekstūrą. Šių miltų galima rasti beveik visuose prekybos centruose. Tokių galite pasiruošti ir patys: 1 stiklinėje (140 g) paprastų kvietinių miltų 2 šaukštus miltų pakeiskite 1 šaukšteliu kukurūzų krakmolo (parduodamas natūralių maisto produktų



parduotuvėse ir internete, žr. 339 p.) ir tris kartus gerai persijokite.

Duonos miltai yra stipresni, turi daugiau baltymų ir yra skirti duonai kepti, juos naudoju keptamas grūdų duoną (žr. 241 p.). Jei duonos miltų įsigyti negalite, o duoną planuojate kepti dažnai, 1 stiklinę (140 g) paprastų kvietinių miltų sumaišykite su 1 šaukšteliu kviečių gemalų (parduodami natūralių maisto produktų parduotuvėse ir internete, žr. 339 p.).

Avinžirnių miltai (arba dar vadinama nuto žirnių miltai) yra gaminami iš maltų avinžirnių, juos naudoju avinžirnių suflė (žr. 245 p.) kepti. Tai glitimo neturintys miltai, kurių galima rasti natūralių maisto produktų parduotuvėse ir internete (žr. 339 p.), taip pat parduotuvėse, kurios prekiauja Indijos ir Artimųjų Rytų maisto produktais.

Česnakai

Vyrauja klaidinga nuomonė, kad visi prancūzai dievina česnaką. Tikra tiesa, kad pietuose česnakų vartojama gausiai. Tačiau paryžiečiai, užuodę česnako kvapą, yra linkę pašaipiai timptelėti lūpa, lygiai taip pat jie nekenčia česnako kvapo po valgio. Kartais, kai patiekiu ką nors su žaliais česnakais, prieš ragaudami daugelis dažnai dvejoja, tačiau vėliau nesidrovi švariai išlaižyti lėkščių. Kaip ir *les provençaux*, amerikiečiai valgo daug česnako – beriamė jo dosniai ir mėgstame žalią.

Česnakai turi savo metų laiką. Ir tai – pavasaris. Pavasarį česnakai yra patys saldžiausi ir kvapniausi. Pirmosios nedidelės česnakų galvutės, kurios pasirodo turguose, yra apgaubtos drėgna, balta odele, kuri dar nesudžiūvusi ir neprimena popieriaus, tačiau yra standi ir sunkiai lupasi (reikia įdėti šiek tiek pastangų). Netrukus pasirodo aromatiniai česnakai violetine odele, būtent tada ir naudoju daugiausia česnako, nes jų skonis – pats geriausias.

Pirkdami česnakus, ieškokite kietų kaip akmuo galvučių, kurios atrodo šviežiausios. Jei įmanoma, prieš pirkdamas stipriai suspaudžiu galvutes, kad įsitikinčiau, jog perku tikrai šviežius česnakus. Iš toli atvežtų česnakų vengiu dėl įvairių priežasčių, tačiau dažniausiai todėl, kad jie nėra iš tolo neprimena tikrųjų česnakų. (Tokius galite atpažinti patikrinę jų šaknis – jei apačia atrodo pernelyg daili, o kiekviena galvutė kruopščiai nuvalyta, greičiausiai tokie česnakai bus atvežti iš toli.) Mėgstu pabrėžti, kad česnakai, kaip ir visi kiti produktai, taip pat turi savo sezoną, ir nors jų galima nusipirkti ištisus metus, šios daržovės geriausios pavasarį ir išlieka puikios iki ankstyvo rudens.

Česnakus naudoju arba pjaustytus plonais griežinėliais, arba traiškytus. Griežinėliais supjaustyti česnakai keptami ne taip

greitai sudega, o smulkintas česnakas kepa greitai ir beveik iš karto sprogsta skoniais (ir yra linkęs įgauti spalvą). Norėdami paruošti šviežią česnaką, ranka atskirkite skilteles, tada nupjaukite sukietėjusius skiltelių galiukus. Šefo ar paprasto peilio ašmenis paguldysite lygiagrečiai česnako skiltelei ir pjaustymo lentai (aštriąją briaunų pusę nusukę nuo savęs) ir spustelėję sutraiškyskite skiltelę, odelė atšoks ir bus lengvai lupama.

Pašalinkite odelę ir skiltelę perpjaukite per pusę išilgai. Jei viduje radote žalią gemalą, jį pašalinkite ir česnaką plonai supjaustykite arba sukupokite šefo peiliu. (Kai kurie česnako skilteles traiško peilio ašmenimis, bet taip darant česnakai apkarsta, todėl aš mieliau smulkinu peiliu.) Ruošdami salotų užpilus, pavyzdžiui, česnakų užpilą salotoms (žr. 96 p.), kuriuose naudojamas žalias česnakas, galite česnakų skilteles sutarkuoti aštria citrusinių vaisių trintuve – taip česnakas bus labai smulkus ir nereikės plauti pjaustymo lentelės.

Prieskoninės žolelės

Virtuvėje prieskonines žoleles prancūzai naudoja dosniai. Dažniausiai naudojamos žolelės yra čiobreliai, laurų lapai, plačialapės petražolės, kalendros, daržiniai builiai, mėtos ir laiškiniai česnakai, kurių visada yra turguje ir bakalėjos parduotuvėse. Rozmarinus, peletrūnus, krapus ir šalavijus paryžiečiai naudoja rečiau, bet jie taip pat mėgstami. (Dėl kažkokių priežasčių raudonėliai ir mairūnai prancūzų simpatijų turi mažiau.) Vasarą smulkiais lapeliais nusėtomis šakelėmis pasirodo bazilikai ir, vos tik pamatau juos parduodamus dideliais ryšuliais, perku kuo daugiau ir džiuoginu save bazilikų padažu ir daržovių sriuba su bazilikų tyre (žr. 92 p.).

Šviežios žolelės turėtų būti gerai nuskalaujamos, kad neliktų jokio smėlio, tačiau aš neplaunu čiobrelių, šalavijų ir rozmarinų, nes kartu su vandeniu nuplaunami ir kai kurie aliejai (t. y. visas skonis). Perbraukite pirštais ir patys suprasite, ar reikia žoleles plauti, ar ne. Bazilikų lapus pirmiausia reikia nuskabyti nuo kotelėlių ir perskalauti šalto vandens dubenyje, tada gerai nudžiovinti. Tam aš naudoju salotų džiovyklę.

Negaliu pasakyti, ar kada nors esu matęs prancūzą, kuris akylai skaičiuotų, kiek žolelių reikia berti į patiekalą, tačiau šioje knygoje dažnai nurodau tikslius kiekius. Nesivaržykite, jei norite, įberkite daugiau ar mažiau, *au pif* (žr. 11 p.).

Kadangi prancūzų virtuvėje prieskoninių žolelių naudojama kur kas daugiau nei bet kurioje kitoje pasaulio virtuvėje, beveik visada renkuosi šviežias prieskonines žoleles. Jei norite pakeisti jas džiovintais prieskoniais, imkite pusę nurodyto kiekio. Džiovin-



tos prieskoninės žolelės gali skirtis kokybe ir stiprumu, todėl, jei naudojate džiovintas, pirkitė tik kokybiškas. Kadaisė teko dalyvauti džiovintų žolelių degustacijoje su prieskonių bendrovės atstovais, buvau priblokštas, kaip stipriai gali skirtis žolelės, siūlomos skirtingų prekės ženklų. Atidarę džiovintų žolelių pakuotę, sunaudokite jas per metus ir laikykite virtuvės spintelėje, atokiau nuo šviesos.

Mėsa

Vis dėlto esu tikras, kad jei gyvenate Prancūzijoje, tikrai įsimylėsite savo mėsininką. Garantuotai, net jei esate vegetaras. Juos gaubia kažkokia neįtikėtina patraukli aura. Galbūt tai dėl medvilninės mėsininko prijuostės, krentančios nuo vieno peties? Jų išdidžios laikysenos, kai per petį persimeta visą išdoroti skirtą ėriuką? O gal tai, kaip jie laiko vieną tų aštrių tarsi skustuvas peilių ir ypač tiksliai nuo minkštos, sultingos nugarinės atpjauna *un petit filet*? Jautieną valgau ne taip ir dažnai, tačiau vis dar randu pasiteisinimų pas mėsininką nueiti dažniau, nei turėčiau. Regis, prancūzes moteris su mėsininkais sieja ypatingas ryšys. Manau, kad tai vieninteliai vyrai, su kuriais atvirai flirtuodamos jos jaučiasi patogiai.

Prancūzai valgo daug jautienos, mat tiki, kad ši geležies turtinga raudona mėsa yra būtina gerai sveikatai. (Arkliena taip pat populiarė, nors savo vidinių įsitikinimų man perlipti dar nepavyko.) Prancūzijoje „mėsa“ (*viande*) reiškia jautieną, ir dažnai iš užsienio į Prancūziją atvykę vegetarai nemaloniai nustemba, kai užsisakę patiekalą „be mėsos“ lėkštėje pamato patiekalą su ėriena ar kiaulienos kumpiu. Ilgą laiką prancūzams vegetarizmo ir mėsos atsisakymo idėjos nebuvo suprantamos, tačiau laikui bėgant vegetarizmas tampa vis populiariesnis. Visgi prancūzai, skirtingai nei kitos tautos, ruošdami vegetariškus patiekalus nėra itin kūrybingi ir šios mitybos nevertina, kaip būdo savo kūrybiškumui virtuvėje plėtoti.

Ilgus metus buvau vegetaras, bet dabar mielai suleidžiu dantis į didelį kepsnį (žr. 206 p.). Kartais ruošu jį namuose arba tiesiu taikymu žygiuoju į užkandinę, kur žinau, jog patiekalas bus paruoštas gerai. Kai palaikau draugiją ne prancūzams, tenka ilgai aiškinti, kokie prancūziški mėsos pjausniai atitinka amerikietišką skerdieną. Galiausiai supratau, jog to paaiškinti tikrai neįmanoma, nes gyvuliai yra skerdžiami skirtingai. Taigi pradėjau dalyti karvių paveikslėlius, kuriuose punktyrinėmis linijomis sužymėtos tos vietos, kur mėsa pjaustoma, todėl nebereikia nieko aiškinti.

Nors didkepsniai Prancūzijoje ir populiarūs, juos prancūzai mielai ruošia iš pigesnės mėsos gabalų, kurie yra kvapnesni nei nugarinė ar kiti didkepsniams įprasti pjausniai. Tą patį galima pasakyti ir apie avieną bei kiaulieną – mentės, kumpiai ir šonkauliai yra tokie pat populiarūs, kaip ir kitos mėsos dalys, o gal

net populiariesni. Nesu mėsos žinovas, taigi, kaip tikras prancūzas kliaujuosi vietinio mėsininko kompetencija. Geras mėsininkas mėsą supjaustys tik paprašytas. O paprašytas iš anksto suveiks jums ko tik pageidausite. Jei nereikia prabangios mėsos, pigesnės skerdienos dalių visada rasite azijiečių ir meksikiečių turguose; ten aš perku mėsą, skirtą troškinti ir lėtai virti.

Garstyčios

Dižono garstyčios, sutrintos iš prieskonių ir acto mišinio, yra būtinas prieskonis ir pagardas kiekvieno prancūzo virtuvėje ir ant kiekvienos užkandinės stalo. Bent truputį jų visada dedama į salotų užpilą (žr. 335 p.), jos naudojamos kaip prieskonis tokiuose patiekaluose kaip vištiena su garstyčiomis (žr. 169 p.) ir belgiškas jautienos troškiny su alumi (žr. 198 p.). Nors, atidarius stiklainį, Dižono garstyčias galima laikyti ganėtinai ilgai, jos greitai praranda savo smarkumą. Garstyčias geriausia laikyti šaldytuve, o norėdami išgauti geriausią skonį, įsitikinkite, kad jūsų garstyčios yra šviežios. Atkreipkite dėmesį ir į tai, kad kai kurios Dižono garstyčios nebūtinai bus pagamintos Dižone. Dižono pavadinimas nurodo garstyčių skonį, kai pagardas stipriai gardinamas prieskoniais ir dažniausiai ruošiamas naudojant baltąjį vyną.



Aliejus

Kas keletą metų pasirodo naujo tyrimo rezultatai, paneigiantys tai, kas įtikinamai buvo įrodyta ankstesniuose; vienas aliejus peikiamas, kitas – šlovinamas kaip naudingiausias sveikatai. Vėliau, dar po kelerių metų, atliekamas naujas tyrimas, kuriuo bandoma įrodyti, kad yra visiškai priešingai. Nežinau, kaip jūs, bet aš nespėju su tais tyrimais koja kojon!

Ilgus metus maistui ruošti naudojau tik alyvuogių aliejų, kol pradėjau dirbti restorane, kurio šeimininkas reikalavo, kad atkarčiau salotų padažo skonį, kuriuo garsėjo ankstesnis jo restoranas. Man pririekė kelių savaičių bandymų (taip, tikrai, atrodytų tokiam paprastam patiekalui, kaip salotų padažas), kol supratau, kad mano mėgstamas alyvuogių aliejus yra pernelyg intensyvaus skonio. Kai sumaišiau padažą su paprastu salotų aliejumi, jo veidas iš karto nušvito ir išgirdau tuos stebuklingus žodžius: „Tau pavyko.“

Paryžiuje man teko ragauti nemažai salotų padažų, paruoštų naudojant neutralaus skonio aliejus. Nusprendžiau iš to pasimokyti ir dažnai ruošu salotų užpilą (žr. 335 p.) su saulėgrąžų, dygminų arba *colza* (rapsų) aliejumi, kuris spaudžiamas iš garstyčias primenančių augalų, augančių iškart už Paryžiaus esančiuose

laukuose. Perku juos iš vietos gamintojų, kurie patys spaudžia aliejų šaltuoju būdu.

Visada po ranka turiu bent dviejų rūšių alyvuogių aliejaus: vieną, palyginti nebrangų, skirtą kepti, ir vieną salotoms ar užkandžiams pašlakstyti arba salotų padažams gaminti. Koks geriausias būdas išsirinkti alyvuogių aliejų? Ragauti. Nekreipkite dėmesio į kilmės šalį, dailų buteliuką ar lipduką, žymintį, kad aliejus kažkur yra laimėjęs „Mėlyną kaspiną“. (Kai kurie šių konkursų neturi nieko bendra su geriausio produkto rinkimais ir yra rengiami tik rinkodaros tikslais.) Nekreipkite dėmesio į tai, kas ką sako, nes geriausias alyvuogių aliejus yra tas, kuris patinka jums. O geriausias būdas įsitikinti, kad gausite aukštos kokybės alyvuogių aliejų be priemaišų, yra pirkti tiesiogiai iš gamintojo arba patikimo šaltinio. Aš visada naudoju ypač gryną pirmojo spaudimo alyvuogių aliejų.

Alyvuogių aliejus, kaip ir saulėgrąžų, dygminių ir rapsų aliejus, turėtų būti laikomas vėsioje, tamsioje vietoje. Stenkitės laikyti aliejų atokiau nuo viryklės ar orkaitės, nes karštis pagreitina aliejaus senėjimo procesą. Kartais aš naudoju riešutų aliejų, pavyzdžiui, graikinių riešutų ar lazdynų riešutų aliejų. Keliskart šliūkšteliu jo ant kaugės špinatų su keliais žiupsniais druskos kristalų – ir greitos, puikaus skonio salotos paruoštos. Riešutų aliejų pirkite mažais buteliukais, ten, kur jie parduodami mažais kiekiais ir neužsibūna sandėlyje, nes šie aliejai greitai genda. Labai kokybiškas yra „J. Leblanc“ prekės ženklo aliejus, spaudžiamas Bordo mažomis partijomis (žr. 339 p.). Riešutų aliejų laikykite šaldytuve ir atidarę stenkitės suvartoti per 6 mėnesius.

Pipirai

Juoduosius pipirus visada derėtų pirkti grūdeliais ir šviežiai susimalti prieš naudojant. Jei gaminu daug, sugrūdu saujelę pipirų grūstuvėje ir naudoju, kai prireikia.

Yra galybė juodųjų pipirų, kuriuos galite rinktis. Todėl siūlau daryti taip, kaip darau aš, – keliauti tiesiai į prieskonių parduotuvę ir pauostyti bei išsirinkti patiems.

Tiesa, naudoju kur kas daugiau džiovintų raudonų aitriųjų paprikų, nei tai daro dauguma prancūzų, kadangi man patinka aitrumas, kurį jos suteikia maistui. To išmokau iš vienos italės virėjos, kuri aitriąsias paprikas naudojo vietoj juodųjų pipirų. (Ji man papasakojo, kad ši tradicija išlikusi dar iš tų laikų, kai importuojami prieskoniniai, pavyzdžiui, juodieji pipirai, buvo smarkiai apmokestinti, o raudonos paprikos buvo auginamos ir džiovinamos vietoje.) Jei aitriųjų paprikų naudojama saikingai, jos suteikia subtilaus aitrumo ir gražiai kontrastuoja su kitais skoniais.

Terminologija gali šiek tiek klaidinti: aitriųjų paprikų milteliai gaminami iš maltų raudonų aitriųjų paprikų, bet kartais įmaišoma ir kitų prieskonių. **Raudonų aitriųjų paprikų** milteliai gaminami tik iš maltų paprikų, jų aštrumas ir išrūkymo laipsnis gali skirtis, tai priklauso nuo pačių paprikų. Geriausiai žinomi – **Kajeno paprikų** milteliai, kurie yra gaminami iš vienos rūšies pipirų ir yra gana aštrūs. Nors šios paprikos neabejotinai yra ne prancūziškos kilmės, dažnai pakeičiu jas Ančo paprikų ar čipotlių milteliais, ypač jei noriu patiekalui suteikti lengvą dūmų aromatą, pavyzdžiui, ruošdamas dūmais kvepiančią keptą kiaulieną (žr. 190 p.). Džiovintos ir smulkintos raudonos aitriosios paprikos (su sėklomis) vadinamos raudonų paprikų dribsniais.

Kalbant apie tai, kas arčiau namų, mėgstu naudoti **piment d'Espelette** – džiovintų Espeleto paprikų miltelius iš Baskų krašto. Jie nuostabūs, nors ir brangoki, net ir Prancūzijoje kainuoja nemažus pinigus. Naudojami baskų virtuvėje, šie pipirai nėra pernelyg aštrūs, tačiau ganėtinai kvapnūs. Atidarius pakuotę, spalva dažnai pakinta ir skonis išsivadėja per keletą mėnesių, todėl patartina juos sunaudoti greitai.

Aitriųjų paprikų milteliai skiriasi, tai priklauso nuo gamintojo ir paprikų rūšies. Man patinka naudoti keletą skirtingų rūšių paprikų. Kai kurias perku prieskonių parduotuvėse Prancūzijoje, kitas parsivežu iš kelionių, pavyzdžiui, Ispanijos, Meksikos ar Kalifornijos. Kai kurios kvepia dūmais ir yra saldžios, kitos – *très piquant*. Daugeliui receptų naudoju Kajeno paprikų miltelius, nes jie yra plačiai prieinami, tačiau nesijauskite įpareigoti ir naudokite tuos, kurie patinka.

Baltieji pipirai yra tas prieskonis, kurio dauguma žmonių nelaiko savo prieskonių spintelėse. Man jie visgi patinka, nes yra aštresnio skonio nei juodieji pipirai ir puikiai tinka šviesios spalvos maisto produktams paskaninti, pavyzdžiui, bulvių košei (žr. 216 p.) ar salierų sriubai (žr. 106 p.). Baltuosius pipirus perku nedideliais kiekiais ir susigrūdu, kai prireikia, kadangi nenaudoju jų pernelyg dažnai. Verta paieškoti baltųjų pipirų iš Penžos, Kamerūno.

Granatų melasa

Granatų melasa yra gaminama kaitinant rūgščias granatų sultis, kol jos tampa tirštu, aštroko skonio sirupu. Lašelį jo naudoju gamindamas burokėlių humusą (žr. 58 p.) ir kvietinių kruopų salotas su trūkažolėmis, šakninėmis daržovėmis ir granatų sėklytėmis (žr. 240 p.). Granatų melasa suteikia gana ryškaus žaismingo skonio. Kartais melasa parduodama kaip granatų sirupas ir jos ieškoti reikėtų parduotuvėse, kuriose parduodami Artimųjų Rytų maisto





CUISINE SURGELÉE

Bene dažniausiai sulaukiu klausimo ar pagal vieną ar kitą receptą pagamintas patiekalas gali būti užšaldomas šaldiklyje. Nors Paryžiuje ir veikia šaldyto maisto parduotuvės (*cuisine surgelée*), man neteko girdėti, kad žmonės šaldytų maistą namuose. (Kartą, kai pasakiau, kad galima užšaldyti duonos kepaliuką, draugo mama mane nužvelgė ypač nepatikliai.) Viskas šioje šalyje gaminama ir valgoma tą pačią dieną, na, išskyrus kelis retus atvejus, kai ruošiama didelė vakarienė. Ir nepažįstu nė vieno žmogaus, kuris valgį sau ar svečiams ruošų anksčiau nei dieną prieš, jau nekalbu apie ilgesnį laiko tarpą.

Nedaug tėra dalykų, kurių skonis juos šaldant pagerėja, todėl esu linkęs elgtis taip, kaip elgiasi prancūzai, ir šaldiklyje laikyti kaip įmanoma mažiau maisto, valgyti ir patiekti tik šviežius produktus ir patiekalus. Tačiau mus dažnai spaudžia laikas ir tikrai ne visi gali leisti sau prabangą ruošti maistą tiek laiko, kiek norisi. Taigi, savo receptuose, kaip įmanoma dažniau būtinai pabrėžiu, kas gali būti paruošiama iš anksto ir, kai kuriais atvejais, užšaldoma.

produktai arba „Kalustyan“ parduotuvėje (žr. 339 p.). Melasos taip pat tinka užlašinti ant baklažanų dažinio (žr. 64 p.), humuso (žr. 60 p.) ir, galbūt nustebsite, ant abrikosų kauliukų ledų (žr. 312 p.).

Druska

Jei kas nors, kai tik pradėjau virėjo karjerą, man būtų pasakęs, kad už druskos dėžutę mokėsiu daugiau nei 39 centus, būčiau sakęs, kad jis visiškai beprotis. Šiandien, kai gaminu, ant mano virtuvės darbatalio rastumėte bent šešių skirtingų rūšių druskos ir virtuvės spintelėje dar bent keliolika rūšių, kurias parsivežiau iš kelionių. Kad viena druska gali būti geresnė už kitą, pirmą kartą supratau, atsidūręs savo bičiulės Susan Loomis, kuri gyvena Normandijoje ir veda kulinarijos kursus, virtuvėje. Ji davė mums paragauti keletą subtilių *fleur de sel* dribsnių iš Gerando, tada kelis kristalus įprastos stalo druskos, tos, kurios rasite ant kiekvieno restorano stalo. Paragavus paprastos druskos, mano burna prisipildė tiek kartumo ir chemikalų, kad nuo to karto visai nebegaliu jos valgyti ar berti į patiekalus.

Nors aš druskos turiu užtektinai, šiaip jau žmonėms pakanka turėti tik dviejų rūšių: vieną maistui ruošti ir dar vieną – gardinti. Maistui ruošti aš naudoju jūros druską. Prancūzijoje mes turime pilkos spalvos druskos, kuri turtinga mineralų ir būna rupi arba sumalta smulkiais kristalais. Nors tai nėra visai tas pats, košerinė druska taip pat tinka maistui ruošti. Salotoms, daržovėms ir net šokoladui (kurį patiekiu kaip užkandį su trupučiu alyvuogių aliejaus) apibarstyti naudoju kitą druską. Jūros druskos dribsniai, tokie kaip „Maldon“ iš Anglijos, yra labai populiarūs Prancūzijoje, tai dėžutėse supakuotos plonytės druskos kristalų plokštelės. Mėgstu šią druską ir ją naudoju, bet toli gražu ne taip dažnai, kaip *fleur de sel*. Tai itin vertinama druska, ji kruopščiai renkama rankomis, kai vandenynas atslūgsta. Geriausia yra *fleur de sel de Guérande*, renkama Atlanto pakrantėse, kai meteorologinės sąlygos yra tinkamos. Kitos šalys perėmė *fleur de sel* pavadinimą, todėl galite rasti panašios druskos iš Portugalijos, Ispanijos ar kitų šalių.

Sunku įtikinti žmones pirkti brangesnę druską. Tačiau aš gaminu dažnai, o druskai per metus išleidžiu mažiau, nei kainuoja keletas puodelių *cafés crèmes* (kavos su grietinėle).

Siūlau susidraugauti su keliomis druskos rūšimis ir visada turėti jų po ranka, todėl kai ragausite ruošiamą maistą, visada žinosite tikrąjį skonį. Jei abejojate, visada berkite mažiau druskos, nei parašyta recepte, daugiau įbersite bet kada, nes kai viską sumaišysite, išrinkioti tuos visus smulkius druskos kristalus bus nepalyginti sunkiau.

Atsivertę šią dailią knygą, atversite duris į Davido Paryžių. Taip, žinoma, rasite puikiausių receptų, tačiau tai ne viskas. Leisitės į magišką kelionę po vieną gardžiausių pasaulio miestų su draugu, kuris puikiai pažįsta visus jo užkaborius ir dega noru pasidalyti savo žiniomis.

DORIE GREENSPAN

knygos *Around My French Table* autorė

Davidas Lebovitzas – *retas egzempliorius*: ir nuostabus pasakotojas, ir puikus maisto knygų rašytojas. Jo lengvas, kone satyrinis, stilius sumišęs su neišsemiamomis žiniomis apie gaminimą ir maisto kultūrą. Aklai pasikliaučiau juo kelionėje į *šviesos miestą* – Paryžių.

YOTAM OTTOLENGHI

knygos *Jerusalem* bendraautoris

Ši knyga – turbūt asmeniškiausia Davido Lebovitzo kulinarinė knyga, kurioje jis dalijasi gyvenimo Paryžiuje patirtimi, smagiomis istorijomis, susijusiomis su maisto gaminimu, pateikia savo nepakartojamus receptus. Man reikės dviejų knygos egzempliorių: vieno virtuvei, kito – greta skaitymo krėslo svetainėje.

MICHAEL RUHLMAN

knygos *Ruhlman's Twenty* autorius

ISBN 978-5-415-02403-2



9 785415 024032

www.vaga.lt