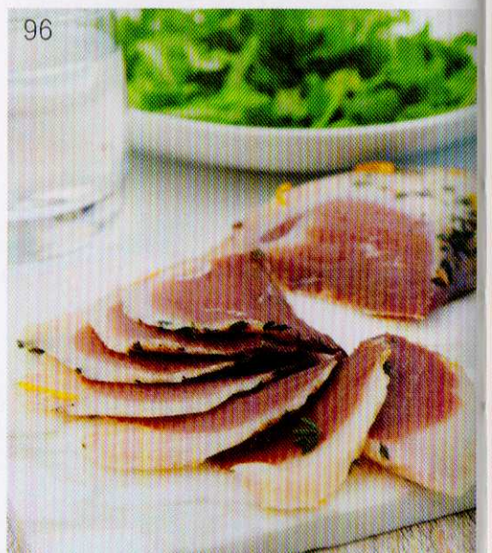
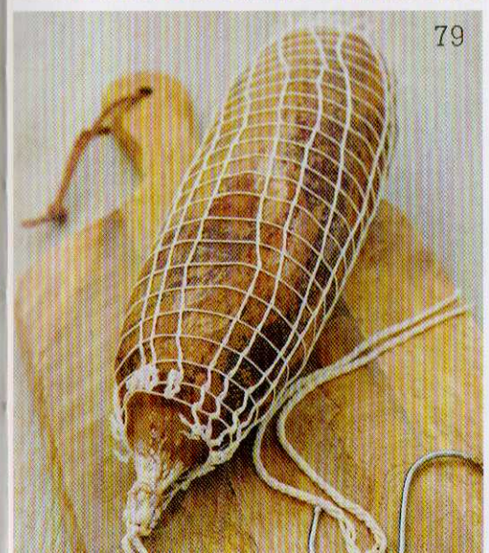
Turinys

Įžanga 8
Kaip naudotis šia knyga 10
Įvadas į konservavimą 12

Sūdymas – konservavimas druska

Supažindinimas su konservavimu naudojant druską 18
Sausasis sūdymas ar mirkymas sūryme? 20
Būtini reikmenys 22
Sausajam sūdymui ir sūrymui reikalingos sudedamosios dalys 25
Mirkymo sūryme ir sausojo sūdymo trukmė 27
Saugumas ir švara 30
Kaip iš kumpio pašalinti kaulus ir jį surišti 32
Mirkymas sūryme. Kaimiškas kumpis 33
Kiaulienos kumpis 36
Sūdyta jautiena 38
Rūkyta jautiena su prieskoniais 42
Nepjaustytos vištos sūdymas 45
Paukščio pjaustymas 46
Silkių pjaustymas rūkymui 48
Silkių mirkymas sūryme 50
Sausuoju būdu sūdyta ir vytinta skumbrė 52
Lašišos filė paruošimas 56
Švediška sausai sūdyta lašiša 58
Lašišos, kuri bus rūkoma, sūdymas 62
Virdžinijos kumpis 64
Sausai sūdyti lašiniai 66
Kaip surišti mėsininko mazgą 68
Vytinta jautiena 69
Sausai sūdyta elniena 73





Mėsos ir žuvies vytinimas

Įvadas į vytinimą 78
Kaip vyksta vytinimas 80
Būtini reikmenys 82
Vytinimo maišeliai 84
Pagardinimas 85
Vytinimo trukmė 86
Pjaustymas ir laikymas 87
Vytintos jautienos juostelės 88
Vytintos antienos juostelės 91
Saulėje džiovinta mėsa 94
Vytinta ir rūkyta antiena 96
Vytinta ėriena 100
Vytintas kumpis 102
Pančeta 106
Pančetos surišimas 110
Vytinta kiaulienos mentė 112
Ore džiovinamos dešros 115
Klasikinis saliamis 116
Elnienos saliamis 120
Ispaniškas čiorizas 122
Sūdyta menkė 126

Mėsos ir žuvies rūkymas

Įvadas į karštąjį ir šaltąjį rūkymą 132
Kaip vyksta rūkymas 134
Būtini reikmenys 136
Supratimas apie rūkyklą 138
Šaltojo rūkymo rūkyklos gaminimas 140
Kartoninės rūkyklos gaminimas 144
Karštojo rūkymo rūkyklos gaminimas 148
Rūkymo procesas 152
Medienos išsirinkimas 154
Rūkyto maisto laikymas 157
Škotiška šaltai rūkyta lašiša 158
Šaltai rūkytos silkės 164
Rūkytos sveikos silkės 166
Šaltai rūkyta šoninė 168
Karštai rūkyta lašiša 172
Karštai rūkytas upėtakis 176
Karštai rūkyta juodadėmė menkė 180
Saldūs ir lipnūs karštai rūkyti šonkauliukai 184
Karštai rūkyta vištiena 188
Karštai rūkytas kalakutas 192
Karštai rūkyta žąsis 196
Karštai rūkytos ančių krūtinėlės 200
Karštai rūkytas triušis 204
Karštai rūkyta elniena 208

Kita informacija

Terminų žodynėlis 214
Rodyklė 218

Padėka 222

Įžanga

Mėsos bei žuvies sausasis sūdymas, konservavimas sūryme, džiovinimas (vytinimas) ir rūkymas yra tokia pati mūsų mitybos paveldo dalis, kaip ir tradiciniai medžioklės ar žemdirbystės amatai. Šie maisto konservavimo būdai pamažu grimzta į užmarštį – juos pakeičia pigesnė ir greičiau paruošiama masinė produkcija. Tačiau aš tikiu, kad šis nesenstantis maisto ruošimo menas bus išsaugotas, pritaikytas kur reikia ir perduotas ateities kartoms. Jau neminint to, kad per ilgesnį laiką ištobulintais būdais paruoštas maistas yra daug skanesnis!

Mane mėsos ir žuvies išsaugojimo būdai pirmąsyk sudomino, kai jaunystėje plaukdavau į jūrą žvejoti, tačiau turėdavau išmesti nemažą savo laimikio dalį, nes jis paprasčiausiai sugesdavo. Sykį pabandęs paruošti tradicinę škotišką rūkytą lašišą, visa galva pasinėriau į šį nuostabų meną, ir man iš lėto atsivėrė alcheminiai sūdymo, mirkymo ir rūkymo procesai. Man pasisekė, nes esu kilęs iš šeimos, apsėstos maisto ruošimo ir didžiąją savo gyvenimo dalį dirbančios restoranuose ar kitose maisto gaminimo srityse – taigi, užaugau mokėdamas vertinti gurmaniškai patiektą valgį. Nors mano karjera nebuvo susijusi su maistu (trisdešimt metų Londone dirbau gaisrininku), tėvų įkvėpta aistra geram maistui neišblėso, ir dabar vedu vienos dienos trukmės kursus, kuriuose mokau maisto konservavimo ir rūkymo. Noriu pasidalinti savo meile šiam unikaliam, meno vardo vertam amatui. Net būdamas pensijoje, kasdien grįžtu namo kvepėdamas rūkyklos dūmu.

Maisto ir jo aromatą gerinančių bei atskleidžiančių procesų tyrinėjimas mane tiesiog žavi. Taip pat žavi mokslas ir domina cheminiai procesai, slypintys už mėsos sūdymo, mirkymo sūryme, vytinimo ir išrūkymo. Kartu su aistra maistui tai sudaro tobulą mano entuziastingų pomėgių „santuoką“. Šioje knygoje aprašyti keli svarbūs mano kelionės į maisto ruošimo ir rūkymo tobulumą etapai. Norėčiau manyti, kad šie „kertiniai akmenys“ padės jums asmeninėje kelionėje, tobulinant išskirtinį ir atsiperkantį amatą.

Knyga skirta visiems, kuriems ne tas pats, kaip paruoštas maistas, esantis jų lėkštėse. Joje ne vien nurodymai, kaip maistą išlaikyti kuo ilgesnį laiką – jei tai yra jūsų tikslas, tiesiog įdėkite maistą į šaldiklį, ir tiek. Čia aprašomi procesai turėtų sudominti tuos, kurie nori transformuoti sudedamąsias dalis, pagerinti jų tekstūrą, suminkštinti, suteikti gilesnių aromatų ir įdomių kvapų bei gražią natūralią spalvą. Sužinosite, kaip pasinaudojus senoviniais procesais sukurti kai kuriuos modernioje kulinarijoje geidžiamus delikatesus ir kokios naujausios šiuolaikinės virtuvės technologijos leidžia lengvai ilgam saugojimui paruošti mėsą ar žuvį. Norėčiau, kad ši knyga įkvėptų jus praplėsti savo kulinarines ambicijas.

Tiesa, tradiciniai maisto ruošimo ilgam saugojimui būdai kilo iš poreikio aprūpinti šeimą ar ištisą bendruomenę maistu visus metus. Šiais laikais dauguma žmonių tokio poreikio nebeturi, tačiau noras skaniai valgyti išliko nepakitęs. Negaliu sugalvoti geresnės priežasties išmokti naudoti šiuos receptus, negu pasitenkinimas matant mylimus žmones mėgaujantis aromatingais, unikaliais gardumynais, kuriuos sukūrėte vadovaudamiesi čia pateiktomis paruošimo technikomis.

Mano patarimas jums, skaitytojau: pradėkite nuo patiekalo, kuris uždega jumyse aistrą ir sužadina apetitą, ir žiūrėkite, kas bus toliau. Prisiminkite – kiekviena kelionė prasideda nuo pirmo žingsnio. Tikiuosi, kad ši knyga padės jums žengti nauja įdomia kryptimi.

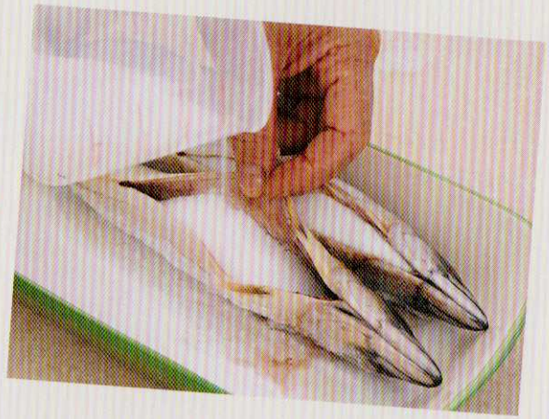
Geriausios kloties!
Turan T. Turan

Kaip naudotis šia knyga

Ši knyga suskirstyta į tris pagrindinius skyrius pagal plačias mėsos ir žuvies paruošimo ilgam laikymui kategorijas. Tokia sąranga skirta tam, kad lengviau suprastumėte esminius žuvies ir mėsos paruošimo procesus. Technikos, kuriomis naudojantis ruošiami įvairūs mėsos ir žuvies produktai, priskirtos atitinkamiems skyriams pagal pagrindinį naudojamą konservavimo metodą, tačiau daugumą produktų ruošiami naudojantis daugiau nei viena technika, todėl nuorodos padės jums surasti informaciją pagal poreikį.

SŪDYMAS – KONSERVAVIMAS DRUSKA

Tai pirma knygos dalis, kurioje aprašomas labai svarbus žingsnis paruošimo ilgam saugojimui procese. Sūdyti galima sausa druska arba mirkant sūryme (druskos tirpale). Tai pirmasis žingsnis gaminant daugelį ilgam laikymui skirtų maisto produktų, po jo dažniausiai seka vienas ar abu procesai, aprašyti tolesniuose knygos skyriuose.



MĖSOS IR ŽUVIES VYTINIMAS

Šiame knygos skyriuje aprašomas vytinimas – tai perteklinės drėgmės išgarinimas. Dauguma ilgam laikymui skirtos mėsos ir žuvies yra vytinama – paprastai po sūdymo (jei reikia).

MĖSOS IR ŽUVIES RŪKYMAS

Rūkymas yra kai kurių maisto produktų konservavimo proceso kulminacija, todėl ši technika knygoje aprašoma paskiausiai. Rūkymas gali būti šaltasis, kai dūmai suteikia aromatą, tačiau nėra pakankamai karšti, kad produktas išvirtų, bei karštasis, kai dūmai suteikia aromatą ir pakankamą karštį išvirti gaminį.

Valymas ir sūdymas

1 Nukirskite ir nuvarykite žuvį, prilaikę pasidėkite kosės ar plaukų formesnės scobos mėsą. Nuskalbkite žuvį po šaltu ir šiltu vandeniu ir nusausinkite popieriniu rankšluosčiu. Gaite pašalinti žvynus, tačiau tai neprivaloma.

2 Nenaudodami peilio su maistu ir/ir dugną sukarpykite taip pat įpjaukite druskos. O jeigu viską žuvį užberkite druskos galėsite laisvyniu, kaip pasiūlė.

3 Atsukite žuvį iš druskos ir nuplauskite po šaltu tekančiu vandeniu. Popieriniu rankšluosčiu nusausinkite. Apkaukite silko eilėmis. Pasirinkite skonio, kaip pasiūlė. Sniūsnieno kiek vono ir netinkio vytinimo.

Pilvo ertmę pripilkite druskos.

Perpjaukite žuvies pilvą ir pašalinkite vidurius.

Druska užberkite visą žuvį.

Nuplaukite šaltu tekančiu vandeniu.

Po trijų valandų druska nuplaukite.

ŽINGSNIS PO ŽINGSNIO

Knyga skirta skaitytojui, norinčiam išbandyti čia aprašytas technikas, todėl kiekvienas procesas išskaidomas į stadijas, kuriomis lengva vadovautis. Tam padeda ir fotografijos bei iliustracijos. Kur reikia, pateikiamos nuorodos į kitas knygos dalis, jose išsamiau aprašomi vykstantys moksliniai procesai. Jūsų patogumui sudaryti produktų, kurių prireiks, sąrašai ir informacinės lentelės su naudingais patarimais vienu ar kitu aspektu.

PATARIMAI IR TECHNIKOS

Knygos tikslas yra išmokyti jus kūrybingai pritaikyti technikas, naudojant įvairiausius produktus. Kiekvienos technikos naudojimui su skirtingais maisto produktais yra patarimų. Visoje knygoje pateikiama naudingų užuominų, kaip kiekvieną projektą, kurio imatės, paversti sėkmingu.

Rūkymas

VIRŠUTINĖS LŪPOS TESTAS

Nicos salotos su karštai rūkyta lašiša

GAUSYBĖ RECEPTŲ

Kai jau išmoksite, kaip paruošti bei užkonservuoti skirtingas mėsos ir žuvies rūšis, jums prireiks idėjų, kaip šiuos delikatesus patiekti šeimai ir draugams. Šioje knygoje rasite įdomių ir skanių patiekalų receptų, taip pat serviravimo patarimų.

PAPILDOMA INFORMACIJA

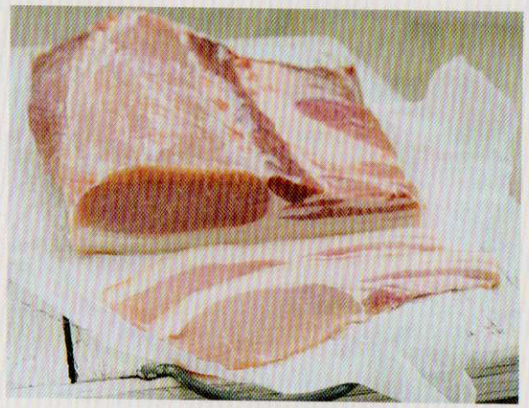
Paskutiniuose knygos puslapiuose rasite išsamų specifinių terminų žodynėlį ir rodyklę, padėsiančią greitai susiorientuoti knygoje.

Įvadas į konservavimą

Kodėl reikia konservuoti mėsą ir žuvį? Žinoma, ši technika padeda ilgiau išlaikyti maistą nesugedusį, tačiau konservavimas yra ne vien tai. Mes apdorojame mėsą ir žuvį, nes mėgstame unikalius aromatus ir tekstūras, sukurtas naudojant paprastus, natūralius priedus (druską ir prieskonines žoleles). Konservavimo procesas naudojant druską, vytinant ar rūkant paverčia gerą maistą į puikų, jau nekalbant apie pasitenkinimą, kurį jaučiate, patiekdami savo paties taip paruoštus delikatesus.

Knygos apžvalga

Knygoje aprašomi trys pagrindiniai mėsos ir žuvies apdorojimo būdai: konservavimas druska (sausai ir sūryme), vytinimas (džiovinimas) ir rūkymas. Šie procesai naudojami per amžių amžius, todėl mane ypač domina. Jie vienas kitą papildo ir dažnai kombinuojami, nors galima naudoti ir pavieniui. Maisto sūdymas ar mirkymas sūryme dažnai yra įžanginė stadija prieš vytinimą arba rūkymą, tiek siekiant pašalinti iš mėsos drėgmės perteklių, tiek atvirkščiai – siekiant išlaikyti mėsą minkštą ir pernelyg nesudžiūvusią, tarkime, karštojo rūkymo metu. Dėl sūdymo, vytinimo ir rūkymo mūsų maistas virsta į pačius įvairiausius delikatesus. Tolesniuose puslapiuose esančios schemos parodys, kaip skirtingi sūdymo metodai naudojami įvairiems konservavimo procesams, aprašytiems šioje knygoje.



Druska naudojama sūdant kiaulieną – ji padeda iš mėsos ištraukti drėgmės perteklių.

DRUSKA – ĮPRASTAS PRODUKTAS

Druska, arba, moksliškai, natrio chloridas (NaCl), yra esminis pagalbininkas aprašomuose procesuose. Ši medžiaga atlieka dvi pagrindines funkcijas: visų pirma, ji stabdo bakterijų dauginimąsi, antra, ji iš mėsos ar žuvies ištraukia drėgmę, taip sukurdama dar nepalankesnę terpę apsigyventi bakterijoms ir mikrobams. Daugiau apie druskos poveikį sužinosite 18-19 puslapiuose. Visą ilgam laikymui ruošiamą mėsą ir žuvį reikia apdoroti druska – šis procesas vadinamas sūdymu. Mėsą ar žuvį sūdyti galima mirkant druskos ir vandens tirpale (sūryme) arba sausai – apibėrus druska. Toliau schemose parodyta, kaip sausas sūdymas arba mirkymas sūryme naudotini taikant aprašomus konservavimo metodus: sūdymą, vytinimą ir rūkymą.

KAS YRA SŪDYMAS?

TECHNIKA
Mėsa arba žuvis panardinama į sūrymą ar apiberiama druska ir paliekama įsisūrėti.

PROCESAS
Druska ištraukia drėgmę. Siekiama, kad produktas netektų 5–15 % savo pradinio svorio. Druska stabdo bakterijų dauginimąsi.

REZULTATAS
Tekstūra tampa tvirtesnė, spalva – tamsesnė. Sustiprėja aromatas ir pailgėja tinkamumo vartoti laikas.

SŪDYMO METODAI

MIRKYMAS SŪRYME		SAUSASIS SŪDYMAS
	PRADŽIA	
PRIDEDAMA ŽOLELIŲ, PRIESKONIŲ IR SALDIKLIŲ		PRIDEDAMA ŽOLELIŲ, PRIESKONIŲ IR SALDIKLIŲ
Pamerkiama į vandens ir druskos tirpalą (sūrymą).		Apiberiama sausa druska.
Minimalus drėgmės netekimas, tekstūra tvirtesnė.	SŪDYMAS	Žymus drėgmės netekimas, tekstūra tvirtesnė.
		Tolesnis drėgmės netekimas, paviršiuje susiformuoja lipni plėvelė.
Nuskalaukite, nusausinkite ir naudokite tolesniems procesams arba kepkite.	PABAIGA	Nuskalaukite, nusausinkite ir patiekite arba naudokite tolesniems procesams.

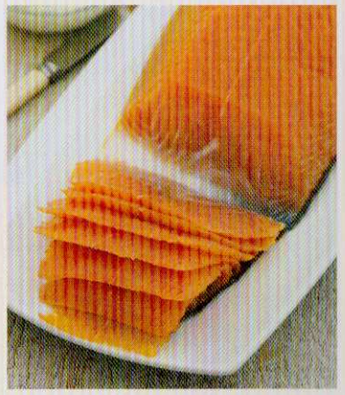
SŪDYMAS / MIRKYMAS SŪRYME

Mirkymas sūryme yra esminė stadija ruošiant sūdytą jautieną (psl. 38) ir rūkytą jautieną su prieskoniais (psl. 42).

VYTINIMAS

Vytinimas yra pagrindinis procesas gaminant pančetą (psl. 106).

RŪKYMAS



Rūkymas naudojamas kuriant tokius skanėstus, kaip škotiška šaltai rūkyta lašiša (psl. 158).