

РИС

[Почитать описание, рецензии и купить на сайте МИФа](#)

Белый рис (<i>ссальпап</i>)	40
Рис с мультизлаками (<i>чапкок-пап</i>)	42
Рис с пророщенной соей (<i>кхоннамуль-пап</i>)	44
Рис карри по-корейски (<i>кхаре райс</i>)	46
Рисовые роллы (<i>кимпап</i>)	48
Устрицы на пару с рисом (<i>кульбап</i>)	51
Пибимпап	52
Рис с сырой рыбой (<i>хве-топпап</i>)	56

Первое, что я делаю к приходу гостей, – варю рис. Зная, что рис (или пап, как корейцы называют любой приготовленный рис) готов и томится в кастрюле (или рисоварке), я спокойно занимаюсь супом и закусками (панчханами) из мяса, морепродуктов и овощей. Гости могут чередовать вкусы и текстуры по своему желанию, перемежая их рисом.

Реже я готовлю блюда из риса с другими ингредиентами. Например, незатейливый рис с пророщенной соей или говядиной или более сложный пибим-пап (переводится как «смешанный рис») с полдужиной видов овощей, мясом и соусом. К этим блюдам тоже можно подавать закуски, если захотите и успеете их приготовить.

Корейцы едят короткозерный рис. Он еще называется рис для суши, в супермаркетах его можно найти на полках с продуктами для азиатской кухни. Если вы часто готовите рис, лучше купите большую упаковку в магазине корейских или японских товаров, так выйдет дешевле.

Правильно приготовленный короткозерный рис немного клейкий, с отдельными глянцевыми рассыпчатыми зёрнами, мягкими, но не разваренными. Рис по-корейски почти всегда готовят без соли, потому что подают с кимчи и гарнирами, где приправ достаточно. Хорошо приготовить рис несложно, но для варки на плите есть один важный нюанс: предварительно его надо замочить. Белый рис размачивают полчаса, а коричневый и смесь – два часа.

Размоченный рис быстрее приготовится, и вы не рискуете сжечь его снизу, когда сверху он еще сырой. Если вы забыли или не успели замочить рис, ничего страшного, просто он будет готовиться на 5-10 минут дольше.

Рис лучше подавать сразу, хотя в закрытой кастрюле он сохранит свежесть несколько часов. Как готовить рис заранее (максимум за три дня), рассказывается на стр. 40. Он не будет таким рассыпчатым, как свежий, но все равно останется хорошим.

Для приготовления в рисоварке рис не требует замачивания. Просто следуйте инструкции производителя для выбранного сорта риса.



Белый рис

[Почитать описание, отзывы и купить на сайте МИФа](#)

Белый рис (ссальпап)

Примерно 5 чашек, 4 порции

Сейчас большинство корейцев пользуются электрическими рисоварками, в которых рис получается одинаково хорошо каждый раз. Если вы не готовите рис ежедневно, то, возможно, не хотите тратить на очередной кухонный прибор. Без него можно обойтись, в старом добром сотейнике результат будет не хуже.

2 чашки короткозерного белого риса

2 чашки воды

1. Насыпьте рис в сотейник среднего размера с толстым дном, залейте холодной водой и размешайте рукой. Слейте воду в раковину, снова размешайте рис рукой, чтобы вышел крахмал. Продолжайте промывать и сливать до чистой воды. Добавьте 2 чашки воды, накройте сотейник крышкой и дайте настояться 30 минут.

2. Нагревайте рис на среднем огне 7-8 минут. Рис пора переворачивать, когда сверху появится пена, пузырьки начнут громко лопаться и покажется, что вода вот-вот убежит.

3. Переверните рис и накройте сотейник крышкой. На маленьком огне варите рис до мягкости, примерно 10 минут. Взрыхлите рис деревянной или специальной ложкой для риса, чтобы выпустить пар, и сразу же подавайте. Или оставьте настаиваться под крышкой 2-3 часа при комнатной температуре.

Примечание: рис можно хранить в холодильнике под крышкой до трех дней, перед подачей разогрейте его на пару или в микроволновке.



Слева: рис замачивается

Справа: белый рис

Рисовая корочка нурунчи

В кастрюле можно приготовить любимый корейский перекус – рисовую корочку нурунчи. Она так популярна, что ее начали выпускать с разными вкусами, как картофельные чипсы. Для приготовления нурунчи варите рис не 10 минут, а 12-15. Затем выложите приготовленный рис (сразу для подачи или на потом), оставив прилипшую ко дну корочку. Накройте кастрюлю крышкой и готовьте на маленьком огне 2 минуты. Брызните на корочку водой с руки, снова накройте крышкой и готовьте еще 1 минуту. Соскребите нурунчи ложкой. Если вы все делали по инструкции, она легко отойдет от дна.

Не спешите мыть кастрюлю, приготовьте заодно напиток из оставшегося на стенках риса (суннюн). После того как отскребете со дна весь рис, налейте в кастрюлю 2 чашки воды, доведите до кипения на среднем огне. Разлейте в кружки или пиалы и подавайте.

Маангчи и друзья

Йона: Мама мне голову оторвет, если я испорчу кастрюлю. Ее проще будет отчистить после нурунчи, если потом еще сделать суннюн? Или можно еще как-нибудь облегчить задачу?

Маангчи: Не проблема, металлической губкой все ототрется!

Караисоке: Маангчи, вы хотите сказать, что пригоревший рис – это такое блюдо? Обрадую родителей, что это не из-за того, что я забываю вовремя снять рис с плиты, а потому, что готовлю нурунчи.



Рисовая корочка нурунчи

Рис с мультизлаками (чапкок-пап)

Примерно 5 чашек, 4 порции

В моем детстве белый рис был непозволительной роскошью, и на каждый день моя бабушка готовила смесь, где он составлял только 30%, а остальные 70% заменяла ячменем (сравнительно дешевым). Сейчас зерновые смеси считаются полезными для здоровья и стоят дороже белого риса! Я смешиваю белый рис с ячменем, коричневым сладким рисом (который на самом деле не сладкий, а клейкий) и парой столовых ложек черного риса – он придает блюду красивый светло-фиолетовый цвет, но без него можно обойтись.

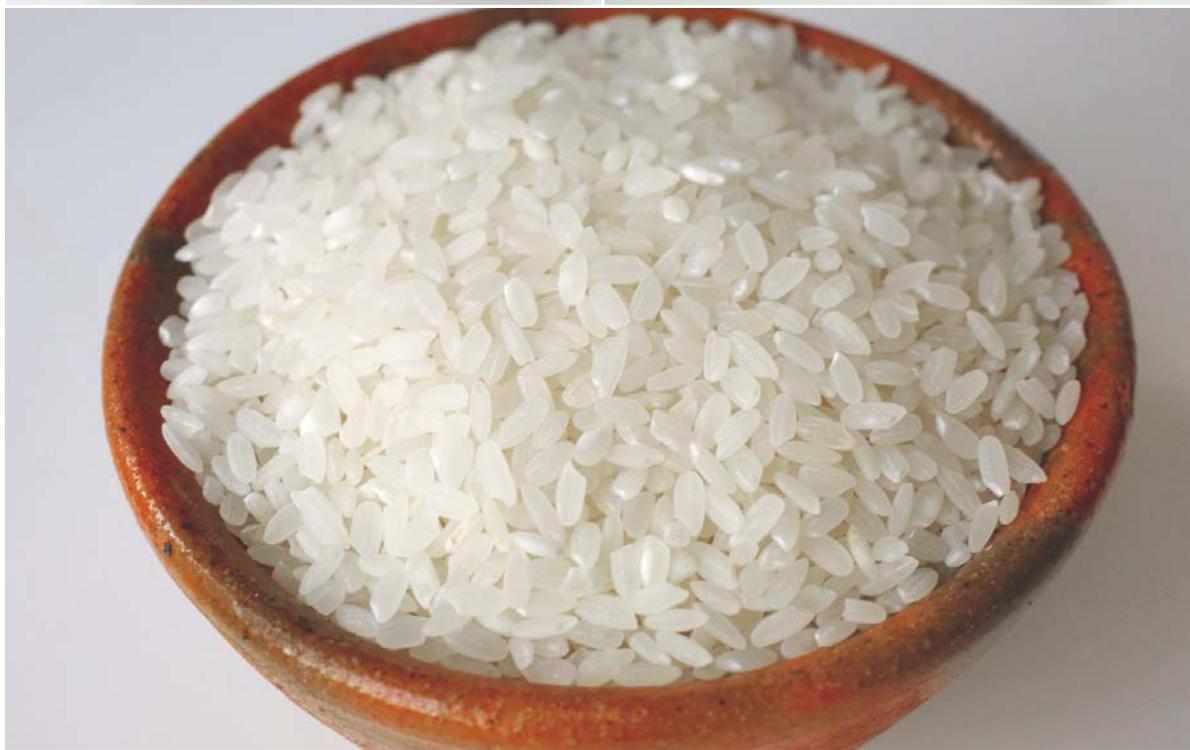
Главное в этом рецепте – предварительно замочить смесь на 2 часа, тогда она приготовится за 30 минут. Не замоченные предварительно злаки не размягчатся, как бы долго вы их ни варили. Еще один важный момент: взрыхлите готовый рис деревянной ложкой и сразу подавайте.

1 чашка короткозерного белого риса
½ чашки коричневого сладкого (клейкого) риса (хёнми чхапссаль)
½ чашки ячменя

2 столовые ложки черного сладкого риса (по желанию)
2 ½ чашки воды

1. Смешайте короткозерный, коричневый сладкий и черный сладкий рис и ячмень в среднем сотейнике с толстым дном и залейте холодной водой. Размешайте смесь рукой и слейте воду. Промывайте, помешивая, до чистой воды. Добавьте 2 ½ чашки чистой воды, накройте крышкой и дайте настояться 2 часа.
2. Поставьте сотейник на средний огонь, накройте крышкой и готовьте 10 минут.
3. Рис пора переворачивать, когда сверху появится пена, пузырьки начнут громко лопаться и покажется, что вода вот-вот убежит. Переверните его, убавьте огонь до минимума и варите еще 10-12 минут, до мягкости. Взрыхлите деревянной ложкой, чтобы выпустить пар, и сразу же подавайте. Или оставьте настаиваться под крышкой 2-3 часа при комнатной температуре.

Примечание: рис можно хранить в холодильнике в емкости с крышкой до трех дней, перед подачей разогреть на пару или в микроволновке.



Слева направо сверху вниз: черный сладкий рис, коричневый сладкий рис, короткозерный белый рис

Рис с пророщенной соей (кхоннамун-пап)

2 порции

Корейцы готовят кхоннамун-пап на обед или ужин, когда хочется чего-нибудь особенного, но не слишком сложного. В нем сочетаются разные вкусы и текстуры: хрустящие, освежающие ростки сои (кхоннамун), ореховые нотки кунжутного масла, острые хлопья перца, сочная говядина и солоноватый соевый соус.

Не экономьте на ростках сои – в приготовленном виде они сильно уменьшаются. Соус тоже имеет большое значение. Я сама нарезаю говядину, чтобы убрать лишний жир, потому что это блюдо должно быть легким, но можно взять и готовую нарезку.

Я подаю рис с кимчи и украшаю каждую порцию глазуньей, солнечный желток поднимает настроение перед едой.

1 чашка короткозерного белого риса
1 упаковка (350 г) пророщенной сои
(кхоннамун)
85 г говяжьей пашины или грудинки,
нарезка
щепотка соли крупного помола
щепотка свежемолотого черного перца

1 чайная ложка кунжутного масла
1 ½ чашки воды
1 столовая ложка растительного масла
2 крупных яйца
острый приправочный соевый соус
(стр. 270)

1. Положите рис в средний каменный горшочек с толстым дном (тольсот) или в сотейник, залейте холодной водой и размешайте рукой. Слейте воду в раковину, снова размешайте рис рукой, чтобы вышел крахмал. Продолжайте промывать и сливать до чистой воды.
2. Промойте, обсушите и переберите ростки сои. Сложите их в горшок к рису.
3. В небольшой миске хорошо перемешайте говядину с солью, перцем и кунжутным маслом. Положите в горшочек, налейте 1 ½ чашки воды, накройте крышкой и готовьте на среднем огне 20 минут в каменном горшочке и 10–12 минут в сотейнике. Рис должен приготовиться наполовину.
4. Хорошо перемешайте рис деревянной ложкой. Убавьте огонь до минимума, накройте крышкой и готовьте 10–12 минут. Попробуйте и, если рис сыроват, варите еще 5 минут. Снимите с огня.
5. Разогрейте растительное масло в большой сковороде и пожарьте глазунью.
6. Хорошо перемешайте кхоннамун-пап деревянной ложкой. Разложите на две порции и украсьте каждую жареным яйцом. Подавайте со соевым соусом.

На странице справа

Верхний ряд, слева: промытый короткозерный белый рис в каменном горшочке; справа: ростки сои и говядина со специями в горшочке. Средний ряд, слева: острый приправочный соевый соус (стр. 274); справа: перемешивание риса. Внизу: рис с пророщенной соей





[Почитать описание, рецензии
и купить на сайте](#)

Лучшие цитаты из книг, бесплатные главы и новинки:

