



ВОСТОЧНЫЙ КИТАЙ

Шанхай, Чжэцзян, Фуцзянь, Аньхой,
Цзянсу и Цзянси



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

ИЗОБИЛИЕ ВОДЫ И ПЛОДОРодНЫЕ ДЕЛЬТЫ

В восточном Китае находится мегаполис Шанхай и окружающие его провинции Цзянсу, Аньхой, Чжэцзян, Фуцзянь и Цзянси. Самая примечательная черта региона — дельта реки Янцзы, и ландшафт здесь преимущественно водный. В низинах раскинулись орошаемые рисовые поля с обширной сетью каналов, многим из которых уже не одно столетие. Цзянсу, Шанхай, Фуцзянь и Чжэцзян расположились на побережье, а значит, в рационе жителей много морепродуктов.

Дельту реки Янцзы (Чанцзян) называют Золотым треугольником, в ней сосредоточены территории Шанхая, южной провинции Цзянсу и северной Чжэцзян. Область в сердце региона называется Цзяннань («ог реки Янцзы»). Янцзы — самая длинная река в Китае, протяженностью около 6,3 км, она протекает от Тибетского плато через Сычуаньский бассейн, глубокие ущелья и бассейны Хэбэя и Аньхой, впадает в Восточно-Китайское море.

Течение протоков замедляется на территории Цзянсу. По ее рекам с давних времен пролегают

Плодородные восточный и прибрежный регионы Китая славятся блюдами с рыбой и рисом

судоходные маршруты, соединяющие провинции Китая. Неудивительно, что в восточном Китае есть четкое разделение между морской и речной рыбой, а пресноводное рыболовство играет большую роль. В пятидесяти водоемах Цинпу водится пять видов рыбы, ежегодный улов составляет 29 тыс. тонн.

Климат и сельское хозяйство

В восточном Китае господствует морской муссонный субтропический климат. В регионе тепло и влажно, но зимой столбик термометра опускается ниже -15°C , а весной бывают сильные колебания температуры. В дельте реки Янцзы самая плодородная почва, здесь выращивают в основном рис, но чем дальше вглубь континента, тем большее значение приобретает рыболовство.

Кроме риса, в регионе уже не одно столетие растят чай и разводят тутовых шелкопрядов.

Восточные провинции

Цзянсу — самая благоприятная для сельского хозяйства провинция восточного Китая, с болотами и плодородной землей. Издавна ее зовут «землей рыбы и риса». Цзянсу занимает всего 5% площади страны, но обеспечивает 40% благосостояния, в основном благодаря Янцзы и Великому каналу, проходящему с севера к нижним областям дельты. В Цзянсу часто идут дожди, летом жарко и влажно, а зимы холодные и туманные — идеальный климат для риса.





В восточном Китае длинная прибрежная зона, а по внутренним территориям протекает множество рек

Ландшафт Фуцзяни — высокие горы, речные долины и субтропическое побережье. В порты издавна заходят иноземные торговые суда, но гористые районы были практически недоступны до 1960-х, когда сквозь густые джунгли проложили дороги. Жители Фуцзяни живут в основном морским рыболовством.

Чжэцзян, одна из самых маленьких провинций страны, делится на две части: плоскую дельту на север от Ханчжоу, с зелеными холмами, чайными плантациями и извилистыми реками, и горные районы на юге, у границы с Фуцзянью, менее приспособленные для сельского хозяйства. Юг провинции прекрасен нетронутой природой, скали-

стыми горами и обширными долинами. На чайных плантациях Чжэцзян выращивают один из знаменитых сортов — «Колодец дракона» (лунцзин). В округе Шаосин, рядом с провинцией Чжэцзян, делают одноименное вино, несовершенное по западным стандартам, но любимое местными и используемое в кулинарии.

Градостроительное развитие

Урбанистические центры на востоке Китая — Шанхай, Нанкин, Ханчжоу, Сучжоу и Нинбо. В них похожий климат с холодными зимами и жарким летом, температурой до $+40^{\circ}\text{C}$ и высокой влажностью.

Область быстро развивается, сейчас ее называют столичным районом дельты Янцзы, с площадью застройки более 99,6 км². Здесь проживает более 115 млн человек, из них около 80 млн — в городах.

ПРОЦВЕТАЮЩИЙ СЕЛЬСКОХОЗЯЙСТВЕННЫЙ ЦЕНТР

У восточного Китая давняя история земледелия, рыболовства и торговли. Это регион с плодородными землями и многочисленным состоятельным населением. Со времен династии Хань (206 г. до н.э. — 220 г. н.э.) в дельте реки Янцзы складывались свои традиции культуры, кулинарии и земледелия. Сейчас Шанхай — один из крупнейших городов мира, с развитыми технологиями, архитектурой и транспортной сетью, число его жителей постоянно растет.

Крупный город и важный порт Китая, Шанхай, основан в X веке. Муниципалитет со статусом провинции (Шанхай достаточно велик, чтобы иметь свое правительство) вырос из маленького рыночного города, где до 1127 года проживали всего 12 тыс. семей. В результате миграции и притока беженцев население выросло до 250 тыс. человек.

К XIII веку Шанхай и окрестности стали одним из богатейших регионов Китая, где производили хлопок — основу городской экономики до начала XIX столетия. Во времена правления династии Мин, в XIV–XVII веках, здесь появились первые зачатки капитализма. Шанхай продолжал разви-

ваться до прихода династии Цин (1644–1911) и превратился в крупный финансовый центр, подерживающий масштабное сельское хозяйство и малый фермерский бизнес.

Пика экономики Шанхай достиг в XIX веке. Власти династии Цин были не очень хорошо организованы и не имели большого авторитета, городом управляли провинциальные гильдии — ассоциации коренных жителей, — позже начавшие конкурировать друг с другом.

Чжунцзяцзяо — знаменитый древний город на окраине Шанхая, основанный 1700 лет назад



Хлопок и чай — ключевые культуры в Цзянси, бывшем когда-то важной остановкой на пути сухопутной торговли

Во время опиумной войны 1840 года британские вооруженные силы временно оккупировали Шанхай. Война закончилась в 1842-м подписанием Нанкинского договора, согласно которому порты открывались для международной торговли. В 1850 году разразилось восстание тайпинов, которое обратило в руины сельские районы, а иностранные поселения оставило нетронутыми.

В результате напряженного положения город разделился на две части: стихийную китайскую и западную, куда съехались местные жители, предпочитавшие иностранный образ жизни. Шанхай в западной части всегда считался одним из самых современных городов мира. Здесь появились трамваи, город разросся до размеров мегаполиса. Британские и американские бизнесмены хорошо заработали здесь, а немецкие инвестировали в Китай. Сегодня Шанхай привлекает туристов из разных стран.

Провинция Шаньси, глубинка XXI века

Когда в VII веке построили Великий канал, соединив основные судоходные пути, внутренняя провинция Шаньси стала важной транзитной остановкой на сухопутном торговом маршруте из Гуандуна. Выращивание чая и добыча серебра создали условия для возникновения состоятельного купеческого класса. Но в XIX столетии из-за большого количества портовых городов Шаньси утратила значимость. Вышли из обращения традиционные джонки, изготовлением которых зарабатывали местные ремесленники. Провинция заслужила неоднозначную репутацию в XX веке как база коммунистической армии, но в конце концов партия Гоминьдан вытеснила ее прочь, на Длинный мариш в Шэньси.

Фуцзянь, традиционный уклад

Прибрежная область Фуцзяни принадлежит Китаю со времен правления династии Цинь (221–207 гг. до н.э.). Из пограничной полосы она выросла в крупный коммерческий центр с важны-



ми портами на морском Шелковом пути. Кроме шелка, через Фуцзянь перевозили драгоценные камни, ткани, фарфор и продукты, интересующие арабских купцов и других торговцев. Сюда стали наведываться миссионеры.

Императоры династии Мин в XVI веке установили ограничения, повлиявшие на морскую торговлю, и местные жители эмигрировали в Тайвань, Сингапур, на Филиппины, в Малайзию и Индонезию. В этих странах до сих пор проследживается влияние фуцзяньской кухни. Фучжоу, столица провинции, — ныне процветающий людный город с высокими небоскребами и масштабной застройкой. По легенде, известный во всем мире соевый соус появился в историческом портовом городе Сямынь (Амой).

Тихая провинция Аньхой

Пожалуй, самая малоизвестная из восточно-китайских провинций. Здесь не было таких заметных событий, как в других частях страны. Границы Аньхой очертили при династии Цинь в XVII веке, и с тех пор они почти не менялись, но, находясь между враждующими югом и севером, провинция повидала немало сражений и переворотов.

На севере внутренней территории лежат плодородные земли и текут реки, а к югу начинается гористая местность. Контраст ландшафта настолько разителен, что при основании Китайской Народной Республики провинцию разделили пополам, но в 1952 году она снова стала единым целым.

ШАНХАЙСКАЯ КУХНЯ

Шумный современный Шанхай расположен в устье реки Янцзы, а его гастрономическая культура распространилась далеко на восток, в Цзянсу, Чжэцзян и Фуцзянь. Этот влиятельный муниципалитет со статусом провинции расположен в окружении плодородных земель долины Янцзы. Широкая река и длинная прибрежная зона говорят о разнообразии рецептов и присутствии рыбы и морепродуктов в рационе местных жителей.

В дельте хорошо растет рис, им регион обеспечивает всю страну. Шанхайские блюда жирнее, чем пекинские и гуандунские, но акцент по-прежнему остается на свежих продуктах с чистым натуральным вкусом. Основу местной кулинарии составляют рыба, морепродукты, креветки, крабы, дикие утки.

Шанхайская кухня

Шанхайская кухня изысканная, с ароматными соусами. Некоторые китайские повара считают, что шанхайской кухни как таковой не существует, есть гибрид стилей и ингредиентов соседних провинций с налетом местной атмосферы. Шанхайские кулинары не жалеют спиртного, в этой кухне много «пьяных» блюд из всего, что летает, плавает и ползает.

В блюда добавляют соленое мясо и консервированные овощи и щедро сдабривают сахаром в сочетании с соевым соусом. «Красное» тушение (хун шао) — популярный стиль приготовления мяса и овощей в хмельной смеси вина, консервированного тофу и соевого соуса.

В Шанхае родилось много известных и легендарных рецептов, например «Цыпленок нищего»: целую курицу заворачивают в лист лотоса, обмазывают глиной и запекают.

«Столетнее» яйцо с лаймом и имбирем тоже придумали в Шанхае. Не всякий решится попро-

Дистиллированный рисовый ликер зреет в глиняных горшках, в Шанхае его используют в приготовлении «пьяных» блюд





бовать и местный деликатес «Вонючий тофу». Стоят упоминания и свиные фрикадельки «Львиная голова» — сочное мясо в густом винном соусе; кисло-сладкие свиные ребрышки, известные в странах Запада; и восхитительный жирный угорь стир-фрай в соусе хойсин.

Кухни других восточных провинций

У восточной кулинарной школы свои стили, непохожие на другие, наиболее известен Хуайян из города Янчжоу. В этом стиле готовят знаменитый жареный рис.

Провинции Цзянси и Чжэцзян граничат друг с другом, у них много общего. Из сочетания их кулинарных стилей вышла школа Цзянчжэ с ориентацией на праздничные и торжественные блюда.

Город Ханчжоу в провинции Чжэцзян славится чаем «Колодец дракона», Шаосин — одноименным вином, а Цзиньхуа — ветчиной. Рисовое вино добавляют во многие блюда в стиле, напоминающем пекинскую кухню. В рецептах используется много местных овощей,

Традиционные для фуцзяньской кухни конверты из листьев лотоса с разнообразными начинками

чаще всего капуста кейл и маринованная пекинская капуста. Тушенные в соевом соусе утка и гусь — типичные блюда местной кухни.

Приправы используют в ограниченном количестве, чтобы не перебивали вкус продуктов. В жирных и соленых блюдах свинину, ветчину и курятину оттеняют медом и мальтозой.

Фуцзянь — свежий стиль

В провинции Фуцзянь доминируют легкие блюда, в основном на пару, с элементами соседней, гуандунской, кухни. Рыбу, основной ингредиент в прибрежном регионе, чуть-чуть приправляют имбирем, кунжутным маслом, соевым соусом и перцем. Так же готовят мясо и птицу. В прудах, озерах и ручьях в изобилии растет лотос, в его листья заворачивают разные начинки. В пищу используются и орехи лотоса, а цветы имеют религиозное значение в даосизме.

ВОСТОЧНО-КИТАЙСКИЕ ТРАДИЦИИ

Чаще китайцы следуют григорианскому календарю, а лунному подчинены культурная, религиозная и духовная жизнь и праздники. Китайский Новый год, Праздник середины осени и другие торжества появились тысячи лет назад и остаются неотъемлемой частью быта китайцев. Существуют и менее известные праздники, тесно связанные с местной историей и традициями, например Праздник холодной пищи.

Китайский Новый год

Шанхай встречает Новый год залпами салютов. Друзья и родственники пляшут янгэ и танец льва. Две тысячи лет назад танец янгэ был религиозным ритуалом, им приветствовали богов и разгоняли злые силы, а сейчас просто развлекаются. У фейерверков тоже есть духовное значение: они провожают старое и призывают новое. Утром в день празд-

Салют освещает ночное небо над знаменитой панорамой Шанхая во время празднования китайского Нового года

нования все наряжаются в новую одежду, а старики идут в храмы ублажать богов подношениями в виде еды, вина и даже живой птицы.

Праздник середины осени

Об этом празднике сложено много легенд, есть одна самая трогательная. Согласно ей, даосский священник похвастался, что может отвести императора династии Тан в лунный дворец, и запустил посохом в небо.

Посох превратился в мост, и священник с императором взошли в лунный дворец,



где провели много радостных лет, а по возвращении народ приветствовал их пирожками в форме луны.

Есть еще игра в лунные пироги. Ее придумал фуцзяньский пират для своей команды, чтобы люди не скучали по дому. На Праздник середины осени все бросают игральные кости в большую фарфоровую пиалу и выигрывают большие и маленькие лунные пироги. Их иногда заменяют фруктами, вином и другими угощениями, но удовольствия от игры не становится меньше.

Праздник Тин Хау

Этот праздник отмечают в основном в Гуандуне и Гонконге, а в провинции Фуцзянь любят за легенду, связанную с рыбой. Считается, что морская богиня Тин Хау, которую еще называют Небесной Королевой и Матерью рыбаков, родилась в провинции Фуцзянь в 1093 году. Однажды ее отец и братья, как обычно, уехали на рыбалку, и ей приснилось, что они тонут. Она полетела на облаках над морем и спасла их. Еще Тин Хау предсказывает шторм и судьбы путешественников.

Праздник Цинмин (чистоты и света)

Его особенно чтят в восточных провинциях. В Китае радости и горести связаны с соответствующими блюдами. Праздник Цинмин выпадает на начало апреля. В этот день все ходят на кладбище почтить память предков, готовят подношения богу Земли и устраивают пикник на свежем воздухе. Это важный праздник, поскольку в даосизме поклоняются предкам и почитают родителей не только в жизни, но и после смерти.

Праздник холодной пицци (Ханьши)

Необычное торжество, почти неизвестное за пределами провинции Фуцзянь. Оно появилось на Тайване, поскольку большинство тайванцев — потомки выходцев из провинции Фуцзянь. Каждый год 4 апреля запрещено разжигать огонь. По преданию, в этот день 2000 лет назад при пожаре погиб преданный оруженосец



Лунные пироги — не только лакомство, еще их используют в азартных играх

китайского феодала. Раньше в память о нем огонь не разжигали целый месяц.

Сейчас празднование сократилось до одного дня, в который жители этой провинции едят холодные спринг-роллы и лапшу. Теперь некоторые считают этот день своеобразным испытанием и выбирают нетрадиционную еду, например холодные чизбургеры.

Лэй Чжайсу

День рождения Лэй Цзуня, выдающегося гражданина города Сучжоу, приходится на 24 июня. В этот праздник никто не ест мясо из уважения к имениннику и потому, что считается, будто так можно предотвратить конец света, не допустить эпидемий и сохранить мир. Раньше этот праздник в Сучжоу отмечали месяц, обычно в июне, но сейчас сократили до нескольких дней. В завершение празднования подают особое блюдо — утку с лапшой.



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

ВОСТОЧНЫЙ КИТАЙ

Супы и димсам



СУПЫ И ПЕЛЬМЕНИ

Супы в восточном Китае варьируют от легких до густых и наваристых. Солируют в них тофу и овощи, как, например, в шанхайском супе с тофу и шпинатом. Другие любимые ингредиенты — свинина, рыба и морепродукты, особенно в жирных блюдах, согревающих зимой.

В деревнях супы варят из морепродуктов, мяса, тофу и корнеплодов и подают на ужин как самодостаточное блюдо.

Основа супа — чистый холст, который можно раскрасить, как душа пожелает. На востоке в супы любят добавлять сало или белый жир, бульон получается калорийнее и ощущается во рту шелковистым.

Рисовая каша конги относится к категории димсама, например каша с солеными утиными яйцами, которую подают не только в восточном Китае, но и в других провинциях. Тыквенный пирог и паровые пельмени с креветками — типичные закуски в этой местности.

Сейчас большинство китайцев ходят в димсам-ресторан по особым случаям, дома столько маленьких блюд для одного приема пищи мало кто готовит. Количество наименований в ресторанах доходит до 50, и многие блюда сложны в приготовлении и требуют специальных навыков. Для этого раздела выбраны рецепты, по которым даже новички приготовят восхитительные полупрозрачные пельмени на своей кухне.





СУП-ЛАПША С РЫБНЫМИ ШАРИКАМИ

Сытное блюдо с давней историей и крестьянскими корнями продается на лотках по всему Китаю и юго-восточной Азии. Оно традиционно служило поздним ужином и облегчало муки голода игроков в маджонг, стучавших костями ночи напролет в Гонконге, Сингапуре, Нью-Йорке и других странах.

1. Замочите лапшу из маша в теплой воде на 15 минут, до разбухания и желатиновой консистенции. Слейте.
2. В большую сковороду влейте кипяток, добавьте бульонный кубик и доведите до кипения. Засыпьте рыбные шарики и варите 5 минут. Они немного разбухнут и станут чуть хрустящими.
3. Добавьте лапшу и варите 3 минуты, затем выложите остальные ингредиенты.
4. Украсьте кинзой и подавайте со свежими перцами чили и светлым соевым соусом, каждый добавляет их по вкусу в свою тарелку.

4 ПОРЦИИ

150 г лапши из маша
800 мл кипятка
1 рыбный бульонный кубик
24 готовых рыбных шарика
1 ст. л. светлого соевого соуса
1 ст. л. консервированных овощей
0,5 ч. л. молотого черного перца
1 ст. л. кунжутного масла
2 пера зеленого лука, нарезать
Листья кинзы для украшения
Нарезанный свежий красный или зеленый перец чили — для подачи

Шеф рекомендует

Вместо кубика можно использовать рыбный бульон в объеме, указанном для воды.





4 ПОРЦИИ

2 ст. л. подсолнечного масла
3 зубчика чеснока, крупно
нарезать
25 г корня имбиря, нарезать
соломкой
300 г филе карпа
800 мл кипятка
1 рыбный бульонный кубик
150 г дайкона или белого
редиса, нарезать кубиками
1 см
2 ст. л. светлого соевого
соуса
2 ст. л. кунжутного масла
0,5 ч. л. молотого черного
перца
Листья кинзы для украшения

Совет

Карпа можно заменить палтусом, треской, пикшей или другой рыбой с плотным мясом.

СУП ИЗ КАРПА С ДАЙКОНОМ

Жители Шанхая славятся мастерством приготовления морепродуктов. Карпа ценят за красоту, символическое значение (золотые и серебряные рыбы приносят удачу), чудесный вкус и приятную текстуру. Из костей и плавников варят впрок бульон с приправами. Вместо бульона можно взять кубик.

1. Разогрейте масло в воке, добавьте чеснок и имбирь и обжаривайте до золотисто-коричневого цвета. Достаньте и отложите чеснок и имбирь, сохраните масло.
2. Влейте воду в большую сковороду, положите кубик, доведите до кипения и влейте сохраненное масло. Добавьте карпа и дайкон. Варите при слабом кипении 5 минут, добавьте соевый соус, кунжутное масло и перец.
3. Варите при слабом кипении 3 минуты и подавайте суп горячим, украсив жареным чесноком, имбирем и листьями кинзы.

СУП С ТОФУ И ШПИНАТОМ

Китайский шпинат относится к тому же ботаническому семейству, что и обычный, и даже на него похож, но отличается грубой, волокнистой текстурой и фиолетовыми полосками. Он считается полезным для крови. Обычно китайский шпинат продается с корешками. Вместо соли и для ароматизации в шанхайской кухне широко применяется соленая рыба.

1. Мелко нарвите листья шпината и нарежьте стебли тонкими ломтиками. Отставьте. В большую сковороду налейте кипящую воду, доведите до кипения, добавьте соленую рыбу и варите 10 минут.
2. Разогрейте масло в большой сковороде и обжаривайте чеснок 30 секунд. Выложите его в бульон вместе с маслом и добавьте соевый соус, перец и кунжутное масло.
3. Варите 2 минуты, добавьте тофу и шпинат. Перемешайте и варите еще 2 минуты. Подавайте суп горячим.

4 ПОРЦИИ

150 г шпината, лучше китайского
800 мл кипятка
75 г соленой рыбы
2 ст. л. подсолнечного масла
2 зубчика чеснока, раздавить
2 ст. л. светлого соевого соуса
0,5 ч. л. молотого черного перца
1 ст. л. кунжутного масла
115 г тофу, нарезать кубиками 1 см

Совет

Если не любите соленую рыбу, замочите 1 ст. л. сушеных креветок или анчоусов и добавьте в суп.





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

Лучшие цитаты из книг, бесплатные главы и новинки:



[Mifbooks](#)



[Mifbooks](#)



[Mifbooks](#)