

Строганина по-немецки

Немцы славятся честностью и бережливостью. Неудивительно, что в Германии любят театр из сырого мяса: он позволяет экономить ресурсы и, если продукт недоброкачественный, сразу его выдает.

Учёные всё ещё спорят, когда человек начал отказываться от употребления сырой пищи. Даты называют разные: от 40 тысяч до полумиллиона лет назад. Возможно, от того эпохального момента нас отделяет и вовсе 790 тысяч лет – таков возраст древнейшей стоянки Гешер-Бенот-Яков у реки Иордан в Израиле, где археологи нашли обгоревшие семена оливок, ячменя и винограда. Еда, приготовленная на огне, давала нашим предкам намного больше энергии. Кроме того, на вкус она слаще, да и жевать её легче. Но у сырой пищи свои преимущества: она практически не требует времени на приготовление и в ней сохраняется больше витаминов.

В Германии тартер из сырого мяса – блюдо повседневное. Согласно классическому рецепту его замешивают из мелко нарубленной охлажденной говядины, добавляя репчатый лук, сырой яичный желток, горчицу и маринованные огурцы, а подают на щедрых ломтях фермерского хлеба или с картофелем фри. Традиционно блюдо готовили из вырезки, но сейчас в моде лозунг «Ешь корову целиком» и повара всё чаще используют альтернативные отруба, например, кострец, отличающиеся еще и ярким вкусом.

Что же позволяет немцам безопасно есть сырое мясо? Во-первых, элементарная гигиена. Бактерии как правило, скапливаются на поверхности свежего отруба, его, как и нож для нарезки, нужно хорошо вымыть. Во-вторых, мясо в наши дни обычно подвергают краткосрочной заморозке до -18 градусов, при которой большинство бактерий погибает, и только потом мелко рубят. Финальный штрих: сырой репчатый лук и острая горчица дезинфицирует фарш ещё раз.

Несмотря на примитивный способ приготовления, блюдо это немцы употребляют в пищу всего несколько столетий, а происхождение его окутано легендами. По одной из версий, корни тартара уходит в Сибирь, которую на странных картах обозначили как Тартарию (Татарию). Тартар в греческой мифологии – преисподняя, именно тут в средневековом представлении жили дикие племена, предпочитавшее сырое мясо. В северных широтах до сих пор распространено блюдо из сырого мяса – строганина.

Интервью

Мариус Аккерманн

*Уроженец Мюнстера,
шеф-повар отеля «Астория» рассказывает,
зачем в сырое мясо добавляют в икру.*

Как часто в Германии едят татар?

Постоянно. Его готовят на завтрак, подают в качестве закуски днём во время ланча и вечером в баре. Мой отец – большой любитель этого блюда. Когда он работал на фабрике, у них в коллективе было принято угощать коллег тартаром в день рождения.

Нарезали мясо тут же на рабочем месте и выкладывали на белые кайзеровские булочки.

В чём особенность немецкого рецепта?

Обычно тартар делают из говяжьей вырезки, но в Востфалии, откуда я родом, нередко смешивают пополам свинину и говядину, щедро сдабривая их луком. Подают на толстом ломте ржаного хлеба. Он, кстати, не менее важный элемент тартера, чем мясо. По толщине фарш и хлеб должны быть почти одинаковыми. Правда сейчас молодёжь предпочитает не смесь свинины с говядиной, а мясо бычков блэк ангус.

А какие необычные разновидности тартара существуют?

Например, сёрф-энд-тёрф – сочетание мяса и морепродуктов. Я готовлю в «Астории» подобное блюдо. К рубленой говяжьей вырезке добавляю чёрную икру – тут встречаются два разных продукта без термической обработки, осетровая икра придаёт мясу солоноватый привкус. Каперсы, огурцы, лук-шалот подаю отдельно, чтобы каждый мог добавить сколько хочет.

Существует версия, что есть тартар немцев научили русские купцы, торговавшие в портовом Гамбурге в конце 17-го века. Тут честное и понятное блюдо, сразу выдающее недоброкачественные ингредиенты, полюбилось и портовым рабочим, и высшим сословиям. С годами рецепт, позволяющий бережливым немцам, помимо прочего, экономить время и топливо для приготовления пищи, распространился по всей Германии и даже в конце 19 века с немецкими эмигрантами отправился в Новый Свет. Если разобрать хорошо знакомый всем гамбургер по ингредиентам, то окажется, что этот тартар прошедший термическую обработку.

У мясного тартара очень короткий срок годности, и съесть его надо сразу после приготовления. Зато и обнаруживается и плюс, востребованный в современном мире: понижается калорийность по сравнению с жареным стейком. Тысячелетия назад людям было важно извлекать из продуктов как можно больше энергии, и в этом термически обработанные продукты, конечно же обгоняют сырые. В современную эпоху, когда переизбыток, избыток калорий и, как следствие, ожирение стали глобальной проблемой, блюдо, из сырого мяса, переваривание которого требуется больших энергозатрат, становится популярным не только в Германии, но и во всём мире. Например, американцы и французы любят тартар не меньше немцев.

Если дома его готовят просто, то в ресторанах повара экспериментируют, не сдерживая фантазию, к сырой говядине добавляют и краба, и копченого угря, и лесные ягоды, для заправки, помимо горчицы, используют сметану или экзотический соус. Да и само слово «тартар» в последние годы стало нарицательным – так теперь называют блюда из сырой рыбы и даже из овощей. Главное же, чем тартар покоряет современный мир, помешанный на идеях ответственного потребления и остро нуждающийся в экономии всех видов ресурсов, - возможность не тратить время и энергию, чтобы получить гастрономическое удовольствие.

Рецепт

Тартар из говядины

На сколько порций: 2

Время приготовления: 5 минут

Калорийность: 280 ккал на 100 г.

Говяжья вырезка – 400г

Яйцо – 2 шт.

Лук репчатый красный – 10 г

Горчица дижонская – 10 мл.

Каперсы – 10 г

Соус ворчестер – 5 мл

Маринованный огурец – 10 г

Петрушка – 10 г

Соль и перец – по вкусу

1. Говяжью вырезку подморозить до -18 градусов. Достать из морозилки и подержать час при комнатной температуре: мясо не должно быть очень мягким. Порезать мелкими кубиками.
2. Мелко нарезать каперсы, маринованный огурец, петрушку, репчатый лук.
3. Отделить желток от белка. В миску выложить мясной фарш, добавить желток, овощи, зелень.
4. Влить соус ворчестер, положить горчицу, посолить, поперчить. Тщательно перемешать. Выложить на тарелку. Подавать с ломтями хлеба или картофелем фри.

Источник:

https://vk.com/wall-165205956_71710