

Эта пустая страница добавлена для облегчения просмотра в режиме Facing Pages (разворот), который даёт представление о том, как выглядит печатная версия.



Владимир
Беляков

ОБЕД В МЕСЯЦ РАМАДАН

Кое-что о ближневосточной кухне

Тщательно подобранный стол в дорогом ресторане на праздник Ид аль-фитр, который начинается сразу после Рамадана – месяца мусульманского поста.

Солнце клонилось к закату, а мы ничего не ели с самого утра. Да ещё весь день бродили по развалинам Джераша – просторного римского города, расположенного севернее нынешней столицы Иордании – Аммана. В обычное время можно было бы зайти в кафетерий у главных ворот Джераша, съесть по шаурме (её представлять нынче не надо), а потом уже продолжать изучение древнего города. Но стоял Рамадан – месяц мусульманского поста, когда правоверным с восхода и до заката солнца запрещено пить и есть, и кафетерий был закрыт. Пришлось набираться терпения.

Ещё по пути в Джераш я заметил на подъезде к городу ливанский ресторан. Вот там-то, подумал я, и можно поужинать, когда будем возвращаться в Амман. Тем более что ливанская кухня – самая разнообразная и изысканная на всём Ближнем Востоке.

У ресторана под навесом стоял старенький «мерседес» с ливанским номером. Отлично! Значит, хозяева – ливанцы, и кухня тут настоящая. Заняли столик у окна. «Что будете есть?» – осведомился подошедший хозяин. В меню были супы, хотя они мало распространены здесь и, по нашим представлениям, не очень вкусные, поэтому мы сразу заказали второе – *мешивят мушакьяля*, мясное ассорти на гриле, коронное горячее блюдо ближневосточной кухни: кусочки шашлыка, пара бараньих отбивных на косточке и четвертинка цыплёнка без костей.

Шашлык в России справедливо ассоциируется с кавказской кухней. Ближневосточная кухня похожа на неё, и в этом нет ничего удивительного. Свою роль здесь сыграло не столько близкое соседство и многовековые связи, сколько сходство климата и природных условий. В обоих регионах ведущие отрасли сельского хозяйства – пастбищное скотоводство и овощеводство, а это значит, что главные блюда на столе приготовлены из баранины или козлятины и овощей.

Владимир Владимирович Беляков – кандидат исторических наук, старший научный сотрудник Института востоковедения РАН.



Умелое использование трав и специй – характерная черта ближневосточной кухни.

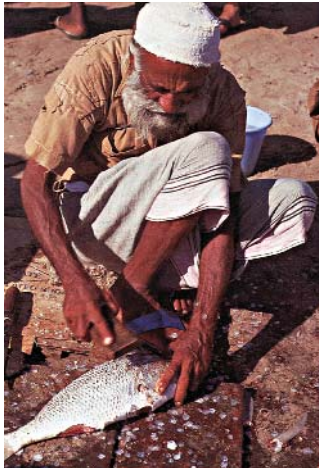
Молочные блюда на Ближнем Востоке распространены значительно меньше, чем в России. Соленья практически отсутствуют: свежие овощи в продаже круглый год, и заготавливать их на зиму, как принято у нас, нет необходимости. Что такое каша, арабы не знают. И ещё одна особенность ближневосточной кухни: она пресная, не то что в Южной Азии. По-видимому, жаркий и сухой климат не располагает к употреблению острых блюд.

Впрочем, специи арабы используют довольно широко. На любом местном рынке можно встретить лавочку с мешочками корицы и гвоздики, тмина и имбиря, мускатного ореха и шафрана. Одни специи – привозные, другие – сугубо местные. Перед главными воротами Джераша растёт огромное дерево. Крутившийся возле него мальчишка сорвал веточку и со словами «Фильфиль, фильфиль» протянул её мне. Я растёр пальцами листья с мелкими

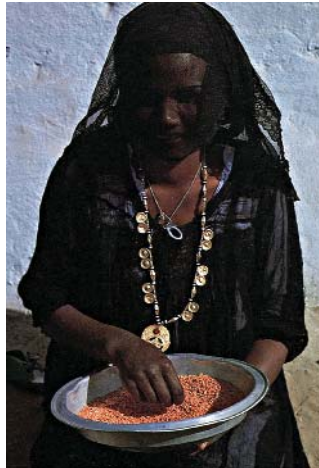
Тот самый обед в ливанском ресторане.



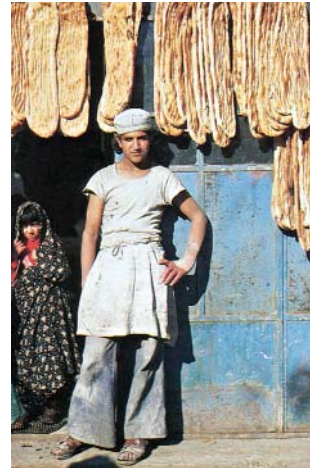
// осень 2004 //



Оманцы, большие любители рыбы, предпочитают маскатского леща.



Перебирать бобовые доверяют только женщинам.



Деревенский пекарь. В обычной духовке такие лепёшки не выпечь.

горошинami. В нос ударил знакомый запах душистого перца.

Рыба занимает хотя и второстепенное, но вполне достойное место. Ведь в этом регионе есть крупные реки, а его берега омывают моря. Но свежую рыбу хранить в жарком климате труднее, чем мясо, и поэтому её чаще едят там, где рядом вода. В Асуане, например, стоит отведать филе нильского окуня, а в Багдаде — *масгуф*, копчёную рыбу, которую приготовят прямо при вас. Ну и, конечно, всегда можно попробовать свежей рыбы, креветок, кальмаров в ресторанах приморских городов.

«Что будете пить?» — спросил хозяин. «Арак», — ответил я. Ливанец удовлетворённо кивнул и удалился. Арак — это виноградная водка с запахом аниса, напиток, идеально сочетающийся с ближневосточной кухней, но весьма специфический на вкус. Хороший арак крепче нашей водки — 55 градусов, но в чистом виде его не пьют. Сначала в сухой охлаждённый стакан наливают немного этого напитка, затем добавляют воды, при этом арак белеет, а потом бросают в стакан лёд.

На этом свойстве арака основана традиционная шутка, которую бесконечно повторяют на новогодних капустниках в российских посольствах в арабских странах. Называется она «Превращение воды в молоко». Сливая прозрачную жидкость из двух стаканов, «фокусник» демонстрирует всем нечто, на вид действительно похожее на молоко. Желаящим предлагается проверить, они пробуют и дружно подтверждают: «И вправду молоко!». Публика в восторге, хотя секрет давно всем известен.

Арак разбавляют водой в разных пропорциях: кто как любит. Я, например —

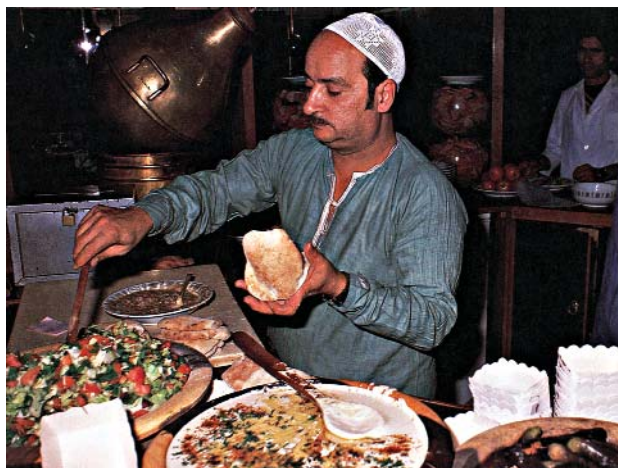
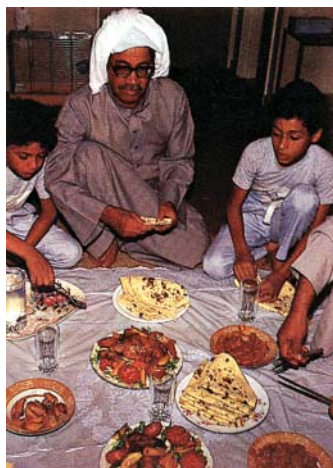
один к двум. Жена — один к трём. Некоторые мои коллеги-арабисты предпочитают пропорцию два к одному. Арабы не пьют арак залпом, а потягивают его, как виски с содовой или джин с тоником. На стенках стакана остаётся беловатый налёт, поэтому арак не принято наливать дважды в один и тот же стакан.

Арак, пожалуй, единственный из крепких напитков, не только не обжигающий нутро, а, наоборот, оказывающий смягчающее действие. Поэтому врачи рекомендуют его как профилактическое средство, если качество предстоящей трапезы вызывает сомнения. Ливанцы — народ плотный, но всё-таки, когда мы жили и работали в Ливане и в выходные дни обедали в маленьких местных ресторанчиках, перед едой не только пили арак сами, но и давали его в сильно разбавленном виде детям.

Самый лучший арак изготавливают в Ливане, на винодельнях Кефра и Ксара. Неплохой арак местного производства

Арабские сласти — приторные и жирные.





В арабских семьях обычно едят прямо на полу, но если приходит гость-европеец, ставится стол с посудой и столовыми приборами (слева). Так делают сэндвичи в каирских закусочных (справа).

можно купить также в Сирии и Иордании. Делают его и в Египте, но очень низкого качества. Зато там производят хорошие вина «Омар Хайям» и «Обелиск». Своими винами, как и араком, славятся ливанцы. Качественные местные вина можно купить в Сирии, Иордании, Израиле, на палестинском Западном берегу реки Иордан.

Читатель может удивиться: собственные спиртные напитки в арабских странах? Ведь известно, что ислам запрещает употребление алкоголя!

Да, запрещает. Но, во-первых, алкогольные напитки производились на Ближнем Востоке задолго до возникновения ислама. В Египте, например, вино и пиво делали ещё во времена фараонов. Во-вторых, во многих странах этого региона есть значительные христианские общины. В Ливане, славящемся своим спиртным, христиане составляют почти половину населения. Немало христиан проживает в Египте, Сирии, Иордании, Ираке, на палестинских землях. В-третьих,

в этих и некоторых других арабских странах вопрос о том, употреблять алкоголь или нет – дело сугубо личное. Исключение составляет месяц Рамадан, когда спиртное исчезает с прилавков магазинов, а в ресторанах его местным жителям не подают. Иностранцам – пожалуйста. Но и тут есть свои особенности. В Джераше нам принесли арак не в прозрачных стаканах, а в чашках, чтобы не было видно, что мы пьём.

Впрочем, в ряде арабских стран – Судане, Ливии, Йемене, Саудовской Аравии, Кувейте – официально существует «сухой закон».

Примерно такая же ситуация, как с алкоголем, сложилась на Ближнем Востоке со свининой. Мусульмане и иудеи её не едят, поэтому в ресторанах с местной кухней блюд из свинины нет. Но в некоторых странах свиней всё-таки разводят. Однажды мы с женой отправились осматривать новый коптский монастырь, построенный на окраине Каира, в пещерах горы Мукаттам. Чтобы попасть туда, надо было проехать через Маншиет Наср – район, где живут каирские мусорщики. Там же, прямо возле домов, они разбирают свою добычу. Вонь стояла невыносимая, а в кучах мусора копошились вперемешку детишки и небольшие чёрные свиньи. «Не буду больше есть свинину!» – решительно заявила жена и, надо сказать, слово своё потом сдержала. До этого же мы нередко покупали свиные отбивные, ветчину и сосиски в специальной лавке в центре города.

Итак, ливанский ресторан в Джераше. Накрывать на стол начали с напитков. Помимо арака принесли большую бутылку воды и лёд. Воду, впрочем, подали бы в любом случае, в арабских ресторанах это обычно

Если в тесто добавить кукурузной муки, лепёшка «раздуется».



Турецкая кухня мало чем отличается от арабской, хотя не так богата, как ливанская. Те же основные продукты, те же бесчисленные закуски, правда, под другими названиями – «замазки», салаты, пирожки, долма. Та же виноградная водка с анисом, но не арак, а *ени ракы*.

делается всегда. Традиция запивать еду водой, вероятно, объясняется жарким климатом, когда приходится постоянно поддерживать в организме водный баланс. Иной раз, в народных рестораниках, воду подают в кувшине – это значит, что её налили прямо из-под крана. За качеством водопроводной воды, конечно, следят, но всё же вода в бутылках куда надёжнее. В Каире мы даже готовили на ней.

Пока мы разбавляли арак и бросали в него лёд, в ресторан вошла местная семья – муж, жена и трое мальчишек от 8 до 12 лет. Они заняли соседний столик. Как я заметил, иорданцам сначала принесли размоченные сушёные финики и густой напиток, приготовленный из вяленых абрикосов. Именно им у арабов принято в рамадан прерывать пост. Всё остальное – уже потом.

Что же касается нас, то не успели мы сделать по паре глотков из чашек, как хозяин вынес на огромном подносе *меzze* – закуски, составляющие самую прославленную часть ливанской кухни. В меню их нет, они включены в стоимость горячих блюд и подаются без заказа. В каждом ресторане – свой набор закусок, причём, чем лучше заведение, тем их больше. В некоторых шикарных ресторанах в Бейруте *меzze* составляют до полусотни блюд. Но сам я в таких ресторанах не бывал. В Джераше же нам подали 20 небольших тарелочек с закусками.

Неопытный путешественник вылизет тарелочки все до единой – так вкусно приготовлено! И будет неправ. Потому что после этого горячее блюдо останется только разглядывать. Умудрённые годами жизни на Ближнем Востоке, мы такую ошибку, несмотря на голод, не сделали. Хотя попробовали все закуски без исключения.

О *меzze* я могу рассказывать только как любитель. А вот моя жена освоила несколько



арабских блюд и иногда готовит их в Москве, если, разумеется, есть привозное ближневосточное «сырьё». Например, *тахина* – кунжутная паста. Так вот, самые необычные для русского человека арабские закуски – это «замазки». Арабы считают их салатами, хотя в нашем понимании к салатам они никакого отношения не имеют. «Замазками» же эти закуски называют русские из-за их консистенции, напоминающей жидкую пасту. Самая распространённая из них – это собственно *тахина*, кунжутная паста, разбавленная соком зверски кислого лайма и оливковым маслом. Особенно популярна она в Египте. Если в *тахину* добавить печёный баклажан, получится *баба ганнудж* (ливанцы называют его *мутаббаль*), а если тёртый горох – то *хумус* (в Египте его готовят редко).

«Замазки» – блюда вкусные и сытные, несмотря на свой не очень привлекательный вид. Так что если вам придётся оказаться на Ближнем Востоке, не брезгуйте



Сходство турецкой и арабской кухонь объясняется не только соседством и почти одинаковым климатом. Турки и большинство арабов – мусульмане. К тому же Турция четыре столетия господствовала здесь, и зачастую невозможно определить, кто у кого заимствовал то или иное блюдо.

ком и специями. А потом ещё *лябне* – йогурт с чесноком и зеленью, *куса* – маленькие тушёные кабачки, фаршированные мясом, овощами и орехами, *уарак эйнаб* – голубцы из виноградных листьев, известные у нас как долма. Были и блюда, названия которых я не знаю: картофельный салат, маринованные овощи (у египтян они называются *торши*), белый сыр с красным перцем, жареная куриная печёнка и прочее, и прочее.

Заметив, что закусок в тарелочках основательно побавились, хозяин вежливо осведомился, не пора ли подавать горячее. Мы согласно закивали. Вскоре перед нами появились большие блюда с дымящимся жареным мясом трёх сортов.

Привычный нам шашлык арабы называют *кебаб*,

или *шши-кебаб*, а то, что у нас известно как люля-кебаб, называют *кофта*. Есть ещё и шашлык из курицы – *шши-таук*. Самый нежный кебаб можно отведать в северо-сирийском городе Халеб (Алеппо). Он буквально тает во рту. Готовятся эти блюда из парного мяса. На Ближнем Востоке вообще практически не знают, что такое мороженое мясо или рыба.

Но горячим блюдом обед не заканчивается. Сначала нам подали кусочки арбуза и дыни, горстку вяленых фиников. Потом на столе появились сласти. Арабы в массе своей – сладкоежки, но их сласти уж очень сладкие и жирные. К удивлению русских людей, поглощают они их, ничем не запивая. Мы же попросили чай со свежей мятой и кофе.

Чай арабы заваривают прямо в чашке, а чаще всего – в маленьком стаканчике. Заварки и сахару не жалеют, поэтому напиток получается очень крепким и очень сладким. Кофе, в отличие от чая, вообще

ими! Ешьте, подцепляя их кусочком лепёшки, как принято у арабов.

Арабский хлеб – это пресные лепёшки, различающиеся, однако, в разных странах. Белые лепёшки размером с тарелку обычно называют *аши шами* – «дамасский хлеб», а серые, диаметром поменьше – *аши баяди* – «простонародный хлеб». В городах нынче пекут и батоны, и булочки, но это всё чужое, *аши афранги*, как говорят египтяне: «заграничный хлеб».

На закуску нам подали и настоящий салат. Называется он *таббули*. Мелко порезанные помидоры, лук, мяту и петрушку перемешивают с пшеничной крупой и заправляют оливковым маслом и лимонным соком. Пальчики оближешь! Тарелку с *таббули* мы опустошили в первую очередь.

Ну, а затем наступил черёд *киббе* – котлеток из смеси мяса с пшеничной крупой, *фатаир* – треугольных пирожков с белым сыром и шпинатом, *киббе нае* – сырого мясного фарша с пшеничной крупой, лу-



традиционный арабский напиток. Он и в Европу пришёл из арабского Йемена. Само слово «кофе», вошедшее во многие языки, происходит от арабского *кахва*, а самый знаменитый сорт кофе, «мокко», назван так по имени йеменского порта Мокха, служившего поначалу единственным поставщиком кофейных зёрен в Европу.

Йемен давно уже перестал быть монополистом в производстве кофе, но выращиваемые там сорта остаются непревзойдёнными и до сих пор высоко ценятся на мировых рынках. Они обладают исключительно сильным ароматом. Йеменский кофе добавляют в другие сорта и в шоколад.

Сами йеменцы настоящий кофе почти не пьют. Они предпочитают *кишир* – напиток из кофейной шелухи. К ней добавляют имбирь, корицу и кардамон. Получается нечто светлое и весьма забористое. Любят этот напиток и в соседней Саудовской Аравии. Так что килограмм шелухи на базаре подчас стоит больше, чем килограмм сырых кофейных зёрен.

И все же Ближний Восток невозможно представить без чашки крепкого, душистого кофе. Вариаций в его приготовлении множество. Одни бросают в пену готового напитка крупинки соли, другие добавляют ваниль, третьи – кардамон. Это всё относится к кофе по-турецки. А есть ещё кофе по-арабски, или, я бы сказал, кофе по-бедуински – настоящий кофейный чифирь. Заваривается очень крепкий кофе, его кипятят минут 15–20. Получается напиток

Любители мяса могут насладиться многочисленными блюдами, приготовленными на гриле и возбуждающими аппетит не только своим видом, но и ароматом.

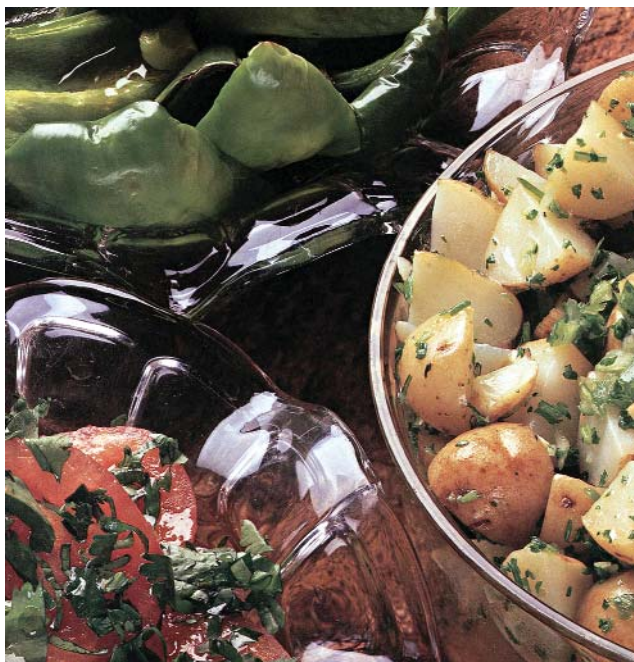
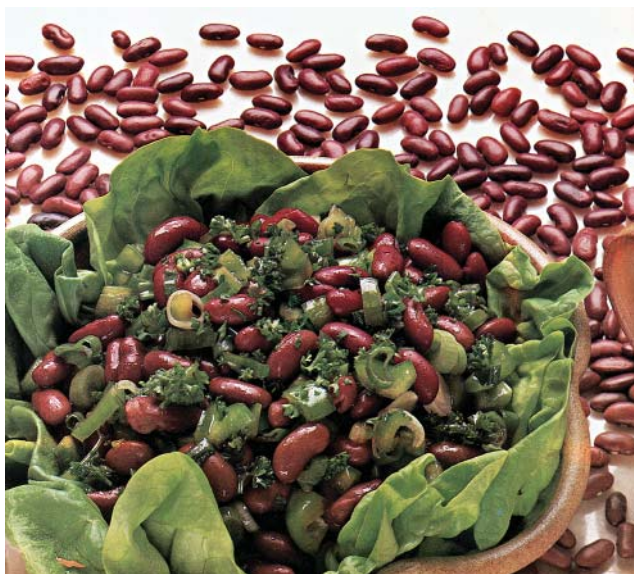
кисловатого вкуса и убойной силы, его наливают на самое доньшко маленькой пиалы – всего на полглотка.

Мы заказали себе кофе по-турецки с кардамоном. А наш сосед-иорданец после еды попросил *наргие* – кальян (египтяне называют его *ишиша*). Кальян на Ближнем Востоке курят и стар, и млад, причём обычно заправляют его табаком с фруктовой примесью. Поэтому через некоторое время по ресторану стал распространяться яблочный аромат. На человека, привыкшего курить сигареты, кальян чаще всего не производит особого впечатления. Табак слабый, дым, пропущенный через воду, хоть и ароматный, но холодный. Тянешь, тянешь – дыму много, а толку мало.

Кофе, как обычно на Ближнем Востоке, принесли в маленьких кофеварках, каждая на одну чашку. Хозяин наполнил чашки при нас: настоящий кофе должен быть обжигающе горячим. Рядом непременно стаканы с холодной водой. Арабы считают, что кофе надо пить так: глоток из чашки – глоток из стакана. Вода оmyвает вкусовые рецепторы, и каждый новый глоток кофе воспринимается как первый. Кстати, холодную воду нередко подают и к чаю...

В ту пору мы жили и работали в Каире. Из Египта в Иорданию перебирались на пароме вместе с машиной. Загрузились в египетском порту Нувейба на Синае, три часа пересекали Акабский залив Красного моря и высадились в иорданской Акабе. В Каир

Вегетарианцам тоже есть чем полакомиться. Салаты из фасоли, зелёного перца, помидоров с кориандром, картофеля – и конечно же, рис.





Голубей в Египте специально разводят на мясо, и голубятню, глиняную башню с множеством отверстий и жёрдочек, можно увидеть буквально в каждой египетской деревне.

возвращались той же дорогой. На пароме был только буфет, да и тот из-за Рамадана был закрыт. Так что в Нувейбу мы прибыли, снова изрядно проголодавшись. И отправились ужинать в давно знакомый нам ресторанчик.

Египетская кухня не так разнообразна, как ливанская. Есть в ней и свои особенности, ведь Египет – страна земледельцев. Овец и коз разводят там в основном бедуины на Синае да в Восточной пустыне. Конечно, у крестьян-феллахов есть и крупный рогатый скот, но содержать его дорого, так что цены на мясо высоки. Поэтому египтяне едят куда больше овощей, чем мяса. По этой же причине на столе у египтян говядина бывает значительно чаще, чем у ливанцев. Подлинный же деликатес – *хамам*, голубь, жареный в масле или фаршированный.

Мне говорили, что в Египте едят и верблюжатину. Но когда я решил попробовать её, знакомый мясник, улыбочивый египтянин по фамилии Бульбуль, что означает «соловей», ещё больше заулыбался и ответил, что такое мясо можно купить только в глубинке.

Основу египетской кухни составляют четыре блюда. *Малухия* – супчик из травы, похожей на шпинат. *Фуль* – тушёные со специями красные бобы. *Таамия* –

«котлетка без мяса», из смеси бобов и зелени, жареная в кипящем масле. И, наконец, *кошаари* – рис, перемешанный с предварительно обжаренной тонкой вермишелью. Надо сказать, что все эти блюда хороши на вкус и питательны, поскольку содержат много белков.

Эти «четыре столпа» египетской кухни – еда, главным образом, бедноты. Мы, конечно, не раз пробовали их, но всё-таки без мяса жить не привыкли. Или хотя бы без рыбы.

У входа в рыбный ресторанчик, как обычно, вереница ящиков, а в них обложенные льдом дары моря. Мы выбрали *бурри* – местную кефаль, попросив пожарить её на гриле. Египтяне фаршируют эту рыбу луком, чесноком и зеленью, и мясо кефали становится удивительно нежным. На закуску – традиционные «замазки» и овощной салат. На вопрос же официанта «Что будете пить?» дружно ответили: «Каркаде!».

Этот душистый кисло-сладкий напиток тёмно-вишнёвого цвета готовится из сухих цветков кустарника, растущего на самом юге Египта и в Судане. На мой взгляд, каркаде недооценён россиянами. Египтяне и суданцы заваривают его, как чай, и пьют в холодном виде, предварительно процедив и добавив по вкусу сахар. Практически во всех египетских гостиницах каркаде подают на завтрак наравне с натуральными соками. Но ещё вкуснее и полезнее, я считаю, этот напиток в горячем виде. Живущие в Асуане мои давние друзья – профессор ботани-

Так выглядит полюбившаяся нам «Матушка Али».

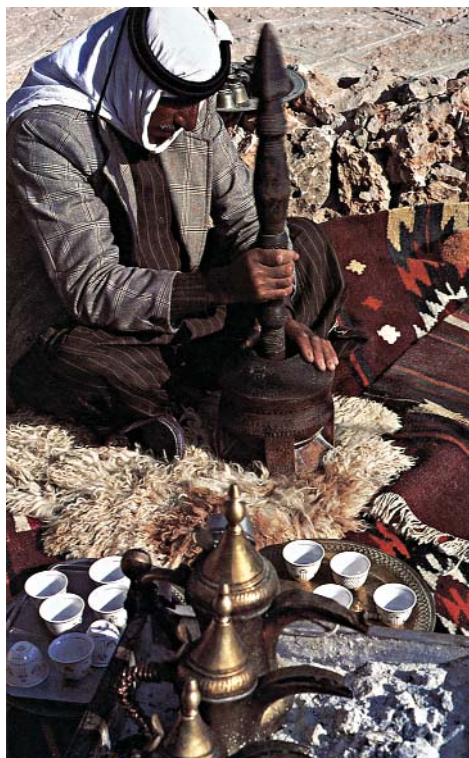


ки ленинградка Ирина Спрингель и её муж, профессор химии каирец Ахмед Биляль, изучили биохимические свойства каркаде и пришли к выводу: этот напиток растворяет холестерин и тем самым чистит сосуды и снижает артериальное давление. Эффект же от горячего каркаде значительно выше.

Кефаль, как всегда, была очень вкусной. На десерт подали фрукты, а потом и сладости – из тех, что готовят только в Рамадан. Самая необычная из них – *кунафа*, тонюсенькая сладкая вермишель в сахарном соусе. Она оказалась слишком сладкой, и потому, едва попробовав её, мы заказали давно полюбившееся блюдо – *Умм Али*.

Его название пишется с большой буквы, потому что это имя собственное и означает «Матушка Али». Египтяне рассказывают такую историю. Как-то в один каирский дом неожиданно пожаловал гость. Хозяин позвал служанку Умм Али и велел приготовить угощение. Но случилось так, что нужных для обычных сладостей продуктов в кладовой не оказалось. И тогда служанка стала импровизировать. Она взяла глиняную чашу, накропила туда сухой лепёшки, добавила толчёных орехов, сахара, залила всё это молоком и поставила в печь. Блюдо оказалось неожиданно вкусным и со временем, претерпев небольшие изменения, оно стало одним из самых любимых десертов египтян.

Закончили мы ужин так же, как и в Джераше: женщины – чаем с мятой, мужчины – кофе по-турецки. А потом ещё долго сиде-



В Иордании кофейные зёрна размалывают в традиционной деревянной ступке *михби*. Пахлаву, коронную ближневосточную сладость из слоёного теста, фисташек и сахарного сиропа, принесли в арабские страны турки (внизу).

ли, умиротворённые вкусной едой, на берегу моря, наслаждаясь вечерней прохладой и наблюдая за мириадами звёзд, усыпавших небо над пустыней.

В оформлении использованы фото автора и иллюстрации из книги: Osborne C. *Cooking the Middle Eastern way*. London, 1985.

