



США: ОБЩЕСТВО И ЦЕННОСТИ

ИЮЛЬ 2004 ГОДА



АМЕРИКАНЦЫ ЗА СТОЛОМ РАЗМЫШЛЕНИЯ О ЕДЕ И КУЛЬТУРЕ

НЕСКОЛЬКО СЛОВ ОБ ЭТОМ НОМЕРЕ ЖУРНАЛА

«СКАЖИ МНЕ, ЧТО ТЫ ЕШЬ, И Я СКАЖУ, КТО ТЫ»

ЖАН-АНТЕЛЬМ БРИЙА-САВАРЕН

Во времена Французской революции Брийа-Саварен – французский адвокат, политик и автор таких классических сочинений о пище, как «Физиология вкуса», провел два года в США. Его знаменитое высказывание в несколько переиначенном виде стало в Америке популярной идиомой – «Вы есть то, что вы едите». Это можно интерпретировать по-разному. Ниже рассказывается о том, как американцы готовят и как едят, и каким образом это раскрывает содержание американской культуры. В некотором смысле мы следуем буквальному содержанию формулы Брийа-Саварена: мы рассматриваем приготовление и потребление пищи как процессы, которые помогают понять некоторые основополагающие ценности людей, живущих сейчас в Соединенных Штатах Америки.

Один из самых поразительных моментов любого повествования на тему американских кулинарных традиций состоит в том, что оно быстро выходит за границы США. Америка представляет собой богатейшую и разнообразнейшую смесь рас, религий и этнических групп, и это разнообразие находит свое отражение в нашей кухне. Наши привычки в еде много говорят о социальной, культурной, экономической и демографической истории нашей страны. Несмотря на то, что, в отличие от других, более древних народов, мы так и не создали свою собственную кухню, первые переселенцы из Англии и Центральной Европы привезли с собой рецепты блюд из мяса и картофеля, которые по-прежнему входят в ежедневное меню миллионов американцев. Мясное жаркое, картофельное пюре, различные блюда из мясного фарша (в том числе запеканка, гамбургеры, колбасы и неизменные американские сосиски), макароны с сыром, хлеб, бублики, соленые огурцы и кислая капуста представляют собой современных наследников тех блюд, которые украшали собой столы наших немецких, польских и еврейских предков в центре Европы.

Широкое распространение блюд из мяса и картофеля, тем не менее, не помешало появлению ярко выраженных региональных направлений кулинарного искусства, в которых нередко сочетались уникальные (а иногда и совершенно новые) местные ингредиенты и специфические кулинарные традиции этнической группы иммигрантов, составлявшей большинст-

во населения в данном регионе. Прибывшие в Луизиану французы сделали водившихся в местных ручьях и реках раков (лангустов) основным ингредиентом своеобразной кухни, получившей название «каджунской». Иммигранты из Германии, поселившиеся в Висконсине, главным богатством которого являются зерновые, создали в северной части Среднего Запада культуру пива и сарделек. А широко распространенные голубые крабы в Мэриленде, моллюски на Кейп-Коде и лобстеры в штате Мэн обеспечили первых поселенцев из Англии блюдами, которые не потеряли своей популярности и сейчас, почти четыре столетия спустя. Все новые волны иммигрантов, прибывающих в Америку и в наши дни, приносят с собой новые кулинарные рецепты и приспосабливают их к ингредиентам, кухням и обычаям Америки – их нового дома. Таким образом, понятие «американская еда» продолжает расширяться. Эволюция американской еды весьма напоминает постоянно меняющийся облик самой Америки – это вечный процесс.

Как известно постоянным читателям наших электронных журналов, наш обычный подход состоит в изложении информации о государственной политике США по разнообразным текущим международным вопросам и о связанных с ней обстоятельствах. Начиная работу над этим выпуском, мы обсуждали возможные темы в русле указанного подхода и рассматривали, например, статьи о том, как Америка помогает своим бедным, об американских программах продовольственной помощи во всем мире и о дебатах по вопросу генетически модифицированных продуктов питания. Но в конце концов мы решили, что все эти заслуживающие внимания вопросы в будущем станут темой другого журнала. Полагаем, что этот выпуск даст читателям уникальную возможность взглянуть на жизнь и ценности американцев с особой точки зрения и, возможно, найти в них что-то общее с другими культурами. Как однажды заметил покойный Джеймс Бирд, автор многих кулинарных книг, «еда является нашей общей основой и универсальным опытом».

Рассказывая об удивительном кулинарном разнообразии Америки, мы демонстрируем культурное разнообразие Америки как таковое. В первом эссе данного выпуска Дэвид Розенгартен на примере итальянской и китайской кухни показывает, как США используют кулинарные традиции своих многочис-

ленных групп иммигрантов для создания уникальной, живой и постоянно меняющейся кулинарной культуры. Далее три очень разных автора делятся своими размышлениями о «самом американском» празднике – Дне благодарения, – кульминацией которого является праздничный обед. В других статьях рассказывается о происхождении и приготовлении таких типично американских блюд и напитков как барбекю, чая со льдом и сэндвичей, многие из которых стали символами некоторых американских городов и регионов, а также предметом гордости людей, которые их готовят и едят. Приводится и информация о том, как американцы решают проблему ожирения,

связанную с высоким уровнем жизни в нашей стране. Наконец, в конце выпуска приводится материал более развлекательного характера – глоссарий американских идиом, связанных с пищей.

Надеемся, что эти материалы не только дадут вам новую информацию, но и позабавят вас. Но больше всего нам хочется, чтобы вы по-новому взглянули на американский характер и лучше поняли американское общество и его ценности, нашедшие свое отражение, в частности, и в нашем кулинарном наследии.

Редакция



ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ДЕПАРТАМЕНТ США / ИЮЛЬ 2004 ГОДА / ТОМ 9 / НОМЕР 1

США: ОБЩЕСТВО И ЦЕННОСТИ

СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ

- 6 Мы есть то, что мы едим: мы – нация иммигрантов!**
Дэвид Розенгартен
Американская кухня представляет собой богатейшую смесь различных источников и традиций. Краткое описание происхождения самых популярных продуктов питания и их распространения в мире приводится в боковой врезке «Мировой супермаркет».

ПРАЗДНОВАНИЕ ДНЯ БЛАГОДАРЕНИЯ

- 11 Жизнь на птицеферме, где разводили индеек**
Нил Клопфенштайн
Тяжелый труд и ценность семьи – уроки фермерской жизни.
- 14 Кубинские приправы**
Ана Менендес
Семья иммигрантов отмечает один из главных праздников Америки, приспосабливая угощения к собственным вкусам.
- 17 Соединение противоположных традиций**
Эйприл Рейнолдс
Автор изменяет свою традицию обеда с индейкой, характерного для афроамериканцев на Юге, когда она уезжает учиться на Север, а затем выходит замуж за итальянца.

ОТ КУХНИ К СТОЛУ

- 20 Законодатели вкуса**
Майкл Бендлер и Стивен Лаутербак
Краткие биографии семи знаменитых шеф-поваров; их огромное влияние на американскую кухню.

- 25 Долгие часы над жаровней**
Сильвия Лавгрэн
На приготовление американского барбекю уходят долгие часы, но это блюдо стоит того, чтобы подождать
- 28 Избавьте меня от чая со льдом**
Фред Чаппелл
Иронические рассуждения поэта-лауреата из Северной Каролины о классическом американском напитке – чае со льдом

- 30 О ножах и вилках**
Фрэнсин Проуз
Автор рассуждает о многочисленных и разнообразных способах приема пищи и о том, как в этом отражается наш образ жизни. В боковой врезке «Почему они так едят» объясняется американский способ пользования ножом и вилкой – «метод зигзага».

- 33 Наша гордость – сэндвичи**
Эд Ливайн
Известный автор, пишущий на кулинарные темы, приглашает в гастрономический тур по Америке, тема которого – сэндвичи.

- 36 Америка борется с лишним весом**
Майкл Фридман
Американцы, которые сейчас стали очень толстыми, наконец, поняли, что им нужно меньше есть и больше заниматься физкультурой. А рекомендации о здоровом питании они могут найти в многочисленных справочниках, о чем рассказано в боковой врезке «Разнообразие диет потрясает».

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ИНГРЕДИЕНТЫ

- 39 Это в самом деле ресторан?**
Поэтические размышления о ресторанах, которые приняли облик предлагаемых в них блюд.

40 Словосочетание «яблочный пирог» стало синонимом чего-то чисто американского

Как приготовить десерт, который, по мнению многих, является символом Америки

41 На языке еды

Английские идиомы, в которых присутствуют названия продуктов питания и отдельных блюд

43 Библиография

45 Ресурсы Интернета



США: ОБЩЕСТВО И ЦЕННОСТИ



Главный редактор Стивен Лаутербах
Ответственный редактор Нил Клопфенстайн
Помощник редактора Майкл Бендлер
Источники и поиск Мэри Энн Гамбл
..... Кэти Шнигел
Фоторедактор Берри Фицджеральд

Редактор русского издания Лидия Воронина
Издатель Джудит Сигел
Исполнительный редактор Гай Олсон
Производственный директор Кристиан Ларсон
Помощник производственного директора Сильвия Скотт

Редколлегия
Джордж Клак Катлин Девис Фрэнсис Уорд

Бюро международных информационных программ Государственного департамента США издает пять электронных журналов – «Экономические перспективы», «Глобальные проблемы», «Вопросы демократии», «Внешняя политика США» и «США: общество и ценности». Они посвящены анализу основных проблем, с которыми сталкиваются Соединенные Штаты и международное сообщество, а также анализу общества, ценностей, идей и институтов США. Каждый из журналов имеет выходные данные: том, соответствующий числу лет от начала издания, и номер, соответствующий очередному номеру журнала, издаваемого в текущем году. Новый журнал издается ежемесячно на английском языке, а через 2-4 недели выходит в переводах на испанский, португальский и французский языки. Отдельные номера публикуются также на арабском и русском языках. Мнения, высказываемые в этих журналах, не обязательно отражают взгляды или политику правительства США. Государственный департамент США не несет ответственности за содержание сайтов Интернета, на которые есть ссылки в журналах, или доступ к таким сайтам; эту ответственность несут их издатели. Журнальные статьи, фотографии и иллюстрации можно воспроизводить и переводить за пределами Соединенных Штатов, если материалы не сопровождаются четким указанием на ограничения, налагаемые авторским правом. В последнем случае необходимо получить разрешение у владельцев авторских прав, упомянутых в журнале. • Текущие или предыдущие номера журналов, а также анонс будущих журналов можно найти в нескольких электронных форматах на странице Бюро международных информационных программ в Интернете "<http://usinfo.state.gov/journals/journals.htm>". Комментарии и замечания направляйте в посольство США в вашей стране или в редакцию по адресу: Editor, eJournal USA: U.S. Society & Values, IIP/T/SV, U.S. Department of State, 301 4th St. S.W., Washington, D.C. 20547, United States of America E-mail: ejvalues@state.gov

МЫ ЕСТЬ ТО, ЧТО МЫ ЕДИМ: МЫ – НАЦИЯ ИММИГРАНТОВ!

ДЭВИД РОЗЕНГАРТЕН

На развитие поварского искусства в Соединенных Штатах повлияло много факторов. Считается, что благодаря коренным американцам – индейцам – основным компонентом американского питания является кукуруза. Иммигранты из Китая и Италии, а также рабы из Африки внесли свой вклад в формирование продуктов, которые в настоящее время потребляют американцы. Отсутствие королевского двора, представляющего собой движущую силу кулинарной изобретательности в других станах, таких как Франция или Китай, в сочетании со «стоическим утилитаризмом» пуританской этики, возможно, мешало развитию утонченной кухни в первые десятилетия существования страны. Однако готовность принять и видоизменить новые блюда, приносимые волнами иммиграции на протяжении десятилетий, обеспечивают богатое разнообразие продуктов питания на обеденных столах американцев и в американских ресторанах.

Дэвид Розенгартен – видный специалист по продуктам питания, винам и приготовлению пищи, автор удостоенной награды поваренной книги «Вкус». Его часто приглашают выступать на кабельном канале телевидения, программы которого показываются во всем мире. Кроме того, Розенгартен издает «Розенгартен рипорт», информационный бюллетень, посвященный вопросам питания.

К великому сожалению, у тех людей во всем мире, которые судят об американской еде лишь издали, сложилось о ней неправильное представление. «Американцы едят гамбургеры, верно?» является типичной точкой зрения за рубежом относительно того, чем питаются американцы, и ее нельзя назвать ошибочной! Мы любим наши гамбургеры и хот-доги (горячие сосиски), а также другие простые блюда. Однако мы любим в еде и многое другое, причем любим все с большим и большим пониманием. Ведь богатая и пестрая смесь блюд, в настоящее время представляющая собой «американскую» кухню, является одной из самых активно развивающихся в мире. Своей жизнеспособностью эта кухня в значительной степени обязана тому же самому компоненту, который позволял наращивать силу Америки и в других областях – прибытию на эти берега иммигрантов почти со всего Земного шара. Им удалось соединить принесенные ими издали таланты и видение с потребностями, особенностями и ритмом повседневной американской жизни. Наконец, сегодня повсюду люди, знающие толк в еде, признают высокое качество продуктов и блюд, которые готовятся в Америке. Однако понадобилось много лет для того, чтобы добиться такого уровня качества и столь широкого признания.

Почему? По правде говоря, исторически сложилось так, что судьба не благоволила к развитию гастрономических вкусов Америки.

Начнем хотя бы с того, что индейцы, коренные обитатели американского континента, которые начали создавать американскую цивилизацию задолго до прибытия в Америку первых европейцев, находились отнюдь не в лучшем положении для того, чтобы формировать свою национальную кухню. Масштабы данной страны, а также разбросанность и изолированность индейских племен, проживающих на обширной территории, препятствовали развитию кулинарного дела, которое в столь значительной степени зависит от «перекрестного оплодотворения» идей. Например, в старой Франции та или иная кулинарная идея могла внезапно появиться в Париже с поступлением еженедельной почты из Лиона. Однако вероятность того, что кулинарные навыки индейского племени семинолов во Флориде соединятся с обычаями приготовления еды индейцев пуэбло в Скалистых Горах и в результате возникнет нечто вроде общеамериканской кулинарной идеи, была совсем уж маловероятной. Тот факт, что коренные американцы не создавали городов, также был одним из факто-

ров, тормозивших развитие гастрономии, поскольку время показало, что только тесное общение в условиях большого городского пространства благотворно сказывается на кулинарном искусстве и ведет к его расцвету.

Кроме того, американскому кулинарному искусству всегда не хватало движущей силы королевского двора (что, кстати, является моментом нашего национального очарования!). Кухни во Франции, в Италии, Испании, Персии, северной Индии, Таиланде и Китае, во многом черпали вдохновение в необходимости создания уникальных блюд для королевского двора, выражающих «дух нации». Это не только унифицировало кулинарное искусство в этих странах, но и способствовало его сложности, поскольку шеф-повара пытались перещеголять друг друга в своем старании получить одобрение членов королевской семьи. Несмотря на то, что в 1788 г. широкие массы, разумеется, питались не тем, что ел Людовик XVI, представления о кулинарном искусстве и рецепты блюд, создававшихся в Версале и других местах пребывания членов королевской семьи на протяжении многих веков, позднее вошли в сознание и рацион питания французов на всей территории Франции.

РАСПРОСТРАНЕННОСТЬ КУКУРУЗЫ

В отсутствие подобного стимула до прибытия европейцев в Америку американская еда никогда не была чем-то единообразным, которое можно было обнаружить на всей американской территории от западного до восточного побережий. Разумеется, основные компоненты нашего сегодняшнего рациона питания привнесены индейцами. Это в первую очередь кукуруза. Поразительно, что так много из того, что мы считаем неотъемлемой частью нашей гастрономии – например, отварные початки кукурузы, кукурузное суфле, корн-доги (копченые сосиски, зажаренные в тесте из кукурузной муки и подаваемые на палочке, напоминают по форме кукурузный початок), кукурузные хлопья, дробленая кукуруза, чипсы тортилья (кукурузные чипсы) и даже наше дешевое американское пиво, которое варится из кукурузы – уходит своими корнями в пищевые традиции индейцев. Однако привело ли это к формированию «национальной кухни»? Посмотрите на соседнюю Мексику, где действительно создана национальная кухня, основанная на кукурузе, и вы, вместе со мной, убедитесь, что на этот вопрос нужно дать отрицательный ответ. Испанцы, начавшие прибывать в Мексику в 16-м веке, не просто взяли один из самых распространенных пищевых продуктов коренного населения и сделали из него нечто иное; они по-настоящему соединили свои идеи с идеями мексиканских индейцев. Кукурузные лепешки на углях? Испанцы привезли с собой свинину; индейцы принесли кукурузные лепешки. Когда вы сейчас едите в любом ресторане в Мексике, вы обнаруживаете, что на каждом столе есть что-то, что представляет собой современный вариант древних индейских компонентов или результат применения индейских кулинарных рецептов по отношению к ним. Такого нельзя сказать о современной американской кухне.

Позднее в Америке уже другие факторы, связанные с общим американским мироощущением, продолжали задерживать формирование национальной кулинарии. Когда на американской земле впервые появились европейцы, борьба за существование, а не радость творческого поиска, стала единственным мотивом расширения познаний о приготовлении пищи на кухне. Тут уж не до великого поваренного искусства, когда заботы состоят в том, чтобы определить, кора какого дерева съедобна, и продержаться еще день. А теперь представьте себе французского гражданина в 1607 г. в Париже, чувствующего себя уверенно и в безопасности, готового не только воспринять ту или иную традицию кулинарного искусства, но и усовершенствовать ее. Для сравнения, вообразите себе обитателя Джеймстауна, начинающего с нуля и постоянно занятого решением более насущных проблем выживания.

Конечно, в эволюции американской цивилизации дух первопроходцев также играл свою роль: Америка откладывала на потом овладение кулинарным искусством. Те, кто осваивал американские просторы, всегда думали: «Вон там есть горный хребет, и нам нужно посмотреть, что расположено за ним». На самом деле, было много горных хребтов между Вирджинией и Калифорнией. В 18-м и 19-м веках не все американцы пересекали эту страну в дилижансах. Однако дошедшая до наших дней американская неутомимость, стремления к исследованию нового, стиль жизни, не соответствующий менталитету европейцев тех времен, который можно выразить фразой «наша семья сидит у этого очага уже 400 лет», противоречат совокупности ценностей и интересов, обычно ведущих к созданию уникальной национальной кухни.

УНИКАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ

Разумеется, именно этот дух – «есть для того, чтобы жить», а не «жить для того, чтобы есть» – привел к появлению других необычных черт американского питания. Мы, безусловно, являемся лидером нашей планеты в создании «удобств», связанных с приготовлением, хранением и потреблением пищи, и потому, что мы обладаем техническим мастерством в этой области, и потому, что у нас слишком много граждан, «у которых нет времени на приготовление пищи». Давайте взглянем фактам в лицо: рис, который можно приготовить за минуту, или суп, который сварится через минуту в микроволновой печи, не будут играть никакой роли в создании американского кулинарного искусства.

Наконец, гастрономической Америке не повезло в том, что она испытывает влияние основных американских ценностей – так называемой пуританской этики. Эта совокупность ценностей помогла созданию очень многих отраслей промышленности и способствовала свершению многих добрых дел, но никому никогда не удалось «приписать» пуританам и их потомкам положительную роль в успешном развитии искусств и особенно кулинарного искусства. Я помню стариков, живших в период моей молодости, (эта по-

рода людей сейчас в основном вымерла), которые считали крайне невежливым говорить о еде, даже сидя за обеденным столом. Человек получал свою пищу и проглатывал ее только для того, чтобы он мог прожить еще один день. Зачем любому здравомыслящему человеку обсуждать вкус какого-то блюда? Лишь для того, чтобы он мог прожить еще один день. Зачем любому здравомыслящему человеку обсуждать вкус какого-то блюда? Лишь для того, чтобы он мог прожить еще один день. Зачем любому здравомыслящему человеку обсуждать вкус какого-то блюда? Лишь для того, чтобы он мог прожить еще один день.

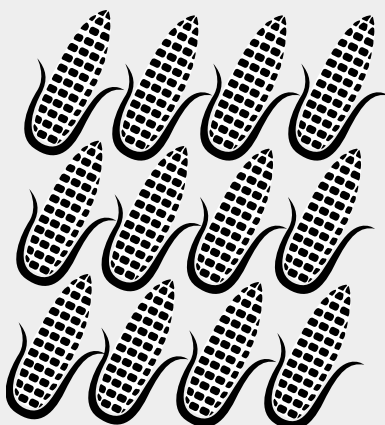
Подобный подход возымел свое действие двести лет назад и сейчас продолжает работать в Новой Англии и в других местах. Понятно, что такой стоический утилитаризм за столом едва ли способствует созданию утонченной кухни. Если бы эта нация осталась на том же уровне, на котором она находилась после прибытия в Новый Свет первых европейцев в 17-18-х веках, история ее кулинарного искусства также не пошла бы дальше в своем развитии. Однако вскоре после завершения упомянутого периода стали прибывать другие иммигранты. И именно этим группам мы обязаны спасением американского вкуса, его усложнением и превращением его в один из тончайших инструментов кулинарного искусства в современном мире.

Наконец, рабство, это величайшая трагедия и величайший позор в американской истории, оказало мощное воздействие на американскую культуру в целом и американскую кухню, в частности. Негры принесли к этим берегам экзотические кулинарные компоненты – окру, ямс и арахис, которые впервые появились в Перу, а затем попали в Северную Америку из Африки. Африканские рабы питались свининой. Причем лучшие части свиной туши забирали себе рабовладельцы, а рабам приходилось проявлять изобретательность для того, чтобы делать вкусными остатки. Естественно у рабов-выходцев из Африки установились дружеские отношения с рабами-выходцами из стран Карибского бассейна, которые привезли в данную страну множество специй, придавшим особую остроту продуктам американского кулинарного искусства. Заметную роль в развитии американской

МИРОВОЙ СУПЕРМАРКЕТ

В условиях современной мировой экономики трудно себе представить, что до открытия европейцами Американского континента в конце 15-го века многие основные продукты в международном рационе питания были совершенно неизвестны в том или ином регионе мира. Так, например, картофель, который впервые стал выращиваться в Андах в Южной Америке, был завезен в Европу испанскими мореходами. Ананасы, которые также произрастали только в Южной Америке, были завезены испанцами и португальцами в тропические регионы всего мира, включая Африку и Азию.

Продукты питания перевозились и в другом направлении. Салат-латук и брокколи, впервые появившиеся в Европе, теперь широко выращиваются в Северной и Южной Америке, включая Соединенные Штаты. Арахис, называемый также земляным орехом, представляет собой плод бобовых, который перевозился в обоих направлениях. Впервые арахис начал культивироваться в Южной Америке и был завезен в Европу и Северную Африку испанскими и португальскими торговцами. Оттуда он впоследствии попал в Америку. В настоящее время люди во всем мире регулярно потребляют пищевые продукты, впервые появившиеся во многих различных районах Земного шара. Среди групп продуктов питания, которые впервые появились в Южной и Северной Америке, можно назвать: бобы, какао, кукурузу (маис), бутылочные тыквы, перец, тыквы, кабачки, клубника и помидоры.



кухни играли рабы и бывшие рабы в Чарлстоне, Северная Каролина, поскольку этот город стал крупнейшим портом, в котором торговали специями. Рабы и бывшие рабы занимали видное место в гастрономической жизни Нового Орлеана, участвуя, таким образом, в формировании одной из самых ярко выраженных региональных кулинарных традиций в Америке. Кроме того, рабы и бывшие рабы по всему Югу обслуживали жаровни, где готовились барбекю (жаркое на углях), помогая тем самым создавать то, что я, несомненно, считаю одним из самых значительных вкладов Америки в мировое кулинарное искусство. Начало всей этой гастрономической деятельности положили иммигранты, прибывавшие в юго-восточные районы. Но и на Юго-западе шла параллельная работа, где мексиканские индейцы и испанские поселенцы привносили свои вкусы в кулинарное искусство Техаса и Нью-Мексико. То, чего мы добились на нашем собственном американском Юго-западе, не слишком походило на то, что первые иммигранты ели в Мексике или в Испании. Но это стало одним из ключевых элементов нашей национальной картины обеденного стола, на котором энчиладас (жареные лепешки, свернутые в трубочку, с начинкой из мяса и сыра в остром соусе «чили») и фахитас (кукурузные лепешки с куриным филе, маринованным в текиле, и кусочками говядины, вымоченными в пиве) являются столь же истинно американскими кушаньями, как и любое другое блюдо, которое едят по всей Америке.

ПРЕОБЛАДАЮЩЕЕ ВЛИЯНИЕ КИТАЙЦЕВ И ИТАЛЬЯНЦЕВ

Ко второй половине 19-го века были созданы условия для самого важного периода гастриммиграции в американской истории, когда в Америку прибыли китайские и итальянские иммигранты. Я называю этот период в высшей степени важным потому, что, если сегодня вы поедете в

любой из американских больших городов и откроете в нем телефонный справочник в поисках подходящего ресторана, то, как и прежде, обнаружите преобладающее влияние китайских и итальянских ресторанов, несмотря на растущую популярность многих других этнических рационов питания и проявлений поваренного искусства.

Разумеется, китайская еда в Америке занимает второе место после итальянской. Она попала в эту страну вместе с китайскими иммигрантами, которые прибывали в нее для работы на железной дороге на Западе или точнее для того, чтобы кормить тех, кто на ней работал. У поваров там было весьма ограниченное количество продуктов для приготовления пищи, и, бросая на свои большие сковороды маленькие кусочки мяса и овощи, они должны были прибегать к своему богатому воображению. Когда этот способ приготовления пищи достиг больших городов, а затем распространился по всей стране, появилась новая кухня – китайско-американская – рулетики из слоеного теста с овощной начинкой, суп с пельменями, жареный рис, рубленая курица с лапшей и овощами и жареные ребрышки. Этой кухне так и не суждено было достичь масштабов итало-американской, которая приобрела широкую популярность чуть позже. Несмотря на то, что блюда итало-американской кухни потреблялись большинством американцев, они обычно не пытались готовить их у себя дома. Однако китайской кухне удалось свершить нечто чрезвычайно важное – ознакомить почти всех американцев XX столетия с экзотикой азиатской кухни и соблазнить их ее блюдами, проложив тем самым путь к включению многих азиатских блюд в нашу общенациональную традицию питания.

Чуть позже появилась самая распространенная и популярная кухня в Америке – итало-американская. Где-то в восьмидесятых годах 19-го века началась первая волна иммиграции итальянцев в Америку: на остров Эллис стали прибывать иммигранты из Неаполя. Очень скоро они поселились в районе Малберри Стрит в Манхэттене, где отчаянно пытались воссоздать то, что они ели у себя на родине. Итальянским иммигрантам не удалось этого сделать, поскольку они не могли приобретать необходимые компоненты, которые использовались ими в Италии. Однако лишь благодаря своей изобретательности они научились готовить нужные им блюда из того, что было под рукой. Ну и что с того, что приходилось использовать сушеные приправы вместо свежих, консервированные помидоры вместо только что снятых с грядки, поливать больше соуса на макароны, чем это было принято у них на родине, и употреблять больше мяса в рационе питания? Итало-американская кухня, которую создали тогда итальянские иммигранты, была замечательной. Правда, если вы родились после 1975 г., вам так и не суждено узнать ее, поскольку в настоящее время лучшие «итальянские» шеф-повары в Америке избегают итало-американской кухни, предпочитая приготовление таких легких блюд, как салаты с использованием огромного количества радиккио (специальный сорт салата с красно-

белыми листьями), поливая их выдержанным уксусом, настоящим на ягодах.

Однако настоящего триумфа эта кухня достигла в домах американцев, где пицца, лазанья, маникотти (трубочки из макарон, фаршированные сыром и помидорами), биточки и телятина в сухарях с сыром – их можно купить в замороженном виде, а потом разогреть, заказать по телефону из соседнего кафе, или приготовить самим – стали такими же стандартными продуктами питания, как «хот-доги» или гамбургеры. Кроме того, я смею утверждать, что то, чему научила нас итало-американская кухня, имеет чрезвычайно большое значение. Она показала нам, что пища народов других стран не только может внести интересное разнообразие в наш рацион питания, но и стать его неотъемлемой частью.

НОВАЯ ИММИГРАЦИЯ

Это подтверждалось вновь и вновь. Во второй половине 20-го века, когда в Америку прибыло множество других групп иммигрантов, и когда национальный вкус американцев значительно усовершенствовался в результате победы китайско-американской и итало-американской кухонь, постепенно в гастрономической картине Америки появилось много этнических мотивов. Несмотря на то, что иммиграция в Америку таких европейских групп, как, например, греки, французы и скандинавы по своей численности заметно уступала иммиграции итальянцев, мы до сих пор видим на улицах многих городов палатки, в которых продаются джайро (круглые плоские лепешки с настриганным мясом и салатом) и сувлаки (кусочки шашлыка, запеченные в лепешки), а также киоски, в которых торгуют афганскими шиш-кебабами (шашлыками с чесноком и луком), мы до сих пор превозносим французский подход к питанию как краеугольный камень нашей американской кухни, а сладкая булочка с джемом или фруктами, датская по происхождению, по-прежнему занимает прочное место среди того, что американцы едят на завтрак.

Не только европейские продукты питания перечислены в американском меню. В последние годы в больших городах вторыми по популярности после пиццерий стали бары, в которых подаются суши – японские мини-рулетики из риса, овощей, сырой рыбы, креветок или крабов, которые подаются со сложными экзотическими соусами. Заметили ли вы в последнее время быстрый успех южноамериканских гриль-ресторанов с бразильскими и аргентинскими блюдами? А что вы думаете об этнических столовых, забегаловках и закусочных всех мастей, которые не стали определяющим направлением в развитии кулинарного искусства, но при этом пользуются большой популярностью? Они растут, как грибы – афганские, корейские, эфиопские, кубинские, индийские и тайские ресторанчики.

Однако это еще не все из того, что есть в гастрономической Америке. Что особенно ярко проявляется в гастрономической деятельности, так это фактор «плавильного котла». Верно, что в соседних районах, где проживают различные этнические группы, тай-

ская еда не смешивается с кубинской, польская кухня не становится элементом филиппинской. Однако дайте той или иной американке возможность унести с собой из тайского ресторана вкус присутствовавшего в блюдах из тушеного мяса сока кокосового ореха, и очень скоро в условиях абсолютной доступности и безграничного ассортимента бакалейных товаров она станет сочетать традиционный венгерский паприкаш с тайским красным карри. А на профессиональном уровне этот вид «перекрестного оплодотворения»

идет еще более быстрыми темпами. При этом известные американские шеф-повары изучают кулинарные запасы десятков этнических кухонь, привнесенных в Америку из всех уголков Земного шара, и каждый вечер эти повара свободно и вдохновенно создают свои шедевры гибридизации, которых еще не знал мир. В Америке любые трансформации никогда не прекращаются, и именно этот процесс ведет к созданию уникальной американской еды. ■

ПРАЗДНОВАНИЕ ДНЯ БЛАГОДАРЕНИЯ НА ПТИЦЕФЕРМЕ, ГДЕ РАЗВОДИЛИ ИНДЕЕК



Нил Клопфенстайн

Детские и юношеские годы, проведенные автором данной статьи на птицеферме, где разводили индеек, остались в его памяти и как время тяжелой работы, и как счастливое время в кругу своей семьи за обеденным столом. Позже, вспоминая прошлое, он все больше понимал, насколько важным для человека являются хорошая еда и крепкая семья, и осознал, что далеко не у всех людей на Земле есть это.

Нил Клопфенстайн – профессиональный американский дипломат, в настоящее время директор Офиса общества и ценностей США в Государственном Департаменте Соединенных Штатов. Клопфенстайн устраивал праздничные обеды в День благодарения во время выполнения своих дипломатических обязанностей в Бразилии, Норвегии и Таиланде.

Я вырос в Айове на птицеферме, занимавшейся разведением индеек. Однако мы не ограничивались этим, и выращивали кукурузу, овес, траву под сено (корм для скота) и соевые бобы, а также держали стадо мясных коров и откармливали свиней. Специализировалась наша ферма все же на разведении индеек. Такую же специализацию имели и фермы двух моих дядей. Именно это и отличало наши фермы от других ферм в нашей местности. В нашем районе мы были единственными фермерами, разводившими индеек.

Мой дед взялся за разведение этих сугубо американских птиц во время Великой депрессии тридцатых годов прошлого столетия. Он был тем, что в наше время называется «предпринимателем». Он постоянно искал новые методы хозяйствования или новые сельскохозяйственные культуры, и все это для того, чтобы хоть что-то заработать. Дедушка Клопфенстайн происходил из семьи швейцарских меннонитов, которые были смекалистыми и умелыми фермерами. Он первым среди фермеров северной части округа Генри посадил семена гибридной кукурузы. Когда в одном из сельскохозяйственных журналов типа «Уоллес фармер» он прочитал о том, как разводить индеек, то решил, что разведение индеек представляет собой экономическую нишу, которую он может заполнить, то есть что этот тип деятельности сможет

приносить прибыль на рынке сельскохозяйственной продукции, который в остальной своей части находился в состоянии депрессии. Дед оказался прав.

Разведение индеек – занятие не для людей, кто легко отчаивается и не может долго и упорно идти к своей цели. Это тяжкий труд, особенно если принять во внимание, что приходится выращивать 4000 птиц, как это делали мы на своей ферме. Индюшат на нее привезли на грузовике из инкубатора, когда им было всего несколько дней от роду. Только в данном возрасте индейки представляют собой милые создания. Когда в середине апреля в специальных картонных коробках с пробитыми сверху и с боков отверстиями совсем молодых индюшат доставляли на нашу птицеферму, мы относили их в большой питомник с системой обогрева, где они находились до тех пор, пока они сами не начинали генерировать достаточно тепла. Когда индюшатам исполнялось около десяти дней, нам приходилось подрезать им клюв. Это лишало их возможности клевать друг друга в спину.

Молодые индейки содержались в питомнике до шести недель, и тогда мы вновь уделяли каждой из этих птиц персональное внимание. На этот раз мы заставляли их в небольшой загон, и мои отец и дядя делали каждой из индеек укол, вводя ей лекарство, защищающее от холеры или энцефалита, болезней, которым подвержены индейки. После прививок индеек перевозили в фургоне и выпускали на свежий воздух. Там индейки наслаждались свободой и набирали вес, одновременно удобряя поля своим пометом. Каждые две недели мы перемещали наших 4000 индеек вместе с их кормушками и домиками, в которых жили эти птицы, находясь на свежем воздухе, и баками для воды на 30 ярдов вдоль по полю с тем, чтобы наши подопечные имели свежий корм. Когда наступала поздняя осень, травы уже совсем не оставалось, и все поле было густо унавожено.

ОТПРАВКА ИНДЕЕК

В конце октября, приблизительно за месяц до Дня благодарения, рано утром приезжали два больших грузовика с маленькими клетками. Мои отец, брат, дяди, двоюродные братья и я, а также пара сильных ребят из школы, которых мы нанимали, выходили в поле к приезду грузовиков, на котором паслись индейки. Это был день «ловли индеек» – день их отправления на рынок. Молодые ребята и мой дедушка разбивали индеек на отдельные группы и направляли их в небольшой загон. Затем самый здоровый из упомянутых школьников входил в загон, хватал за обе ноги уже весящих 25 фунтов птиц, поднимал их и передавал мужчинам, стоящим у борта грузовика. Было очень важно ухватить индейку именно за обе ноги до того, как передать ее находящимся на грузовике мужчинам. Если хотя бы одна нога у птицы оставалась свободной, с ней трудно было справиться – она сильно билась крыльями по лицу ловившего ее человека. Как только индейки передавались мужчинам, стоящим на грузовике, птиц помещали в клетки по восемь индеек в каждую до полной загрузки грузовика. Эта «ловля индеек» занимала около трех

часов, и за ней следовал щедрый завтрак, который подавали мужчинам мои бабушка, тети и мама.

Мы всегда оставляли себе около двадцати индеек для того, чтобы украсить наш стол и столы наших друзей и соседей. Приблизительно через неделю после отправки очередной партии индеек на рынок мы убивали и разделывали оставшихся птиц. (Это было еще одной жестокой процедурой, и я бы не рекомендовал слабонервным присутствовать на ней). Индейка на праздничном столе моей семьи в День благодарения неизменно была одной из этих оставшихся птиц.

Празднование Дня благодарения у меня дома во многом повторялось из года в год – то же время, те же гости, тот же стол, то же меню и те же церемонии. Мы устраивали праздничный обед в День благодарения в середине дня, поскольку именно в это время упомянутого торжественного дня всегда подавались обильные кушанья в сельскохозяйственных штатах Среднего Запада. Обычно в полдень обед был уже на столе, но в связи с приготовлением дополнительных блюд и непредсказуемости времени, необходимого на готовку индейки, фактическое время, когда все садятся за стол, отодвигалось до часу дня.

Даже несмотря на то, что, когда я рос, мои двоюродные братья и сестры, тети и дяди со стороны моего отца жили на расстоянии двух миль от моего дома, День благодарения всегда был интимным, семейным праздником. Родители моей матери приезжали к нам со своей фермы, расположенной на расстоянии сорока миль от нашего дома. В результате за столом собиралось шесть человек: я, брат, мои родители и мои бабушка и дедушка. Нагруженные всяческой снедью, они всегда появлялись часа за два до обеда и помогали на кухне.

КАК У НАС НАКРЫВАЛИ СТОЛ

Обычно мы ели на кухне, но День благодарения, а также другие праздники и дни рождения заслуживали того, чтобы есть за парадным обеденным столом в гостиной. Мы с отцом отодвигали этот стол от стены, раскладывали его и стелили только что отглаженную скатерть. Скатерть стелилась особая – по обычным дням мы ели без нее. Стол по торжественным дням накрывался всегда одинаково: ставился набор из японского фарфора, который мой отец послал из Окинавы своей будущей невесте, когда был в американской армии и воевал в Корее, столовое серебро, подаренное родителями моего отца новобрачным в 1953 году, и хрустальная посуда, преподнесенная моим родителям на свадьбу одним из родственников. Украшением стола всегда была декоративная ваза с яркими тыквами и виноградной лозой и забавная фигурка индейки из керамики или воска (в конце концов, мы же были фермерами, занимавшимися разведением индеек).

Меню этого большого праздника также всегда отличалось постоянством. Разумеется, главным блюдом в этой праздничной еде была выращенная нами самими индейка, обычно весившая 20 фунтов. Самым важным гарниром считалась хлебная начинка, которой обычно начиняют индюшку, но которую у нас

готовили отдельно, поскольку моя мать где-то вычитала, что можно получить пищевое отравление от недоваренной начинки. Другими гарнирами были картофельное пюре, густая подливка из потрохов, сладкий картофель, тушеная зеленая фасоль в стручках, кукуруза и соус-желе из клюквы с апельсиновой коркой и грецкими орехами (любимое блюдо моей матери, но больше никому не нравилось). Вслед за этой едой следовали домашние пироги моей бабушки – я имею в виду полностью домашние – тесто, начинка, выпечка. Она пекла пироги двух видов – с тыквой и орехом-пеканом.

Церемония за столом также была всегда одна и та же. Моя мать садилась в торце стола рядом с кухней. Отец садился напротив матери. Я сидел сбоку рядом с моей бабушкой (я был бабушкиным любимцем), а мой брат сидел рядом с дедушкой. Все мы собирались за столом, и мама обычно просила одного из нас, мальчиков, произнести молитву. Как правило, это делал мой брат. Затем мой отец начал разрезать индейку, и мы передавали ему наши тарелки и клали себе гарнир. Мои мать и бабушка заводили разговор о своих старых соседях и друзьях, которые жили в их родном городе, а два фермера, дедушка и отец, главным образом, разговаривали о сельском хозяйстве. Мы с братом соперничали друг с другом в нашем старании привлечь к себе внимание взрослых. Порой речь за столом заходила об актуальных текущих событиях – движении за гражданские права, войне во Вьетнаме и инфляции. Но в основном разговор касался местных тем.

ВЫРАЖЕНИЕ БЛАГОДАРНОСТИ ЗА ТО, ЧТО ИМЕЕШЬ

Когда я был ребенком, то никогда серьезно не задумывался о значении Дня благодарения. Я знал, что все в этот день сводится к хорошей еде в кругу семьи, и был благодарен за то и за другое. Только став много старше и покинув ферму, я понял, что нельзя относиться к еде и семье как к чему-то само собой разумеющемуся, как мне казалось раньше, и что нужно их ценить.

Прошло уже много лет с тех пор, как я проводил День благодарения на нашей ферме, где мы разводили индеек. Много изменилось, и многие из тех, кого ты любил, умерли. Однако День благодарения по-прежнему является для меня тем праздником, который вызывает у меня тоску по дому. Поэтому, когда я не могу в этот день быть с моей семьей, я, по крайней мере, забочусь о том, чтобы у меня была хорошая еда. Разумеется, я не могу выйти в поле и поймать себе на обед индейку, но я могу постараться сделать так, чтобы пирог с тыквой был испечен по домашнему. Вот почему я и пеку пирог сам по рецепту, который достался мне от бабушки. ■

РЕЦЕПТ ПИРОГА С ТЫКВОЙ МОЕЙ БАБУШКИ

(Количество: два пирога диаметром восемь дюймов)

(Единицы измерения: 1 чашка = 237 миллилитров;
1 дюйм = 2,5 сантиметра)

Тесто

- 3 чашки муки
- 1 чайная ложка соли
- 1 чашка жира (или масла или сочетания перечисленных компонентов)
- 1 взбитое яйцо
- 1 чайная ложка уксуса
- 5 столовых ложек воды

Смешайте руками муку, соль и жир (масло) до тех пор, пока эта смесь не станет рассыпчатой. Добавьте яйцо, уксус и воду. Смешивайте их. Разделите тесто пополам и скатайте два шара. Оберните каждый шар пластиковой пленкой, посыпанной мукой. После затвердения теста (через 30 минут или около этого) положите шар на посыпанную мукой поверхность и раскатайте. Если тесто пристает к скалке, добавьте муки. Переложите раскатанный лист на круглый противень (8-9 дюймов в диаметре). Сделайте то же самое со вторым куском теста.

Начинка пирога

- 3 чашки пюре из тыквы
- 1 1/2 чашки коричневого сахара
- 2 чайные ложки корицы
- 1 чайная ложка имбиря (свежего или в порошке)
- 1 чайная ложка соли
- 4 яйца
- 3 чашки молока
- 1 чашка негустых сливок

Смешать сахар, специи и соль с тыквенным пюре. Слегка взбейте яйца и смешайте их с молоком и сливками. Хорошо смешайте оба ингредиента и вылейте на приготовленные (невыпеченные) листы теста. Выпекайте в горячей (400 градусов по Фаренгейту) духовке до тех пор, пока тыквенная начинка не загустеет (около 45 минут).

Остудите пироги прежде, чем подавать их на стол. Украсьте пироги взбитыми сливками.

ПРАЗДНОВАНИЕ ДНЯ БЛАГОДАРЕНИЯ: КУБИНСКИЕ ПРИПРАВЫ



Фото помещается с любезного
разрешения Submitbodypaint.com

АНА МЕНЕНДЕС

Во время празднования Дня благодарения жареная свинина, а не индейка была основным блюдом для семьи кубинских иммигрантов, связанной общими воспоминаниями и надеждами. Шли годы, меньше людей стало приходить на эти встречи, изменились кулинарные вкусы, и индейка вытеснила со стола свинину.

Фото сверху: В этом бакалейном магазине можно найти самые разные соусы мохо, но наш автор считает лучшим из них тот, что приготовлен дома.

Ана Менендес, американка кубинского происхождения, писатель, автор изданного в 2001 г. сборника коротких рассказов «На Кубе я была немецким пастухом», и романа «Любимый Че», опубликованного в 2004 г. Прежде чем обратиться к художественной литературе, она шесть лет работала журналисткой в газетах «Майами Геральд» и «Оранже Каунти (Калифорния) Реджистер».

Мы произносили название Дня благодарения с большим акцентом, что делало его практически не узнаваемым, и праздновали этот праздник, наполняя тарелки едой, которая была исключительно кубинской: черные бобы и рис, жареные бананы (плантаны), юкка. Сейчас, когда этничность в моде (культурного многообразия), сказали бы, что мы гонялись за модой, а в те времена мы действительно представляли собой этническую группу. Это была еда, к которой мы привыкли, и мы чувствовали себя в безопасности в нашем кулинарном превосходстве. Мы были наследниками давней кулинарной традиции, которая выражала все – от раздражения («Ты превращаешь мою жизнь в йогурт») до вездесущности («Он – везде, в любом соусе, как петрушка») – в терминах еды. День благодарения в нашем собственном, узком кругу, казался нам идеальным праздником. Нас, правда, слегка смущал тот факт, что не мы сами придумали его, и мы старались переделать этот праздник с неистовством людей, которые вдруг с горечью обнаружили, что находятся далеко от родины.

Центральное место на нашем застолье, конечно, занимала свинья. В первые годы, когда мои родители все еще мечтали о возвращении домой, День благодарения праздновался точно так же, как отмечались все основные праздники на Кубе – приготовлением жареной свинины. Это было время, когда наша семья еще оставалось сплоченной и большой, связанной общими воспоминаниями и надеждами, и то обстоятельство, что на заднем дворе жарилась 50-фунтовая свинья, казалось совершенно естественным.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ СВИНЬИ

За день до этого мужчины ездили в Хоумстед (небольшой город в южной части Флориды приблизительно в 20 милях к югу от Майами) с тем, чтобы выбрать живую свинью для забоя. Потом свинью мыли, расщепляли по линии грудной клетки (я никогда не видела, как это делается) и помещали на большой поднос на кухне, чтобы замариновать. Маринад, мохо, был самой важной частью всего процесса, и семьи до гробовой доски хранили секрет своего фамильного способа приготовления мохо. Сегодня вы можете купить один из таких соусов в бутылках с этикеткой «мохо», и лучшее, что можно сказать о нем, так это то, что это еще один банальный и печальный пример жизни в изгнании.

В любом случае, мохо не сложно изготовить, и его обилие с лихвой покрывает отсутствие в нем каких-либо нюансов. Сначала очищаются несколько головок чеснока, затем они раздавливаются в большой ступе, и добавляется немного соли. Если кто-нибудь маринует свинину, и по этой причине требуются большие количества маринада, чеснок поступает в миксер вместе со свежим апельсиновым соком. К ним можно добавить кумин и, пожалуй, ореган (растение из семейства мяты). Все это нужно хорошо смешать и вылить на свинью. В те годы, когда еще не боялись пищевого отравления, замаринованную свинью накрывали и оставляли на столе до утра. В детстве я так любила вкус мохо, что часто тайком пробиралась на кухню, глубоко запускала руку в пропасть, зияющую на распахнутой грудной клетке свиньи, зачерпывала как можно больше маринада, подносила руку себе ко рту, и с моих пальцев в него стекал этот соус.

На следующий день мужчины обычно рыли яму на заднем дворе, разводили огонь, и клали свинью таким образом, чтобы ее было удобно жарить над углями, покрывали ее банановыми листьями, а позднее фольгой. Каждый аспект этого процесса напоминал своеобразный ритуал, а также являлся генеральной репетицией, поскольку на Рождество все это будет повторяться только с большим воодушевлением и большей церемониальностью. В Майами дни были теплыми и длинными. Мужчины с утра до вечера присматривали за тем, как жарится свинья. Они были без рубашек, пили пиво, шутили и предавались воспоминаниям. Приготовление остальных блюд доверялось женщинам, и весь день представлял собой своеобразное кружение кастрюль, горшков для риса, всякого рода запахов, шипящих приправ на сковородах и свистящей скороварки, старавшейся поскорее справиться с очередной загрузкой сначала черных бобов, а потом юкки. Это было веселое сборище женщин, с удовольствием участвующих в нем и подшучивающих друг над другом. Именно такое впечатление производила на меня тогда вся работа на кухне, и именно такой она мне и запомнилась. Кроме того, я – одна из тех немногих женщин моего поколения, которая не считает работу на кухне неприятным занятием или открытым ущемлением их независимости; напротив, я отношусь к готовке очень тепло.

НЕИЗБЕЖНОСТЬ ПЕРЕМЕН

То было счастливое время, особенно детство, и когда я теперь оглядываюсь на те далекие дни, у меня возникает странное ощущение. Мне кажется, что все это происходило не в Америке, а на Кубе, той Кубе, которая осталась в памяти моих родителей. Однако перемены неизбежны и старого не вернешь. Перемены, о которых я говорю, происходили постепенно. Как это обычно бывает, все началось с еды. Не помню, в каком году кто-то принес тыквенный пирог из магазина. Его заклеили как несъедобный. Однако этим уже была пробита брешь в моем устоявшемся представлении о еде. За тыквенным пирогом последовал клюквенный соус. Я сама предложила начинку из фиг и ветчины прошутто, которая, к моему ужасу, стала классикой. Вскоре начали поднимать шум по поводу того, что свинина является нездоровой пищей. Кроме того, наша семья все уменьшалась – сначала из-за болезней, затем в результате смертей и, наконец, в силу непонимания между членами семьи, роста напряженности и ускорения общего темпа жизни. Неожиданно покупка целой свиньи стала казаться смущающей нелепостью, отчаянной и бесплодной попыткой ухватиться за старое.

И вот появилась индейка. Не помню точно, когда это случилось, но помню точно, что в тот момент испытала облегчение. Мне уже стали надоедать узкие кулинарные вкусы моей семьи, которые, по моему мнению, свидетельствовали об отсутствии любопытства и общем нежелании получить узнать мир вокруг. Тогда я еще не открыла для себя МФК Фишер (Примечание редактора: Мэри Фрэнсис Кеннеди Фишер, 1908-1992 гг., была американской писательницей, во многих произведениях которой прославлялись радости приготовления пищи, кулинарного искусства и хорошей еды) и не была достаточно взрослой, чтобы понять, что голодный человек не воспринимает еду на вкус. Я помню, что вскоре после того, как у нас впервые появилась индейка, все были сбиты с толку и не знали, как готовить эту «птицу». В конце концов, проблему решили, приготовить ее в точности так же, как если бы это была свинья. Индейку начинили чесноком и кислыми апельсинами и замариновали в мохо на ночь. Когда показалось мало лишить бедную птицу присущей ей легкости, кто-то предложил сделать прямо на мясе индейки небольшие разрезы и начинить его кусочками чеснока. Таким образом, в основном, удалось предотвратить катастрофу. Более того, чтобы похвалить повара, кто-то сказал: «По вкусу она напоминает жареную свинину».

Я уехала из Майами почти десять лет назад. Раз или два приезжала туда на Рождество. Но, так или иначе, я всегда оказывалась в этом городе в День благодарения. Моя сестра до сих пор утверждает, что это ее самый любимый праздник, даже несмотря на то, что последние несколько лет она пользовалась им для того, чтобы улизнуть из города. У нас празднества по случаю этого дня то приобретают все большие масштабы, то идут на убыль. Время от

времени нам еще удастся собрать целую толпу родственников и друзей, хотя вот уже многие годы в этот день мы больше не готовим жареную свинину. Иногда этот праздник для нас является лишь очередной возможностью увидеть нашу большую семью и в то же время стать свидетелями ее разрушения. Именно на одном из празднований Дня благодарения я услышала, как моя бабушка по отцовской линии спросила моего отца: «Скажи мне, а мы давно в Америке?». Тогда я была в библиотеке в доме моих родителей, где писала то, что впоследствии стало моей первой книгой, и я сразу же включила в один из своих рассказов вышеупомянутую фразу. Никто из нас тогда еще не знал, что бабушка уже начала терять память, и что это было началом тяжелой болезни, которая, в конечном счете, завершила распад нашей семьи.

ВСТРЕЧА В УЗКОМ КРУГУ

Этот последний День благодарения был отпразднован в самом узком кругу. Насколько я помню, мы собрались не за большим складным столом, поставленным на веранде, а сели за обычный обеденный стол в доме моих родителей. Присутствовали только я, мои родители, моя бабушка по линии матери и ее сестра. Мой муж в это время находился в Ираке, где освещал ход войны в этой стране. Моя сестра отдыхала с приятелем на острове Аруба. Муж моей бабушки уже умер; не было в живых и мужа ее сестры. Мой другой дедушка был временно помещен в дом престарелых. Это был один из последних актов забвения, который мой отец тяжело переживал в День благодарения.

Когда наступило время произносить молитву, мой отец отказался делать это. «Тебе не за что быть благодарным?», резко спросила его моя мать. «За многое», ответил мой отец сквозь зубы. Старушки нервно переглянулись. В наступившей тишине я, будучи среди нас единственным неверующим, начала молиться. Вероятно, ирония сквозила в том, как я это сделала, выразив благодарность моей семье и попросив мира во всем мире. Я забыла подробности своего неестественного поведения. Я только отчетливо помню, что остаток нашей трапезы прошел в неловком молчании. Шла война внутри нас и шла война вокруг нас. Я бы хотела, чтобы многое в том Дне благодарения было бы другим. Однако индейка удалась на славу. Я вдруг поняла, почувствовав ностальгическую боль и одновременно удивившись ее остроте, что на вкус эта индейка была точно такой же, как жареная свинина. ■

РЕЦЕПТ МОХО

(Единица измерения: 1 чашка = 237 миллилитрам)

Две целые головки чеснока, разделенные на дольки и очищенные от кожуры

1 столовая ложка соли

4 чашки кислого апельсинового сока (или смесь 50 на 50 сока лайма и апельсинового сока)

1/2 чашки оливкового масла (моя собственная семья обходится без этого масла, но его хорошо использовать для согревания специй)

1 чайная ложка целых семян кумина

2 ложки сушеного орегана (хотя это и не является традиционным, их можно заменить 2 лавровыми листьями или несколькими веточками розмарина)

Поджарьте семена кумина на сковороде. Растолките их в ступе, добавив оливковое масло, лавровый лист или розмарином, если вы их используете. В той же ступе растолките чеснок и соль до тех пор, пока не получите однородную массу. В зависимости от размера вашей ступы, вы можете выполнять эту работу в несколько приемов. Подогрейте в кастрюле масло вместе со специями до тех пор, пока они не станут ароматными. Не доводите масло до кипения. Дайте содержимому кастрюли остыть, вытащите лавровые листья или веточки розмарина, если вы их используете, а затем вылейте масло в миксер вместе с апельсиновым соком и чесночной массой. Хорошенько смешайте. Получится 4 1/2 чашки. Этого достаточно для того, чтобы замариновать целую индейку. Или небольшую свинью.

ПРАЗДНОВАНИЕ ДНЯ БЛАГОДАРЕНИЯ: СОЕДИНЕНИЕ ПРОТИВОПОЛОЖНЫХ ТРАДИЦИЙ



Фотография помещается с любезного разрешения У. Этлин Барри

ЭЙПРИЛ РЕЙНОЛДС

Когда Эйприл Рейнолдс, автор этой статьи, отправилась на Север, чтобы жить и учиться в Нью-Йорке, она стала сильно скучать по Югу, где выросла. Вместе со своими друзьями, приехавшими в США из других стран, она попыталась воспроизвести вкус традиционной для Юга еды и способы ее приготовления. Это потребовало компромисса и адаптации и постепенно, главным образом после того, как она вышла замуж и переняла некоторые методы итальянской кухни своей новой родни, привело к появлению новых методов кулинарного искусства.

Фото сверху: Листовая капуста (браунколь), содержит много кальция, популярный ингредиент во многих блюдах, приготовленных согласно кулинарным рецептам американского Юга.

Эйприл Рейнолдс преподает литературное творчество в колледже Сары Лоренс в г. Бронксвилле, штат Нью-Йорк. Она – автор книги «По колено в чуде», изданной в 2003 г., которая принесла ей в 2004 г. награду Американского ПЕН-клуба «За выдающиеся достижения». Это ее первый роман, в котором прослеживается жизнь нескольких поколений одной негритянской семьи на Юге США.

День благодарения был единственным днем в году, когда мой отец молился. Я помню, как он возвышался над нашим обеденным столом, и мне кажется, что это было вчера. Я помню, как он крепко сжимал свои большие руки, когда думал о том, за какие блага, ниспосылавшиеся нашей семье в течение года, нужно поблагодарить Господа. Его голос слабел, когда он думал о том, что же сказать, чтобы это подходило к данному случаю, и мы видели, что он смущен. Наше жилище буквально разваливалось у нас на глазах: водопровод вышел из строя, нельзя было одновременно включать пылесос и телевизор, на полу и на потолке были дыры. Этот дом явно не был приспособлен к техасскому климату. Но мой отец, слишком бедный, по его собственному мнению, и слишком скупой, по мнению моей матери, так и не нанял никого, кто бы пришел и починил все, что не работало или прохудилось в нашем доме. Тем не менее, каждый год в День благодарения мой отец был полон решимости сказать Господу, что и он, и его семья были за что-то благодарны Ему. «Господь, я благодарю Тебя за моих детей», молился отец, но все мы знали, что были сомнительным даром. Нас было пятеро, которых нужно было кормить и одевать, и которым нужен был кров, и наши родители любили говорить нам, что от нас никакой пользы, а только одни неприятности.

Что, в конце концов, спасало обязательную молитву моего отца, так это маленькие дети и родственники, собиравшиеся за обеденным столом. Все они «умирали от голода» и демонстрировали свое нетерпение чересчур громким покашливанием, которое всегда звучало подозрительно. Они как бы говорили: «Давай-ка побыстрее, приятель, заканчивай». Смущенный, мой отец неизбежно говорил очевидное: «Господь, я хочу поблагодарить тебя за роскошный стол», признавая таким образом, что то, за что бедная, живущая на Юге семья из семи человек, могла бы выражать благодарность, находится прямо перед его глазами.

ХОРОШО ВЫПОЛНЕННАЯ РАБОТА

Этот праздник в некотором роде напоминал кадиллак, стоящий у дома и представляющий собой материальное воплощение финансового успеха моего отца. Негр, который ребенком собиравший хлопок, у которого родители умерли, когда ему еще не исполнилось и 15 лет, который даже семи классов в школе не закончил, оказался в состоянии обеспечить достаточным питанием ни много, ни мало, а 20 дядюшек, тетюшек, двоюродных братьев и сестер. Хотя мой отец и клялся, что никогда не делал долгов, он, несомненно, тратил, по крайней мере, две своих зарплат на то, чтобы так расщедриться на праздник. В моей семье День благодарения был тем днем, в который следовало показывать свое благополучие, даже если на самом деле его было не так уж и много. По сути дела, каждый год мы собирались за столом для того, чтобы поздравить моего отца с хорошо выполненной работой, а так же с тем, что у него хватило мужества и сил не попросить социального пособия.

И какое у нас было пиршество! Индейка, рецепт приготовления которой усовершенствовался на протяжении многих лет, была украшением стола. А вокруг располагали ветчину, соус из потрохов и помидоров, листовую капусту со свиными рульками, и «секретный напиток Рейндолсов – рассол из-под огурцов с укропом. Затем подавали тушеную зелень, ямсы в карамельной подливке, начинку из кукурузных сухарей (ею нашпиговывали индюшку до готовки, а когда индюшка была готова, ее, пропитавшуюся всеми ее соками и ароматами, выкладывали на тарелку и подавали к столу), картофельное пюре, рожки с сыром, суфле из шпината, банановый хлебный пудинг, пирог из сладкого картофеля, пирог из кокосового ореха со сладким кремом, шоколадные торт, сладкий творожник со сливками и иногда целых семь пирогов с мягкой начинкой из орехов-пекан. Я всегда отказывалась от десерта, так как я любила больше «главные» праздничные блюда. Я слушала разговоры, которые вели между собой члены моей семьи, наблюдала за тем, как составляется сложное меню – моя мать буквально неделями обдумывала, какие блюда следовало приготовить – и День благодарения стал моим любимым праздником. Если не считать подарков на Рождество и дни рождения, единственное, чем я и мои сестры были тогда озабочены, так это

тем, сколько еды останется после обеда, или же поспорить, кто из двоюродных братьев, уже наевшихся до отвала, в третий раз отправится за сочной начинкой для индюшки.

Когда я уехала в Нью-Йорк, чтобы учиться там в колледже, я больше всего скучала по тому, как праздновали День благодарения в нашей семье. У меня не было достаточно денег, чтобы ездить домой. Поэтому мне приходилось скромно отмечать этот праздник в Бруклине со своими друзьями. В то время манеру молодых людей праздновать День благодарения я объясняла себе их неосведомленностью. Единственным угощением на столе, которое я узнала, было картофельное пюре. Ни один из моих друзей не слышал о начинке для индюшки или соусе из потрохов. На столе не было ни свинины, ни густой подливки. Вместо них мои друзья – Дэвид из Калифорнии, Элисин из Греции и Пенелопа из Франции – приготовили много кус-куса, чечевицы с кэрри и слоеные пирожки с желтым перцем и брынзой. Вместо индейки мы ели жареного каплуна. Я же не дура, знаю, что каплун – это старый петух. Что было еще хуже, так это то, что мои сестры позвонили мне из Техаса, сообщив мне все семейные новости и рассказав во всех подробностях о том, какая замечательная была в этом году индейка. Мне очень не хватало привычной еды, которая была в нашей семье. Неужели мой переезд в Нью-Йорк означал, что теперь в каждый День благодарения мне придется есть табули (салат из дробленой пшеницы с овощами, помидорами, мятой и оливковым маслом)? Внезапно я почувствовала страстное желание пообщаться со своими шумными родственниками. Какой может быть у меня День благодарения, если рядом нет моей чудачковатой тети Глэдис, которая срывала с себя парик и чесала голову, когда индейка ей нравилась? Я решила сама устроить свой собственный День благодарения. Возможно, мне и не удастся собрать вокруг себя многочисленный клан Рейндолсов, но один раз в год я уж точно заслуживаю такого угощения, как подливка с потрохами.

ПРЕВРАЩЕНИЕ ГОСТЬИ В ХОЗЯЙКУ

Самой устроить День благодарения означало совершить прыжок во взрослую жизнь. Из гостьи я превратилась в хозяйку, и это произошло только потому, что День благодарения – мой любимый праздник. Мы пригласили друзей и коллег, семьи которых находились далеко. Не нужно мне больше мусакис (баранины с баклажанами). Я позвонила своим родителям и подробно записала, как готовить сочную начинку для индюшки и знаменитый соус из потрохов. Все должно было пройти замечательно, мы справим День благодарения в Восточном Гарлеме в Нью-Йорке так, как его справляют на Юге. Тем не менее, одна проблема здесь все-таки возникла – мой муж.

Вообще-то он – не проблема. Но он итальянец. Оказалось, что не я одна скучала по тому, как празднуется дома День благодарения. Мы не стали приглашать такое число людей, которое могло бы

оправдать готовку каждого блюда, являющегося, по нашему мнению, необходимым для того, чтобы достойно организовать празднование Дня благодарения. Да и места у нас не было для приготовления такого количества еды. Даже сейчас празднование Дня благодарения представляет собой довольно сложный компромисс между поклонниками северной, южной и итальянской кухонь. Пока еще мы не едим потроха со спагетти, все-таки мы пришли к соглашению, что без итальянских холодных закусок с маринованными овощами День благодарения просто не может быть таковым.

Много разной тонко-тонко нарезанной колбасы и ветчины – капиколлы, мортаделлы, прошутто, со-прессатты, генуэзской салями – кладется на тарелку горкой и окружается помидорами, жареным сладким перцем, каперсами и итальянским тунцом. Эти возбуждающе аппетит холодные закуски имеют такое большое значение, что, как утверждает мой муж, прежде чем сесть за стол и приступить к еде, итальянские женщины собираются вокруг них и фотографируются.

В моем доме мы не фотографируемся на фоне колбасы, но каждый год я неукоснительно следую рецепту моей бабушки Эдит. И хотя мне не хватает некоторых блюд, которые готовились у нас в семье, я, как когда-то мой отец, испытываю счастье оттого, что у нас такой богатый стол, и благодарна за это. Мой брак, соединение домашней еды и праздничных церемоний, тот факт, что блюда как итальянской, так и негритянской кухни Юга нравятся моим многочисленным северным друзьям, – все это очень характерные черты американской жизни. И поверьте, в следующем году я обязательно приготовлю подливу из потрохов. ■

РЕЦЕПТ ПРИГОТОВЛЕНИЯ ЗЕЛЕННОЙ ЛИСТОВОЙ КАПУСТЫ

(Единицы измерения: 1 фунт = 0,45 килограммам;
1 чашка = 237 миллилитров)

Зеленая листовая капуста

Листовая капуста, а также ее сестра – турнепс являются одними из основных продуктов питания в большинстве домов на Юге США. Приготовление пищи в южных штатах – долгий процесс и требует терпения. Блюдо из листовой капусты не исключение, но оно заслуживает того, чтобы с ним повозиться.

- 3 фунта листовой капусты, рубленной или разорванной на куски
- 6 чашек воды
- 2 копченых свиных рульки или одна копченая голень
- 1 луковица средних размеров, крупно порезанная
- Соль по вкусу
- 2 столовых ложки рассола с укропом

В большую кастрюлю налейте воды и положите свиные рульки. На сильном огне доведите до кипения. Убавьте огонь, снимите крышку и медленно варите в течение двух часов или до тех пор, пока объем воды не сократится на три четвертых и мясо свиных рулек не отпадет от кости. Добавьте лук и вымытую листовую капусту. Дайте капусте опасть. Закройте кастрюлю крышкой и на медленном огне варите в течение 45 минут до тех пор, пока капуста не станет мягкой. Прежде чем подавать на стол, добавьте рассола с укропом.

Рассчитано на семь-восемь человек.

ЗАКОНОДАТЕЛИ ВКУСА

МАЙКЛ БЕНДЛЕР И СТИВЕН ЛАУТЕРБАХ

Многие шеф-повары в Соединенных Штатах приобрели известность благодаря написанным ими статьям и книгам, а также выступлениям по радио и телевидению на кулинарные темы. Их взгляды на поварское искусство и их подходы к кулинарии оказывают существенное влияние на общенациональные тенденции в приготовлении пищи. Здесь приводятся краткие биографические очерки семи человек, которые определяли и продолжают определять характер американской кухни.

ПИОНЕР ЭФИРА

Пожалуй, нет другого человека, который оказал такое же серьезное влияние на формирование американской кухни, как Джеймс Бирд. Его часто называют «отцом американского кулинарного искусства». Он родился в 1903 г. в штате Орегон и еще в детстве увлекся поваренным делом, когда стал помогать своей матери вести дела пансионата в своем родном городе Портленде. Летом Бирд занимался рыбной ловлей, собирал раков, дикие фрукты и ягоды, и готовил еду из того, что ему удавалось собрать.



Бирд стал профессиональным кулинаром скорее по необходимости, чем по плану. Однако когда его настойчивые попытки прорваться в шоу-бизнес и стать певцом и актером не увенчались успехом, Бирд вспомнил о своем детском увлечении готовкой и открыл в 1935 г. в Нью-Йорке предприятие, специализировавшееся на закусках. Эти закуски подавались перед едой и во время коктейля. Оказавшись талантливым предпринимателем, Бирд революционизировал весь бизнес. Успех позволил ему уже в 1937 году открыть небольшой продовольственный магазин, называвшийся «Ор д' эвр инкорпорейтед», а в 1940 г. опубликовать первую книгу «Закуски и канапе».

С тех пор его кулинарные интересы продолжали расширяться. В 1935 году он открыл в Нью-Йорке «Школу кулинарного искусства Джеймса Бирда», а затем еще одну кулинарную школу в своем родном Орегоне. Он работал консультантом по блюдам и меню в знаменитом нью-йоркском ресторане «Времена года», и открыл свой собственный ресторан на острове Нантакет, Массачусетс – это фешенебельный курорт. В 1946 году, когда телевидение только-только зарождалось, он начал кулинарное шоу Эн-би-си «Я люблю готовить», и регулярно выступал по радио и телевидению на протяжении следующих десятилетий.

Самым важным в его жизни является то, что он выпустил десятки поваренных книг по всем видам пищевых продуктов. Многие из этих книг стали классикой, и считается, что в них нашла свое воплощение вся американская кухня. В течение всей своей жизни он был неутомимым путешественником и защитником здоровой и вкусной пищи, приготовленной из свежих и полезных американских компонентов. Незадолго до смерти в 1985 году, в интервью журналу «Ньюсуик» Бирд кратко определил свою кулинарную философию следующим образом: «Я не люблю кухню для гурманов или какую-то другую кухню, ту или эту. Я люблю хорошую кухню».

Наследие Джеймса Бирда живо и сегодня. Оно нашло свое воплощение в Фонде Джеймса Бирда, который присуждает национальные и региональные награды в области кулинарного искусства, а также старается содействовать развитию лучших достижений американской кухни и всячески их пропагандировать.

ФРАНЦУЗСКИЙ ШЕФ-ПОВАР

Имя Джулии Чайлд сразу же вызывает совершенно конкретную картину в памяти у всех, кому сейчас за 30. Это и звук ее голоса – глубокого, элегантно, обладающего потрясающей мелодичностью. Это и выражение у нее на лице – теплота, открытость, любопытство в поднятых вверх бровях – оттененное мягкими кудрями. Это и осанка уверенной в себе женщины – она держится прямо, гордо и энергично выполняет любую поставленную перед ней задачу.

Джулии Чайлд, которую везде знают как «французского шеф-повара», был 91 год, когда она умерла в августе 2004 года. Практически в одиночку она привела многих и многих на кухню и поведала им тайны высокого кулинарного искусства. Ей удалось это сделать в своих ежедневных программах, десятилетиями транслируемых по каналу общественного телевидения в Америке, в написанных ею книгах и статьях в газетах и журналах, а также прибегая к личному обаянию, против которого никто не мог устоять.

Название ее самой известной книги «Овладение искусством французской кулинарии», которую она написала совместно с Симон Бек и Луизетт Бертоль,

Майкл Бендлер и Стивен Лаутербах – корреспонденты Отдела американского общества и ценностей Бюро международных информационных программ Государственного Департамента США.

говорит само за себя. Многие тысячи людей во всем мире старались овладеть этим искусством под руководством Джулии Чайлд, которая была исключительно терпелива, доброжелательна, мудра, источая при этом искры веселья.

На раннем этапе своей жизни мало что говорило о том высоком статусе, которого она достигнет в мире кулинарии, который отличался высокими требованиями и был практически закрыт для посторонних. Уроженка Калифорнии, она окончила колледж Смита и во время Второй мировой войны работала в Управлении стратегических служб в Восточной Азии. После войны она вышла замуж за американского дипломата Пола Чайлда, переехала с ним в Париж и прожила там шесть лет. Там же она решила посещать кулинарную школу «Кордон Бле». Остальное, как говорится, уже история. Как однажды заметила сама Чайлд: «Мне было 32 года, когда я начала готовить, до этого я только ела».

Ее классический том появился в 1961 году – Джулии Чайлд было 49 лет. В течение двух лет у нее была своя телевизионная программа «Французский шеф-повар», которую до сих пор показывает то одна, то другая телевизионная станция в Америке. Другие серии – включая «Джулия Чайлд и компания» и «Обед у Джулии» – показывались на протяжении многих лет и неизменно сопровождались выходом широкого ассортимента поваренных книг.



В 2003 году многолетняя деятельность Джулии Чайлд на кулинарном поприще увенчалась особой честью: ее кухня в Бостоне, из которой она вела передачи, была помещена в Национальный музей американской истории Смитсоновского института в Вашингтоне, став в ряд с такими «святынями» популярной американской культуры, как туфельки Джуди Гарланд из кинофильма «Волшебник из страны Оз», бейсбольная бита легенды бейсбола «Бейб» Рута, и платье, в которых присутствовали на церемонии инаугурации своих мужей жены президентов США.

Ни у кого никогда не создается впечатления, что блюда, которые готовит Джулия Чайлд, исключительно сложные и возводят ее и ее готовку на недостижимую высоту. Она демонстрирует исключительно располагающий к себе и трезвый взгляд на кулинарию, еду и саму жизнь. «Кушаньям не обязательно представлять собой нечто слишком уж продуманное и детально разработанное, – заметила она как-то своим слушателям. – Лучше готовить что-то простое, что ест вся семья вместе».

ВРЕМЕНА ГОДА НА ЮГЕ США

Афроамериканцы оказывают огромное влияние на все аспекты американской культуры, общества и истории, и кулинарное искусство не является исключением. Никто не сделал больше, чем Эдна Льюис для ознакомления широкой общественности с традиционными методами приготовления пищи в южных шта-

тах США, а также для их признания и проявления к ним уважения, которых они заслуживают.

Во многих отношениях жизнь Эдны Льюис является типичной для афроамериканцев ее поколения.

Она родилась 13 апреля 1916 года в Вирджинии во Фритауне – городе, основанном после прокламации 1865 года освобожденными неграми-рабами, одним из которых был ее дед. Она выросла в большой семье, в которой были три сестры, два брата, многочисленные двоюродные братья и сестры, тети и дяди.

Именно в этой обстановке Эдна впервые научилась готовить, наблюдая за тем, как стряпают ее мать и другие родственники, а также стараясь освоить приготовление пищи самостоятельно. Здесь Эдна также усвоила основы кулинарного искусства, которыми она впоследствии руководствовалась, став шеф-поваром, а именно, основы кулинарной традиции Юга с использованием свежих ингредиентов, продуктов домашнего изготовления и естественных приправ. Среди компонентов, которые Эдна Льюис считает важнейшими в приготовлении пищи на Юге США, можно назвать кукурузу (зерна которой варят), лярд (топленый свиной жир), сахар и сливочное масло.

В тридцатых годах Эдна Льюис переехала из Фритауна в Нью-Йорк. Там она сменила целый ряд работ, прежде чем открыть в 1948 г. свой первый ресторан – «Кафе Николсон». Меню этого ресторана включало такие традиционно южные блюда, как свиная отбивная с клюквой, жареная курица и «воскресный» торт особой формы и выпечки. Вскоре у ресторана появились постоянные посетители, среди которых были знаменитости, представители шоу-бизнеса и политики, а также просто жители Нью-Йорка самых разных профессий и разного общественного положения. Позднее Эдна Льюис начала осуществлять доставку своих кулинарных изделий по заказам, а также работала шеф-поваром-распорядителем в нескольких других ресторанах на Юге США и в Нью-Йорке.



Однако только после того, как в 1969 г. она сломала ногу и попала в больницу, Эдна Льюис стала записывать свои рецепты. С этого началось то, что, пожалуй, стало ее самым успешным занятием – писание кулинарных книг. Ее первая поваренная книга «Вкус сельской кухни» была опубликована в 1976 г. и сразу же завоевала большую популярность. Построенная по принципу времен года, эта книга прославляла кулинарию ее родного Юга и приобщала читателей к радостям подлинной южной кухни. В восьмидесятых годах прошлого века были опубликованы еще несколько написанных ею поваренных книг и были также успешны.

В девяностых годах прошлого столетия Эдна Льюис переехала в Джорджию с тем, чтобы содействовать дальнейшей популяризации южной кухни. Там она встретила молодого шеф-повара Скотта Пикока, который владел в Атланте рестораном «Хорсредиш

Грилл». Подобно Эдне Льюис Скотт Пикок был страстным поклонником южного кулинарного искусства. Они стали хорошими друзьями и начали совместную работу над еще одной ставшей бестселлером книгой «Дары южной кухни: рецепты и откровения двух великих поваров Юга».

Популярность поваренных книг Эдны Льюис среди представителей всех классов и рас является убедительным доказательством того, что понимание сути хорошей еды поистине может объединять людей самого разного происхождения и социального положения.

БОЛЬШОЙ МАСТЕР СВОЕГО ДЕЛА

Поколение назад большинство американцев не слишком беспокоились о том, что они едят. Пережив Великую депрессию и Вторую мировую войну, многие люди полагали, что богатая, обильная и сравнительно недорогая пища была нормой послевоенной «хорошей жизни» и соответственно ни в чем себе не отказывали. Однако в начале семидесятых годов прошлого века подобная точка зрения стала меняться, когда Молли Катцен и другие, мыслявшие в том же ключе, начали отстаивать идею здорового питания. Это не только изменило рацион питания многих американцев, но и углубило их понимание зависимости здоровья человека от окружающей среды, способов производства и характера потребления пищевых продуктов.

Подход Катцен определяется в ее философии еды, которая помимо чисто кулинарных идей включает в себя эстетические, природоохранные, диетические и психологические соображения. «Я хочу, чтобы люди поняли, что у них может быть все, – объясняет она. – Каждодневная еда может быть питательной, и при этом не надо жертвовать вкусом и ароматом». Именно сочетание этих двух моментов – еда, доставляющая удовольствие, и еда, основанная на здоровом выборе, принесло Молли Катцен, автору поваренных книг, а также известной художнице и музыканту, часто выступающей по телевидению, такую популярность в современном американском обществе.

«Суждения многих людей о питании противоречивы, – замечает она. – Я хочу помочь им немного успокоиться, позволить себе некоторую щедрость в приеме пищи, но при этом потреблять полезные продукты. У большинства людей здоровое питание ассоциируется с ограничениями. Я хочу помочь людям вновь открыть для себя нашу великую способность любить подлинную, хорошую еду, которая не только имеет прекрасный вкус, но и укрепляет наше здоровье и повышает жизнеспособность».

Что же касается наставлений, которыми слишком часто сопровождается обсуждение вопросов питания на телевидении или в книгах, то по этому поводу Катцен говорит следующее: «Читать нотации людям о том, что им нужно делать, бессмысленно. Это только заставляет их чувствовать себя какими-то не такими, какими они должны быть. В жизни у людей и без того достаточно трудностей и стрессовых ситуаций. Мне важно видеть их такими, какие они в жизни».

Катцен, мать двоих детей, родилась в Рочестере в штате Нью-Йорк. Ее отец был адвокатом, а мать – социальным работником. Катцен начала готовить, когда ей еще не исполнилось и тринадцати лет, но впервые открыла для себя удовольствие питаться свежими овощами, когда была студенткой в Корнелльском университете. Молли Катцен подрабатывала в ресторанах и так познакомилась с различными кухнями.

Вскоре после окончания университета в возрасте 23 лет она и ряд других выпускников, стремившихся от-



крыть свои рестораны, создали в Итаке кооператив «Музвуд ресторан», который получил известность благодаря своим вегетарианским блюдам. Его популярность росла с небывалой быстротой, и в ответ на просьбу тех, кто поддерживал ее, Молли Катцен составила из своих рецептов поваренную книгу объемом в 78 страниц. Эта книга, озаглавленная «Поваренная книга

Музвуда», подготовленная и иллюстрированная Катцен, как коммерческое издание впервые была опубликована в 1977 году и с тех пор является одной из 10 поваренных книг, ставших бестселлерами всех времен.

В 1998 г. Катцен пересмотрела и дополнила свою столь успешную книгу. Она переработала рецепты так, чтобы рекомендованные в них блюда содержали меньше холестерина и натрия, использовала более стандартные единицы измерения и добавила необходимые руководящие указания с тем, чтобы книга стала доступнее для новичков.

В 1995 г. она стала инициатором кулинарной программы на общественном телевидении США, которая послужила толчком для написания другой поваренной книги «Вегетарианский рай», а также для подготовки детских кулинарных книг, таких как сборник «Крендельки и 66 других поразительных рецептов для поваров от восьми лет и старше». Это была ее вторая поваренная книга для детей после книги «Суп понарошку». В общей сложности уже напечатано более четырех миллионов книг Молли Катцен.

В самое последнее время она издала книгу «Санлайт Кафе Молли Катцен». Всего в этом сборнике представлено 350 рецептов завтраков на любой вкус – от вымоченного в малине ревеня до тонких блинчиков из кокоса и рисовой муки. Убеждая своих последователей понять, какое большое удовлетворение может приносить утренняя еда, Катцен полностью отдает себе отчет в том, что в эти ранние часы у людей может быть мало времени для готовки.

Деятельность Молли Катцен, отмечает один из обозревателей газеты «Нью-Йорк Таймс», «представляет собой образец здорового кулинарного стиля, который совершенно уникален и не терпит никакой догматики». А об изобретательности ее рецептов один из критиков газеты «Вашингтон Пост» писал, что «именно благодаря ее выдумке, мы едим лучше».

ПОВАРОМ СТАЛА СЛУЧАЙНО

Мексика и Соединенные Штаты всегда были связаны исторически, культурно, экономически и демографически. Обе страны также тесно связаны друг с другом гастрономически, как показывает жизненный путь шеф-повара Зарелы Мартинес.

Зарела Мартинес родилась в штате Сонора на севере Мексики в семье фермеров-скотоводов и часто ездила в Соединенные Штаты. Еще молодой женщиной она иммигрировала в Соединенные Штаты и в течение нескольких лет была социальным работником в Эл-Пасо, Техас.

Она оказалась в ресторанном бизнесе, по ее мнению, более или менее случайно. Выйдя замуж за вдовца, у которого было много детей, она начала работать поваром в ресторане для того, чтобы зарабатывать больше денег.

В 1981 году Зарела Мартинес познакомилась с известным американским шеф-поваром Полом Прюдоммом, который сделал луизианскую кадунскую кухню популярной на всей территории Соединенных Штатов и во всем мире. Прюдомм стал наставником Мартинес и побуждал ее специализироваться на знакомой ей национальной мексиканской кухне. Она и Пол Прюдомм добились еще большей известности в 1983 г., когда их вместе с двумя другими шеф-поварами вы-



брали для подготовки первого в истории регионального американского «шведского стола», организованного для семи глав государств, включая Президента США Рональда Рейгана, на саммите «Большой восьмерки» по вопросам экономики, проходившем в Уильямсберге, Вирджиния. В том же году вдохновленная своим успехом Мартинес переехала в Нью-Йорк, где стала сначала составителем меню, а затем шеф-поваром «Кафе Маримба», одного из первых ресторанов в Нью-Йорке, который попытался готовить и подавать блюда настоящей мексиканской кухни.

С тех пор карьера Мартинес приобрела еще более широкий размах и сделала ее еще многостороннее. В 1987 г. она открыла в Нью-Йорке свой собственный ресторан «Зарела», ознаменовавший собой веху в развитии кулинарного искусства в этом городе. Кроме того, Мартинес написала несколько ставших бестселлерами поваренных книг, в которых прославляются различные направления кулинарного искусства Мексики, включая средиземноморские и африканские мотивы в приготовлении еды в штате Веракрус и уникальную кухню Оахаки, являющуюся продуктом плодотворного соединения испанской и индейской кулинарных традиций.

Мартинес также стала часто появляться на телевидении. Она выступила в роли ведущей в 13-серийной программе «Зарела! Веракрусская кухня». Кроме того, Мартинес часто бывает гостем самых разнообразных передач о кулинарном искусстве.

Мартинес считает, что ее самым большим достижением является то, что она способствовала признанию мексиканской кухни на всей территории Соеди-

ненных Штатов и во всем мире. Она рассказывала, что когда впервые начала свою карьеру профессионального шеф-повара, то была обескуражена пренебрежительными отзывами о мексиканской кухне в известных ресторанных справочниках. В то время, по словам Мартинес, считалось, что за редким исключением мексиканская еда состоит в основном из ограниченного набора заимствованных простых блюд. В настоящее время с помощью таких профессионалов, как Мартинес, мексиканская кухня в Соединенных Штатах заслуженно получила высокую оценку. Все признают ее поразительное разнообразие и уникальный характер.

ПОЛЧАСА И ЕДА ГОТОВА

Она скромно отзывается о своем таланте и глубине своих знаний в области питания и кулинарного искусства. «Я скорее напоминаю пиво из бутылки», говорит она, отмахиваясь от тех, кто, сравнивает ее с искрящимся шампанским.

Однако за последние пять лет Рейчел Рей добилась больших успехов и занимает одно из центральных мест в американской популярной культуре в целом ряде областей благодаря своей личности, регулярно появлению на телевидении и – не в последнюю очередь – своей изобретательности, которая помогла ей создать совершенно особое место в американском кулинарном искусстве.

Уникальность ее состоит в способности приготовить то или иное блюдо за 30 минут.

Почти все сталкиваются с необходимостью – по той или иной причине – быстро и часто даже неожиданно приготовить что-то. Что работает в данном случае, и что – нет?

Вот где приходит на помощь Рей, постоянно появляющаяся в существующей в Америке уже 11 лет сети кабельного телевидения «Фуд Нетворк», которая занимается показом программ, посвященных питанию и кулинарному искусству.

Когда руководители этой сети думали о чем-то необычном и в то же время отвечающем интересам и вкусу обычного американца, а не гурмана или ценителя, они обратились к Рейчел Рей, но она отнеслась к их просьбам скептически. «Это вовсе не моя область», сказала она и перечислила ряд известных поваров, которые, по ее мнению, могли бы справиться с подобным заданием.

«Еда нужна всем, – отпарировала президент сети Джуди Гирард – не важно, чем вы занимаетесь или откуда вы, вы уже связаны с этим. Ведь едят-то все».

И большинство людей, как правило, стремятся в готовке к простоте и скорости. Например, для того, чтобы приготовить к варке орзо с овощами и специями (вид вермишели), нужно 10 минут и еще на саму варку 15 минут. Еще десять минут – чтобы сделать шарики из фруктового шербета. Приготовление всего ужина укладывается в установленный Рейчел Рей 30-минутный «потолок».

Ей подход к готовке абсолютно эклектичный и абсолютно универсальный. Она может приготовить

кушанье из рыбы с овощами, завернутой в листья салата, или нашить помидоры салатом табули. Ее блюда могут приближаться к блюдам сложной кухни (канопе с копченой форелью и соусом из специй) или быть намеренно заурядными (цыпленок в остром соусе). Больше всего лично ей нравится обычный овощной суп – бобы и зелень с чесноком в бульоне, один из любимых рецептов ее бабушки. «Я могу есть только этот суп всю зиму, и мне это не надоедает», заметила она недавно в одном из своих интервью.

Приготовленные за 30 минут блюда не являются чем-то, что можно перехватить на скорую руку. Она



всегда говорит по телевидению и в своих кулинарных книг, число которых растет, что ее концепция приготовления еды диаметрально противоположна концепции «мгновенной еды» (несложных блюд, подаваемых в закусочных типа «Макдональд»), потому что она предлагает сбалансированное меню. Она просто показывает, как можно в процессе готовки сэкономить время, быстро переходя от одного блюда к другому, и уложиться в полчаса.

Представления Рейчел Рей о еде и готовке сложились в семье, в которой все много варили и жарили. Это было в крови у всех, начиная с деда по линии матери, который сам выращивал и готовил все, что было необходимо семье из 12 человек, и, кончая отцом, на которого сильно повлияла богатая кулинарными традициями креольская культура Луизианы. У родителей Рей был в свое время ресторан на Кейп-Коде в штате Массачусетс, а потом они переехали в штат Нью-Йорк, где ее мать руководила приготовлением блюд для ресторанной сети в районе Адирондака.

Рей начала свою карьеру в нью-йоркском магазине «Мейсиз» сначала за прилавком в отделе сладостей, а затем заведующей отделом свежих продуктов. После «Мейсиз» она поступила на работу на магазин для гурманов, где отвечала за закупку гастрономических продуктов высокого качества. Затем Рей снова вернулась в Адирондак и стала работать на менеджерской должности, занимаясь ресторанами. Затем ее переманили на должность ответственной за закупки в один из высокочеловеческих продовольственных магазинов в Олбани, столице штата Нью-Йорк. Там Рей стала шеф-поваром и одновременно начала вести классы по кулинарии, чтобы оживить продажу бакалейных товаров во время праздников.

Классы получили название «Приготовление блюд за 30 минут» и оказались настолько популярными, что местные средства массовой информации уделили им внимание. Это привело к еженедельному выступлению Рей в вечерних новостях. Далее последовала поваренная книга, 10 000 экземпляров которой были проданы только в одном этом районе. Очень скоро успех Рей распространился и на другие регионы, и ее имя стало известно по всей стране.

Несмотря на свою новую славу, Рей настаивает на том, чтобы к ней относились как к человеку, который ничем не отличается от своих зрителей и читателей. По ее словам, она представляет собой «обычную занятую женщину, у которой не бывает свободного времени, но есть потребность в общении с такими же людьми, как она сама».

ВОСТОК ВСТРЕЧАЕТСЯ С ЗАПАДОМ



Одной из самых известных личностей на телесети «Фуд Нетуорк» является Мин Цай. Молодой и очаровательный, Цай родился в Ньюпорт-Бич, Калифорния, и рос в Дейтоне, Огайо. Он заинтересовался едой и готовкой в раннем возрасте, когда его мать, которая, как и его отец, родилась в Китае, открыла свой ресторан в Дейтоне. К 14 годам Цай уже готовил еду

в этом ресторане. По стопам отца, он поступил в Йельский университет, но его настоящим призванием всегда была кулинария. Поэтому он провел два года во Франции, где учился в прославленной кулинарной школе Ле Кордон Бле, а затем изучал управление отелями в Корнельском университете.

Поработав в нескольких ресторанах, включая ресторан «Наташа» в Париже и суши-бар в японском городе Осака, Цай подписал контракт на работу в качестве шеф-повара в «Сантакафе» в Санта-Фе, Нью-Мексико. Когда одна программ телесети «Фуд Нетуорк» под названием «Где можно пообедать» решила сделать передачу о «Сантакафе», Цай впервые выступил по телевидению. После этого он появлялся во многих других программах «Фуд Нетуорк», включая «На старт, внимание, марш» и «Дежурный повар». Начиная с 1998 года, Цай ведет на «Фуд Нетуорк» свою собственную программу «Мин Цай: Восток встречается с Западом». Эта программа, одна из первых представлявшая кухню Азии, сразу же стала пользоваться успехом у телезрителей и критики. В 1999 году ей была присуждена премия «Эмми» за дневные телепередачи (вручается Академией телевизионных искусств и наук).

Кулинарное искусство Цая, которое он демонстрирует по телевизору, о котором рассказывает в книгах и которое воплощает в блюдах, предлагаемых в его собственном ресторане «Блю Джинджер» в Бостоне, иногда называют «синтезом» кулинарных традиций. Оно сочетает азиатские и западные компоненты в новаторских и экзотических блюдах. Цай предпочитает термин кухня «Восток-Запад», который представляется подходящим, принимая во внимание азиатские корни Цая, его американское воспитание и его европейскую кулинарную подготовку. Как бы ни называли это кулинарное искусство, кухня Цая наглядно показывает, как широкий диапазон богатых и разнообразных влияний формирует современное американское кулинарное искусство. ■

ДОЛГИЕ ЧАСЫ НАД ЖАРОВНЕЙ

СИЛЬВИЯ ЛАВГРЕН

Метод медленного приготовления мяса над углями в открытых жаровнях был распространен среди первых европейских поселенцев в Северной Америке и назван барбекю. Мягкое мясо рубится или режется на куски, покрывается разным соусом, в зависимости от района, и подается в мягкой булочке и с салатом из шинкованной капусты. Есть много способов приготовления мяса, и среди борцов за правильный метод готовности ведется бесконечный спор о том, что же считать настоящим барбекю, но при этом все признают, что барбекю является очень вкусным и сугубо американским блюдом.

Существует очень вкусное и подлинно американское блюдо, для приготовления которого необходимо несколько часов, а также наличие специального оборудования, специально-го топлива и искусного повара, который в течение многих лет добивался получения его «правильного» вкуса. Оно является любимым блюдом президентов и губернаторов США, писателей и хозяев ранчо, а также тысяч простых людей. Можно встретить заядлых любителей этого блюда, которые готовы проехать сотни миль в надежде попробовать «необычное» барбекю. Однако блюда, о котором идет речь, вы, пожалуй, не найдете ни в Париже, ни в Лондоне, ни в Гонконге, ни в Стамбуле и ни в одном из «лучших» ресторанов всего мира. Вместо этого вам придется поехать в такие места, как Файетвилл, Арканзас, Уилсон, Северная Каролина, или Ваксатчи, Техас.

Так что же представляет собой это самое американское из всех блюд, которое столь трудно найти за пределами Соединенных Штатов, но которое к вашему великому удовольствию доступно всем на территории этой страны.

Этим блюдом является барбекю...

Нет! Нет! Нет! несется со всех сторон. У всех есть барбекю! Посмотрите на армян, которые готовят баранину на гриле или на китайцев из провинции Кантон, которые жарят утку на манер барбекю, или жителей Австралии, которые готовят креветки на «барби». Почти во всех культурах мира, в которых умеют пользоваться огнем, готовят барбекю, скажите вы. И будете почти правы.

НЕЧТО ОСОБЕННОЕ

Здесь мы ведем речь об особом виде барбекю – об уникальном способе очень медленного приготовления мяса на углях. Его корни уходят в далекое прошлое американского континента. Этот метод готовки настолько необычен, что первые европейцы, прибывшие в Новый Свет, увидев его, просто не поверили собственным глазам.

Вот что писал один из французов в 1564 году: «Бывало так, что, возвратившись домой с рыбной ловли, усталые и голодные рыбаки должны были терпеливо ждать целый день, пока поджарится рыба на деревянной решетке, установленной на высоте двух футов от земли над очень слабым огнем». Местные жители называли свою деревянную решетку «барбакот», что означает деревянный остов для при-

Сильвия Лавгрэн, кинематографист и писательница, является автором книги «Модная еда: семидесятилетняя история причуд» (Издательство «Хангри Майндз», 1995 год).

готовления мяса. Испанцы переделали это название на свой лад и стали именовать упомянутую решетку «барбакоа».

ПРИВЫЧКА КО ВКУСНОЙ ЕДЕ

Процесс долгого, медленного приготовления пищи – занимающий от 12 до 16 часов, что отнюдь не считается чем-то необычным – приводит к тому, что самый жесткий кусок мяса сам отпадает от костей исключительно мягким, вобрав в себя аромат дыма обгоревшей древесины. Приготовленное таким образом мясо развивает привычку к вкусной еде, и ни один человек, хоть раз попробовавший это кушанье, не станет удивляться, услышав о том, что в Лексингтоне, Северная Каролина, некий пожилой мужчина в течение последних 15 лет шесть раз в неделю каждый вечер заказывал его в своей любимой «закусочной, где подают барбекю» (по воскресеньям она не работает).

Ранние европейские поселенцы очень быстро переняли этот странный способ приготовления мяса. К тому времени, когда Джордж Вашингтон стал первым Президентом США, званые вечера, на которых подавали барбекю, уже давно стали привычными. Однако первый Президент США был далеко не единственный, кому нравились подобные приемы, поскольку представляли собой идеальную возможность соединять человеческое общение и решение политических вопросов. Президент Линдон Джонсон был известен своими приемами с барбекю в середине шестидесятых годов прошлого столетия, когда еда и дела преподносились равными порциями. И даже сейчас на Юге, Среднем Западе и в западных штатах Соединенных Штатов барбекю и политика всегда «неразлучны», как дым с углями.

Барбекю, которое Джордж Вашингтон ел в 18-м веке, вероятно, было таким же барбекю, какие готовят в наши дни на юго-восточном побережье Соединенных Штатов. Согласно традиции, разрезают целую свинью и удаляют из нее внутренности, а затем в распластанном виде помещают над жаровней (которая представляет собой либо яму, то есть вырытую в земле воронку, покрытую грилем, либо большую кирпичную или металлическую емкость, покрываемую грилем) и жарят в течение 12 часов или дольше над древесными углями, которые постоянно переворачивают под мясом лопатой. Лишь немногие повара стали бы покрывать мясо какими-то специями или маслом. Долгое пребывание над открытыми углями и немного соли – это, все, что нужно. Когда это кушанье готово, мягкое мясо отрывают кусками (но никогда не режут ломтями), поливают простым острым соусом из уксуса и красного перца и кладут в булку, добавляя немного шинкованной капусты.

ВСЕ ВЫЗЫВАЕТ СПОРЫ

Многие будут доказывать, что именно этот древний способ приготовления мяса является единственным «настоящим» барбекю. Однако почти все любители барбекю в той или иной степени представляют собой сторонников правильного приготовления этого блю-

да, и почти каждый из них считает свое барбекю лучшим. Мастер барбекю с восточного побережья, где жарят «целую свинью», поднимет на смех тех, кто готовит свиные плечики в Северной Каролине, а те в свою очередь станут задира́ть нос перед поварами, жарящими свиные ребрышки в Теннесси, которые в свою очередь будут шокированы при виде барбекю из баранины, приготовленного поварами в Кентукки, причем последние в свою очередь придут в ужас от копченого барбекю, привычного в Техасе. Один джентльмен из Северной Каролины, готовящий свиные ребра, когда его попросили высказать свое мнение о техасском барбекю, пренебрежительно ответил: «Возможно, оно и вкусное, но это не то, что мы называем настоящим барбекю». Разумеется, безукоризненно приготовленные им свиные ребра отвергаются теми, кто готовит барбекю в восточных штатах: «Если вы не жарите целую свинью, то это уже не барбекю».

Кроме того, страстные любители барбекю могут вести друг с другом жаркие споры буквально обо всем, что касается искусства приготовления этого блюда. После того, как принято решение о типе мяса и части туши, откуда берется вырезка, неизменно следует вопрос: «Какие дрова жечь, из какого дерева?». На Юго-востоке этим деревом часто бывает гикори (род североамериканского орешника), а любители барбекю из других регионов Соединенных Штатов рьяно доказывают, что нужно использовать дуб. В Техасе это, скорее всего, будет мескитовое дерево. А когда вы столкнетесь с людьми, которые вообще не применяют древесного топлива, а пользуются газовой горелкой (которых «дровики» называют «газовиками»), то с ними и говорить нечего. «Можно просто пойти в кухню, сунуть мясо в духовку и приготовить неплохую жареную свинину. Но это, черт возьми, уж точно не будет тем, что я называю барбекю!» – говорит член Общества по сохранению традиционного южного барбекю Смоуки Питтс.

Далее возникает еще один спорный вопрос о том, должно ли пространство для готовки быть подвержено воздействию воздуха («барбекю на открытой жаровне») или же его следует закрыть, чтобы удерживать дым («барбекю на закрытой жаровне»). Сторонники закрытого способа любят сильный дымный привкус, которого можно добиться только их методами и с гордостью указывают на красноватый дымовой ободок, который образуется в мясе в результате химической реакции между дымом и белком. Однако не все считают, что это хорошо. По мнению специалиста по приготовлению барбекю Боба Гарнера, мясо совершенного барбекю «имеет лишь легкий привкус дыма, не »забивающий« все остальные вкусовые качества мяса, которое при избытке дыма выглядит так, как будто его только что вытащили из дома, охваченного пожаром». Закрытые жаровни пользуются популярностью на Западе, где барбекю готовится «по-западному», «по-ковбойски» – в Техасе, Канзасе и Миссури, в то время как открытые жаровни распространены в юго-восточных американских штатах, а также среди сторонников традиционных способов готовки барбекю.

Кроме того, обсуждают соус для барбекю. Соус для барбекю из супермаркета отличается насыщенностью и остротой и по вкусу напоминает томатный соус – кетчуп. Такой соус действительно пользуется популярностью в Канзасе и других районах Среднего Запада. Однако большинство соусов в Северной Каролине являются легкими и слегка отдают уксусом, причем в качестве специй в них используется только красный перец. Северная Каролина известна своими горчичными соусами, а в некоторых закусочных Техаса, в которых готовится говяжье барбекю, сильно пропахшее дымом, вообще не подается соус, а просьбу невежд подать им его встречают презрительной улыбкой.

МУЖСКАЯ РАБОТА

Еще две вещи являются уникальными в отношении американского барбекю. Во-первых, барбекю представляет собой кулинарный стиль, практикуемый в основном мужчинами. Это частично объясняется тем, что приготовление старомодного барбекю просто-напросто является изнурительной, а подчас непосильной работой, тяжелой и грязной. Бревна нужно пилить, разрубать и складывать, угли надо перемешивать лопатой. Большие куски мяса, помещенные над дымящимися углями, требуют, чтобы за ними приглядывали в течение многих часов. Однако подлинная причина, по которой именно мужчины склонны быть экспертами по приготовлению барбекю, может быть гораздо проще: «Барбекю – одна из таких вещей, которой любят заниматься мужчины, потому что можно не ложиться спать всю ночь и пить», утверждает Боб Гарнер

Другим интересным обстоятельством, сопутствующим американскому барбекю, является то, что, хотя присматривают за жаровней в основном мужчины, они в равной степени могут оказаться как афроаме-

риканцами, так и евроамериканцами. Вероятно, те барбекю, которые ел в 18-м веке Джордж Вашингтон, приготавливались неграми-рабами. А их потомки «захватили с собой» это искусство, когда в 19-м веке переселялись в Северные и Западные штаты. В таких местах, как Северная Каролина и Техас, процветает прочно утвердившаяся европейско-американская традиция приготовления барбекю.

В последние годы стали проводиться соревнования по приготовлению барбекю. Приезжая со всех концов страны, участники собираются в исключительно популярных местах готовки барбекю в Канзас-Сити или в Оуэнсборо, Кентукки, или в Мемфисе, Теннесси. Они приезжают со своими крайне сложными портативными устройствами, имитирующими жаровни, и секретными рецептами соуса для барбекю с тем, чтобы продемонстрировать свое кулинарное искусство в данной области, пообщаться с другими любителями барбекю, посмотреть на их достижения, побороться за денежные призы и престижные награды, поговорить о барбекю и, конечно, поесть его.

Может оказаться трудным делом найти настоящее американское барбекю за пределами Соединенных Штатов. В самой этой стране могут вестись споры о том, что же является настоящим барбекю. Однако будь то «целая свинья» с нежным запахом дыма из Северной Каролины, или закоптелые ребра с липким соусом из Джорджии, или очень ароматная баранина из Кентукки, или острое обгоревшее по краям мясо из Канзас-Сити, или насквозь продымленная говяжья грудинка из Техаса – все это представляет собой сугубо американскую еду и уж, конечно, еду вкусную. Один энтузиаст барбекю подвел итог рассуждениям об этом блюде следующими словами: «Лучшее барбекю? Да это то, которое сейчас находится передо мной». ■

ИЗБАВЬТЕ МЕНЯ ОТ ЧАЯ СО ЛЬДОМ



ФРЕД ЧАППЕЛЛ

Автор настоящей статьи, хотя и является уроженцем американского Юга, с презрением относится к освежающему напитку, который является отличительной чертой этого региона, – чаю со льдом. Он характеризует его как «безвкусную банальность» и считает его каким-то извращением, что не мешает ему, однако, давать руководящие указания о том, как его готовить.

Фред Чаппелл – профессор английского языка в Университете штата Северная Каролина в Гринсборо, поэт-лауреат этого штата. Он – автор многих книг поэзии и прозы. В их число входят: «Первые и последние слова», «На путях поиска», «Форм больше, чем одна», «Пусть уголок твой будет светел» и «Навечно я один из вас».

ССЫЛКА НА ИСТОЧНИК ПЕРЕПЕЧАТКИ

Впервые опубликована в издании «Гастрономика» и включена в сборник «Все лучшее, написанное о питании в 2002 году.» (Нью-Йорк: «Марлоу энд компани», 2002.). Перепечатывается с разрешения автора.

Есть люди, которые едят салат с холодными макаронами. Им нравится портить свою зелень безвкусными полусырыми кусочками теста, которые обычно становятся съедобными только в том случае, если хорошенько изменить их внешний вид с помощью острого соуса и сыра пармезан. Правда, у этого салата есть одно достоинство: на нем можно сэкономить. То, что осталось от него со среды, можно продать в четверг посетителям с извращенным вкусом.

Вероятно, лишь извращенностью можно объяснить и повсеместное пристрастие к чаю со льдом на нашем американском юге. Эдгар Аллан По был первым, кто поставил диагноз этому неисправимому упорству человеческой натуры в своем коротком рассказе «Демон извращенного вкуса». И он же был уверен в том, что оно составляет абсолютно нормальную черту южного характера. Однако прошу исключить меня. Я представляю собой одного из тех южан, которые презирают эту мутную водицу, по цвету напоминающую настой дубового листа, и безвкусную банальность данного напитка. Когда мне предлагает чай со льдом какая-нибудь очаровательная южанка, я знаю, что мне придется долго выслушивать ее щебетание о младенце ее кухни Мэри Элис и как он мило резвится в детском манеже.

Горячий чай имеет смысл. Он может расслаблять, а также стимулировать, и его действительно удобно пить маленькими глотками как успокаивающее. У него бывает густой и изысканный аромат, и он помогает нам понять, почему китайцы называли определенные виды цветов «чайными розами».

Горячий чай может быть и серьезной темой для дискуссии. Например, когда южане возрождают традиционный английский спор, нужно ли подносить кипяток к чайнику или же чайник к кипятку. Подобные разговоры убеждают нас в том, что в мире, где господствуют видеоигры и электронная почта еще не окончательно исчезли следы цивилизации.

Однако если вы превратите горячий чай в ледяной, будет уже не важно, что к чему нужно подносить – воду к чайнику или чайник к воде. Весь аромат чая улетучивается, и только специальные ароматические добавки могут придать этой подкрашенной водичке хоть какой-то запах. Разумеется, об этих добавках говорят везде. И даже самые обходительные южные дамы могут потерять весь свой исключительно презентабельный вид и опуститься до простонародной речи, когда видят, что чай со льдом был приготовлен неподобающим образом.

В последние годы некоторые предприимчивые женщины поняли всю тщетность решить проблему чайника и кипятка, и стали готовить «солнечный чай», напиток, который вообще не знает ни кухонной плиты, ни чайника для заварки. Просто кувшин вместимостью один галлон заполняется водой, в него кладется пучок чайных пакетиков, и потом он ставится на заднее крыльцо для того, чтобы на жарком августовском солнце заварился чай. Этот способ, по крайней мере, несколько убавляет лицемерную болтовню о надлежащей процедуре приготовления чая. Лед не может нанести вред солнечному чаю; он создается сам по себе и этому нельзя ни помочь, ни навредить.

А теперь перейдем к рецепту приготовления чая со льдом. Лимоны очень важны, и их должно быть много и самых разных. Их разрезают на шесть частей, и их никогда, я повторяю, никогда не выжимают, а только бросают в большой кувшин – четыре или пять ломтиков. Дополнительные ломтики предлагаются на хрустальной тарелке диаметром 6 дюймов. Можно добавить мяты, но ее всегда кладут на дно кувшина, а не в стакан, где она может прилипнуть к его внутренней стенке.

Когда приступают к сахару – наступает самая важная часть церемония. Сахарница передается из рук в руки с такой головокружительной скоростью, что напоминает вертящуюся этикетку на старой грампластинке, вращающейся со скоростью 78 оборотов в минуту. Южане любят сладкое. Действительно предусмотрительная хозяйка заранее подслащивает этот чай для гостей каким-нибудь простым сахарным сиропом, что исключает, по-видимому, недопустимое попадание в чай гранул сахара, который кладется из сахарницы. Вероятно «подобающий» сахарный сироп для чая со льдом можно приготовить в пропорции фунт сахара на столовую ложку воды.

На Юге сладкий чай со льдом считается нечто само собой разумеющимся, как утверждение о том, что автомобильные гонки являются нашим общенациональным времяпрепровождением, или что Баптистская церковь представляет собой орудие Республиканской партии. Если вы заказываете чай со льдом в ресторане, он подается вам уже сладким. Если вы не хотите сладкий, то должны специально попросить об этом. И вам придется требовать этого чуть ли не с пистолетом в руках. Вам придется повторять ваше требование несколько раз, поскольку несладкий чай для большинства обслуживающего персонала является столь же трудным для понимания, как алгебраическая формула. И даже тогда вы не можете быть уверены, что вас поймут. Как-то раз моя жена Сюзан заказала несладкий чай, но ей подали чай сладкий, как мед. Официантка клялась, что поняла ее, но, пояснила она: «Мы не смогли придумать, как вынуть из этого чая сахар».

Непонятно, почему южане так зациклились на сахаре, но это – неоспоримый факт. Мы представляем собой породу людей, которые делают мармелад из кабачков, помидоров, лука и даже арбузных корок. Наш прославленный пирог из орехов pekan – это не что иное, как комбинация липкого сиропа и орехов. Но даже и так недостаточно сладко, и поэтому его подают с горой взбитых сливок, посыпанных кокосовой пудрой и украшенных завитушками из молочного шоколада.

«Хотите попить чая со льдом?»

«О да. Сладкий, пожалуйста».

Что ж, признаюсь вам, что хотя я и родился в Северной Каролине, я представляю собой плохой пример южанина. Я – демократ, не баптист, и мне неважно, на какой машине я езжу. Для меня добавлять пастилу в ямсы все равно, что класть малиновое варенье на бифштекс. Я бегу как от огня от сала, кукурузного хлеба, барбекю, кукурузной каши и – чая со льдом.

Сюзан говорит, что меня нужно посахарить. ■

О НОЖА И ВИЛКАХ

ФРЭНСИН ПРОУЗ

Размышления автора о различных способах приема пищи были вызваны вопросом сына о правилах поведения за столом. Отвечая на него, она приходит к заключению, что все, «выходящее за узкие рамки наших культурных предпосылок, учит нас тому, что другие люди могут иметь иные манеры и нравы. Это пробуждает в нас любопытство по поводу многих вещей, на которые ранее мы не обращали никакого внимания». Это также заставляет задуматься о том, «почему определенные способы приема пищи кажутся идеально подходящими для определенных кухонь».

Франсин Проз – автор более десяти книг, в числе которых романы, короткие рассказы, документальная проза и книги для детей. Ей присуждались гранты из фонда Гуггенхайма и по программе Фулбрайта, она регулярно публикуется в журнале «Харперс» и ведет постоянную колонку в «Уолл-стрит джорнэл», посвященную искусству. Она преподавала в ряде учебных заведений и вела семинары для писателей в штате Айова и Университете Джонса Хопкинса.

Не так давно за ужином я услышала, как мой сын, которому 21 год, задал другу нашей семьи один из «вечных и мучительных» вопросов: какой вилок надо пользоваться в первую очередь на официальном обеде? Я была поражена по ряду причин. Во-первых, его вопрос мне напомнил о том, что мой ребенок превратился во взрослого человека, который может без меня оказаться на официальном мероприятии, где от него может потребоваться осведомленность о подобных вещах. Когда он первый раз оказался на таком обеде? Как глупо было с моей стороны предположить, что он получил достаточное образование в вопросах столового серебра, когда его отец и я убедили его в том, что надлежащее использование ложки не предполагает ее применение в качестве катапульты для запуска каши через всю комнату. Я с удивлением осознала, что мне никогда не приходило в голову учить его элементарному этикету. И, наконец, его вопрос напомнил мне о том, как много вещей мы воспринимаем как нечто само собой разумеющееся, и сколь много информации простейшие действия – например, способ доставки еды с наших тарелок в наши рты – дают нам о нашей культуре, принадлежности к нашему классу, нашей истории и нашем образе жизни.

Если, как говорилось в 1960-е годы, мы есть то, что мы едим, то очевидно, справедливо и утверждение, что мы есть еще и то, как мы едим. Хотя меня всегда удивляли высокоспециализированная кухонная утварь и предметы сервировки стола – такие как ложки с зазубренными краями для грейпфрутов, щипцы для лобстера, маленькие держалки для кукурузы со штыречками, которые нужно воткнуть в початки с двух концов и держать початок за них, чтобы, когда подносишь его ко рту, растаявшее масло не попало на пальцы. У меня всегда выходило так, что я покупала такие вещи на домашних распродажах по дешевке, а затем незамедлительно перемещала их в подвал. Даже в особых случаях стиль нашего дома никогда не включал в себя затраты времени и энергии для накрывания изысканного стола. Нож, вилка и ложка, к которым иногда добавлялась ложка для супа, практически определяли пределы наших амбиций по части сервировки.

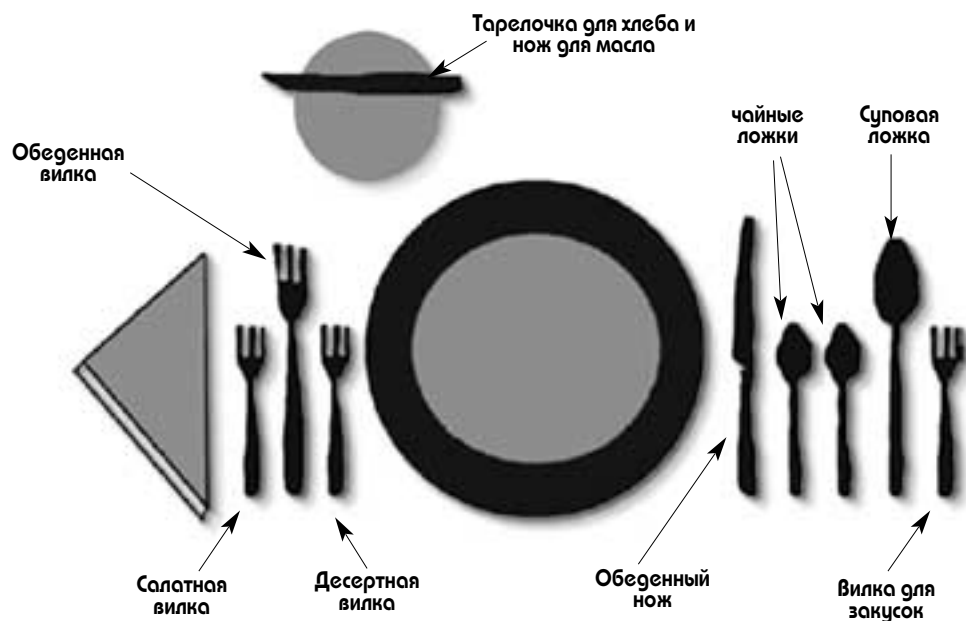
АДЕПТЫ КИТАЙСКИХ ПАЛОЧЕК

Что может сказать о нашей семье то обстоятельство, что, хотя мой сын только сейчас начинает задавать вопросы о таинствах салатной вилки и ложки

для десерта, оба моих сына, сколько я их помню, всегда умели пользоваться китайскими палочками для еды. Они настоящие эксперты, ловко ухватывающие скользкие и неуправляемые ломтики, совершая при этом настоящие подвиги, свидетельствующие об их уверенности в своих силах, глазомере и координации, которые даже я с моим вполне уверенным владением палочками нахожу недостижимыми. С другой стороны, их 88-летняя бабушка так и не осилила этого искусства, которое (как и вождение автомобиля), возможно, постигается наиболее успешно в раннем возрасте, хотя она почти добилась успеха, когда предупредительная официантка в нашем местном японском ресторане попыталась ее научить. Она предложила некое примитивное приспособление, в котором палочки соединяются вместе резиновой ленточкой и кусочком картона. По словам официантки, эта конструкция используется японскими родителями, чтобы

научить своих маленьких детей пользоваться палочками. Различие между поколениями, между моей матерью и моими детьми, конечно же, наверняка предполагает, что мы стали более многокультурным обществом. И это такого же рода прогресс, который я нахожу в том обстоятельстве, что оба моих сына (в отличие от их одноязычных родителей) могут более-менее бегло говорить по-испански.

Путешествия и контакты с другими культурами полезны и тем, что они избавляют нас от своего рода шовинизма при сервировке стола, ведь мы часто уверены, что наш способ – единственный и даже наиболее правильный. Когда мне исполнилось 20 лет, я провела год в Индии, и я по-прежнему помню мое чувство замешательства, а затем удивления и восторга, когда я зашла в один из этих удивительных южно-индийских вегетарианских ресторанов при больших магазинах, в которых еду подавали на банановых



ПОЧЕМУ ОНИ ТАК ЕДЯТ?

Путешественники, приезжающие из Европы и других частей света в Соединенные Штаты, иногда удивляются манере американцев пользоваться вилок и ножом, особенно в официальной обстановке. Большинство американцев полагаются на так называемый метод «зигзага», который основывается на правилах этикета, разработанных много десятилетий назад, возможно, даже в XIX веке. Этот метод предполагает, что еду разрезают, держа нож в правой руке, а вилок в левой, потом кладут нож на тарелку, переключают вилок в правую руку и продолжают есть. Левая рука при этом находится на коленях под столом до тех пор, пока не потребуется опять что-либо резать. Без надобности покоящаяся на столе левая кисть, рука или – боже упаси! – локоть сейчас же выдают человека дурно воспитанного, если не хуже. (Конечно, описанный процесс подразумевает, что человек правша. Лешам следует начинать еду с ножом в левой руке и вилок в правой.)

Рациональный же «европейский метод», напротив, предполагает, что вилок остается в левой руке и после нарезания пищи. Еще одно незначительное отличие: американцы, как правило, держат вилок повернутой вверх, в то время как несут еду ко рту, а европейцы обычно держат вилок повернутой вниз, иногда при этом выпрямляя указательный палец. Существуют разные теории относительно причин появления таких различий, но согласно одной теории, относительно запоздалое появление вилок в Америке обусловило то, что они использовались скорее как их предшественники – ложки, то есть, скорее для зачерпывания, чем для накалывания. Как и в случае многих других культурных различий, нельзя утверждать, что один из методов правилен, а другой нет: они просто разные.

листьях, а посетители отправляли ее в рот руками. Как и искусство пользоваться палочками, этот метод (разминание риса и овощей, чтобы превратить их в шарик, затем захват этого шарика самыми кончиками ваших пальцев и использование большого пальца, чтобы доставить шарик прямо в рот) требовал известной практики. Это оказалось одновременно и поучительным, и полезным опытом знакомства с новой культурой. Чувство неудобства, испытанное в силу необходимости учиться есть таким образом под любопытными взглядами официантов и мальчишек, которые регулярно собирались, чтобы понаблюдать за моими первыми неудачными попытками, заставили меня выучиться довольно быстро.

Я перешла на этот новый способ приема пищи столь охотно, что, вернувшись домой, в Соединенные Штаты, решила продолжать есть руками. Мне казалось, что это – гораздо более совершенный и непосредственный способ получения наслаждения от еды. Кроме того, казалось, что мне больше никогда не придется беспокоиться по поводу того факта, что, по крайней мере, в нашем доме ножи и вилки исчезают столь же таинственно и с таким же постоянством, как это происходит с носками при стирке и сушке в машине. Однако моя манера есть руками продержалась лишь до того момента, когда я впервые огляделась вокруг в индийском ресторане во время обеда и заметила реакцию посетителей-индусов. На их лицах было то же самое выражение удивления и мягкого неодобрения, которое я вижу сейчас на лице моей матери, когда она слышит о том, что верхние этажи зданий на Лоуэрист-сайд, где прошло ее детство, сейчас продаются за миллионы долларов. Почему миллионеры так охотно «слетаются» в район, из которого она уехала? Почему я ем на публике таким образом, от которого сознательно отказались люди, приехавшие в Америку из Индии и перенявшие американские нравы?

РАЗНЫЕ МАНЕРЫ И НРАВЫ

Следует быть благодарным за любой опыт, выводящий нас за узкие рамки наших культурных традиций. Он учит нас, что другие люди могут иметь иные манеры и нравы. Это пробуждает в нас любопытство по поводу многих вещей, на которые ранее мы не обращали никакого внимания. Осознание того, что использование ножей и вилок не является универсальной традицией, может привести нас к открытию, что они не только используются далеко не везде, но что и в западном обществе они были в ходу не всегда, а представляют собой относительно недавнюю модификацию более ранних понятий о правилах поведения за столом.

Древние греки использовали полный набор предметов сервировки стола, но во времена римлян ножи и вилки вышли из моды, и даже самые элегантные обедающие пользовались лишь ложками. Манеры еще более упростились в Средние века, когда большинство людей ели пальцами или подхватывали пищу корками черствого хлеба, а наиболее вкусные кусочки насаживали на концы лезвий ножей. Считалось, что мужчины должны брать ножи к столу не для того, чтобы

использовать их в качестве оружия, а для того, чтобы галантно разрезать мясное блюдо для своих дам. В то время византийская империя далеко обогнала Запад. При византийском дворе обычно ели с помощью вилок, и в XI веке Томас Кориат попытался привить этот обычай (который он наблюдал в Италии) в родной Англии, но был осмеян как женоподобный позер.

Что касается моей собственной страны, вилок в Колонию Массачусетского залива привез губернатор Уинтроп, однако она оказалась, редкостью, возможно, единственной в своем роде в американских колониях. Этот факт заставляет нас пересмотреть наше представление о первом обеде Благодарения, когда пилигримы, наверно, ели индейку с острия ножа, время от времени помогая себе ложкой. Только в начале XIX века вилки стали распространенным предметом сервировки стола в американских домах. Позднее, в 1920-е годы, появление нержавеющей стали избавило американцев от утомительного полирования викторианского серебра, в то время как в последнее время одноразовые пластмассовые ножи и вилки (хорошо это или плохо) облегчили задачу сервировки при большом скоплении народа, в самолетах и в ресторанах быстрого питания.

ВОПРОСЫ, ОСТАВШИЕСЯ БЕЗ ОТВЕТА

Все это совершенно понятно, но загадки все же остаются. Например, почему определенные способы приема пищи кажутся идеально подходящими для определенных кухонь? Почему китайские блюда кажутся гораздо вкуснее, если мы едим палочками? Почему любая еда становится столь невкусной, если мы пользуемся пластиковыми вилками и ножами? Почему мексиканская кухня требует, чтобы еду завертывали внутрь свежеспеченной тортильы (тонкой кукурузной лепешки) и брали руками? И не является ли одним из привлекательных свойств продающейся на улицах по всему миру пищи тот факт, что она предназначена быть съеденной на ходу, не только без ножей и вилок, но и без тарелок? Действительно, одно из лучших блюд, которые я в жизни когда-либо пробовала, мне подали на тонком листе бумаги на рынке в Мехико.

Вспоминая тот обед, я не могу не удивляться широчайшему диапазону подходов к казалось бы простому акту принятия пищи, а также дистанции между оживленным лотком на рынке и квартирой в Манхэттене, где мне недавно довелось побывать на званном обеде, и где стол был сервирован многочисленными вилками, ложками и ножами, а к каждой новой бутылке вина, предназначенного для конкретного блюда, подавались новые бокалы.

Это вновь возвращает меня к вопросу моего сына о том, что чем есть на официальном обеде. «Это просто, – сказал один друг нашего семейства. – Вы действуете по принципу »снаружи – внутрь«, то есть берете первым тот прибор, который расположен дальше от тарелки, двигаясь по мере смены блюд, ближе к тарелке. Мой сын широко заулыбался, как мне показалось, с тайным желанием, чтобы ответы на все его вопросы были бы столь же простыми, разумными и сказочно легко запоминающимися. ■

НАША ГОРДОСТЬ – СЭНДВИЧИ



Эд ЛИВАЙН

Американцы могут долго и упорно спорить о сравнительных достоинствах сэндвичей, приготовленных в их родных городах. Единственным неоспоримым фактом является огромное разнообразие этих творений. Чикаго славится своими сэндвичами с говядиной по-итальянски, Милуоки – сэндвичами с сардельками и квашеной капустой, Филадельфия – сэндвичами с мясом и сыром, а Лос Анджелес – сэндвичами с французским соусом, которые, по преданию, появились на свет совершенно случайно. Можно с уверенностью сказать, что ни один из них не предназначен для людей, которые стараются соблюдать диету и поэтому считают каждую калорию.

Статьи Эда Ливайна о еде печатались в «Гурме», «Бон Аппети», «Бизнес Уик», «Джи-Кью», «Трэвел энд Лижур», «Фокс Ньюз» и «Нью-Йорк таймс». Он – создатель и одним из ведущих программы «Нью-Йорк Итс» на нью-йоркском телевидении.

Я уверен, что если вы поедете в любой большой или маленький город в Америке и поговорите с его жителями, вы убедитесь в двух вещах: во-первых, они делают сэндвич, который, скажут вам, они изобрели и который единственен в своем роде, и, во-вторых, они готовы часами спорить с друзьями и соседями о том, где лучше всего делают этот сэндвич.

По всей стране вы найдете сэндвичи, которые отождествляются с каждым крупным городом не менее, если не более чем их спортивные команды.

ОЧЕНЬ НЕУМЕРЕННЫЕ И ОЧЕНЬ ВКУСНЫЕ

На протяжении 66 лет в Чикаго специализировались на приготовлении сэндвичей с говядиной по-итальянски. Чикагцы поглощают миллионы этих сэндвичей и спорят о сравнительных достоинствах различных ресторанов, где их подают. В таких заведениях как «Мистер Биф» и «Эл'с» продолговатую булочку заполняют тонкими ломтиками прожаренного на медленном огне ростбифа, окунутого в насыщенные чесноком соки от жаркого, и добавляют либо сладкий перец, либо «жардинеру» – острую закуску из маринованных огурчиков. Многие жители «города ветров» любят добавить к своему сэндвичу по-итальянски кусок сладкой итальянской колбаски, в результате чего получается так называемое чикагцами «комбо». Вам это может показаться неумеренным, и, скорее всего, так и есть, но получается, несомненно, восхитительно вкусно.

Спросите любого служащего бензоколонки в Шебойгане или Милуоки – двух крупных городах в штате Висконсин к северу от Чикаго, – что стоит попробовать на обед, и, готов поспорить, девять из десяти скажут «брат» или сэндвич с братвurstом – толстой сосиской. Лучшие из них жарят на угольном гриле до тех пор, пока оболочки сосисок не начнут почти что лопаться от соков, а потом кладут в мягкую булочку.

В городе Де-Мойн штата Айова, где выращивают множество свиней, лучше всего взять на обед сэндвич со свиным филе в заведении вроде «Смиттис» рядом с аэропортом. Свиное филе отбивают, расплю-

шивают и жарят во фритюре. Сэндвич со свиным филе по форме похож на фризби, особенно если в него добавить майонеза и/или горчицы, зеленый салат и помидоры.

Всего в четырех часах езды от Де-Мойна, в Канзас-Сити очень популярны сэндвичи с копченой говяжьей грудинкой, сделанные из нежных кусочков мяса, которые кладут между двумя ломтиками обычного белого хлеба. По моему скромному мнению, хорошему сэндвичу с копченой говяжьей грудинкой соус не нужен, но жители Канзас-Сити рады поспорить о преимуществах соуса для говяжьей грудинки или для барбекю в таких заведениях, как «Гэйт'с», «Элси'с» и «Оклахома Джо'с».

Жители Нью-Йорка без конца могут спорить о том, где лучше всего готовят сэндвичи с пастроми (копченой говядиной) или солониной, и никогда не приходят к какому-то заключению. Любители сэндвичей из «Карнеги Дели» никогда не согласятся с тем, что в «У Каца» их делают лучше. Однако это совсем не ново. Я уверен, что горячие споры о том, кто лучше, не утихают с тех самых пор, когда в начале прошлого столетия еврейские иммигранты начали продавать в мясных лавках Нижнего Ист-Сайда в Манхэттене копченое мясо и солонину.

ЖАРЕННЫЕ МОЛЛЮСКИ

Жители Бостона переняли из соседнего городка Эссекс булочку с жареными моллюсками. Для того чтобы приготовить булочку с жареными моллюсками, сладких, крупных моллюсков окунают в тесто и

обжаривают во фритюре. Потом их укладывают в булочку для хот-дога с соусом тартар и подают с кусочком лимона. Хотя считается, что сэндвич с жареными моллюсками изобрел Лоуренс Декстер Вудман 3 июля 1916 года в городе Эссекс штата Массачусетс, такие бостонские рестораны как «Саммер Шэк» и «Кингфишерс», несомненно, поддерживают высокую репутацию этого замечательного сэндвича.

В Филадельфии так называемый чизстейк является предметом дебатов по поводу сэндвичей. Тончайшие ломтики вырезки обжаривают на раскаленном гриле. Под конец очень короткого – менее двух минут – процесса готовки к мясу добавляют сыр – американский чеддер, проволононе или, для приверженцев традиции, плавленый сыр «Чиз Уиз». Эту очаровательную и ужасную массу потом укладывают в длинную булку, достаточно хрустящую для того, чтобы, не развалившись, впитать в себя все соки от мяса и расплавленный сыр, и сверху посыпают жареным луком. На первенство по чизстейкам претендуют «Джино'с», «Джим'с», «Пэт'с» и «Тони Люк'с». В исследовательских целях я в один день попробовал все четыре. Увы, я так и не смог решить, кто из них лучше.

В Северной Каролине царит свинина, которую готовят и коптят в жаровне, сделанной как углубление в земле, на медленном огне часами до тех пор, пока сладкое, нежное мясо можно разорвать на кусочки без помощи ножа или мелко нарезать вперемешку с кусочками золотисто-коричневой свиной кожи. В восточной части штата, в небольших городках вроде

СЭНДВИЧИ



Вилсона в береговой долине целую свинью готовят, желательно только на древесном топливе, в заведениях вроде «У Митчела», потом нарезают и подают в булке с мелко нарезанным капустным салатом. В восточной части Северной Каролины соус для барбекю готовится из помидор. В западной части штата, Пидмонте, в городках вроде Лексингтона, например, в «Лексингтон барбекю №1», готовят только лопатку (опять же, на дровах), нарезают и подают все в той же мягкой круглой булочке с салатом из капусты. Здесь соус готовят на основе уксуса. Если вы спросите жителя Северной Каролины с какого-либо конца штата о барбекю на другой стороне штата, вы обязательно услышите насмешливое фырканье. Что касается меня, то я, не дискриминируя, люблю барбекю всей Северной Каролины.

В Майами, приютившем сотни тысяч выходцев с Кубы, безраздельно господствует кубинский сэндвич. В мягкую длинную булку укладываются ломтики ветчины, жареной свинины и швейцарского сыра вместе с маринованными огурчиками, горчицей и чесночным соусом. Это все потом обжаривается в специальной пресс-форме до тех пор, пока сыр не растает, а булка не зарумянится и не станет хрустящей. Везде в Майами – от модного Южного пляжа до центра кубинского района Кале Охо (Восьмой улицы) – вы найдете десятки заведений вроде «Версалья», где готовят такие сэндвичи.

Еда для забастовщиков

В Новом Орлеане первенство среди сэндвичей оспаривают «по-бой» и «муффалетта».

Джон Эдж в своем руководстве по кухне Юга «Южное брюхо» утверждает, что нынешние сэндвичи «по-бой» появились, когда во время забастовок таксистов владельцы бутербродной Бенни и Кловис Мартин кормили бастующих бесплатными сэндвичами, оглашая каждый из них криками: “Here comes another poor boy!” («Вот еще один бедный парень!»). Эдж отмечает, что наверняка они были не первыми, подававшими ломтики ростбифа или ветчины во французской булке, но, скорее всего, они первые вве-

ли это название. Сегодня сэндвичи «по-бой» делают из всего, от устриц, креветок и крабов с мягким панцирем до утки в дорогих ресторанах.

С муффалеттой история совсем другая. Ее название происходит от круглой сицилийской булки, которую начиняют ветчиной, салями, мортаделлой, проволоне и оливками и добавляют такое количество чеснока, что на десятилетия отпугивало бы всю нечисть вокруг. Муффалетту до сих пор подают там же, где она появилась в 1906 году – в «Сентрал гросери» на окраине Французского квартала, а также в соседней «Прогресс гросери» на улице Декатур. Какой из них лучше? Купите по полсэндвича в каждом месте и попробуйте сами; а если вы хотите присесть, чтобы пообедать муффалеттой, ступайте в «Наполеон Хаус».

В городе Луисвилле штата Кентукки вы можете отвежать сэндвич «хот браун» там, где его придумали – в ресторане «Дж. Грэмс» при отеле «Браун». Согласно устному преданию, где-то в конце 1920-х шеф-повар Фред К. Шмидт придумал сэндвич с индюшатиной, соусом морней, беконом и перцами пименто, который следовало жарить на открытом огне. В результате получилось настолько изумительное расплавленное сочетание, что любой город с гордостью назвал бы его своим.

Бутербродная «Филипс» в центре Лос-Анджелеса утверждает, что в ней был изобретен сэндвич с французским соусом. Джейн и Майкл Стерн в своем путеводителе по 500 закусочным в Соединенных Штатах «Еда в пути» рассказывают, что продавец торопился сделать сэндвич посетителю и случайно уронил нарезанную булку в говяжью подливку. Покупатель не стал ждать, пока ему сделают новый сэндвич, и забрал «мокрый».

Сегодня в «Филипсе» подают «мокрые» сэндвичи на выбор с говядиной, бараниной, ветчиной, свининой или индюшатиной. Если вы попросите, ваш сэндвич даже дважды окунут в соус, так что он уж точно будет сочным, а уровень холестерина заставит вас задуматься о визите к кардиологу. ■

АМЕРИКА БОРЕТСЯ С ЛИШНИМ ВЕСОМ

МАЙКЛ ДЖЕЙ ФРИДМАН

Американцы набирают вес от легкой доступности недорогой еды и неподвижного образа жизни. По меньшей мере, две трети взрослого населения Америки считаются полными или, хуже того, страдают ожирением. Ежегодно на лечение заболеваний, вызванных избыточным весом, уходит более \$100 000 000 (ста миллионов долларов). Сейчас все больше и больше людей признают эту проблему, и миллионы долларов тратятся на диетические продукты, делается упор на физические упражнения, а в ресторанах предлагают блюда с пониженной калорийностью.

Майкл Джей Фридман работает в Бюро международных информационных программ Государственного департамента. Он адвокат и получил степень доктора философии в Пеннсильванском университете по специальности политическая и дипломатическая история Соединенных Штатов.

Американцам повезло с невиданным изобилием и разнообразием еды. Многие американцы злоупотребляют доступностью привлекательной и недорогой еды, которая часто оказывается высококалорийной. В результате общей тенденции к перееданию и снижению физической активности резко возросло число случаев ожирения. Это сильно отразилось на здоровье людей и повлекло за собой серьезные социальные последствия. Все больше американцев осознает, что изобилие еды требует продуманного выбора.

Человек существует на земле примерно шесть миллионов лет, и большую часть этого времени он был охотником и собирателем: охотился, ловил рыбу или собирал растительность для пропитания. Поскольку далеко не всегда было известно, когда еще появится еда, организм хомо сапиенса приспособился к выживанию в условиях скудного пропитания. Наше тело сберегает излишки калорий в виде жира, а когда еды нет, этот жир превращается в энергию. Эта отлаженная система обмена веществ отлично на нас работает, но она не способна справиться с постоянным перееданием. Проще говоря, наше тело продолжает откладывать лишние калории в виде жира, даже если образующийся излишек веса становится вредным.

ПЕРЕМЕНИ В СТИЛЕ ЖИЗНИ

Современные достижения сельского хозяйства покончили с нехваткой еды в Америке, но только за последние несколько лет перемены в питании и стиле жизни привели к широкому распространению ожирения. Во-первых, американцы сейчас едят больше переработанных продуктов, которые, возможно, и вкуснее, и удобнее, и обычно дешевле, чем свежие фрукты и овощи, в пересчете цены за калорию. Но в процессе переработки часто добавляются вкусовые добавки, такие как сахар (который составлял 11% потребляемых калорий в 1970 году, а сейчас составляет 16%), жиры и крахмалы.

Во-вторых, американцы стали чаще есть в ресторанах, особенно в закусочных быстрого питания. Сейчас люди едят в ресторанах в два раза чаще, чем в 1970-м году, и тратят там более 40 центов из каждого доллара, потраченного на еду в целом. Мы стали особенно равнодушны к продуктам быстрого питания. За последние 20 лет ее продажи возросли на 200%, так что каждый день один из четырех американцев питается в закусочных быстрого питания. При

столь низкой цене за калорию американцы потребляют более объемные порции: в среднем, сегодняшние гамбургеры на 23% больше, чем они были 20 лет назад, а порции безалкогольных напитков на 52% больше.

Перемены в питании связаны с переменами в стиле жизни. Американцы часто живут одни, или оба супруга в семье работают. Меньше времени остается на планирование и готовку еды, и поэтому переработанные продукты представляют привлекательной альтернативой. Замороженное блюдо можно разогреть в микроволновой печи в считанные минуты. В закусовых быстрого питания оборудованы окошки для обслуживания автомобилистов, так что возвращающиеся с работы родители могут купить ужин для голодной семьи, не выходя из машины! Возможно, в таких блюдах будет больше «пустых калорий» (т.е., лишенных питательных веществ), чем в еде, приготовленной дома, но такой компромисс часто приемлем для американцев, которые всегда спешат.

Прочие перемены в стиле жизни являются другой составляющей проблемы ожирения, а именно нехваткой физической активности. Физически активные люди сжигают потребляемые калории. Однако все больше американцев селится в районах, откуда на работу и до магазинов можно добраться только на машине или общественном транспорте. За последние 25 лет на 40% снизилось число пешеходов и велосипедистов. В то же время характер работы изменился: все меньше американцев работают на тяжелом производстве. Вместо этого чаще всего они сидят за компьютером и работают с данными. Общему снижению физической активности способствуют телевизор и Интернет, а от этого становится еще тяжелее сбросить калории и килограммы. Показательно то, что проблема ожирения менее насущна в Нью-Йорке, где больше людей ходят пешком на работу, в магазины, кино, концерты и музеи, чем в любом другом населенном пункте США.

ОШЕЛОМЛЯЮЩЕЕ РАЗНООБРАЗИЕ ДИЕТ

Может показаться, что американцы одержимы диетами, и они представляют вам самые разнообразные доводы в пользу следования той или иной конкретной диете.

Большинство людей садится на диету для того, чтобы сбросить вес и таким образом улучшить свое здоровье и внешний вид, но существует также множество других причин. Среди них можно назвать религиозные предписания, которые запрещают употребление определенной пищи, этические соображения, например, нежелание убивать животных, которым зачастую руковождаются вегетарианцы, желание способствовать сохранению окружающей среды, отказавшись от продуктов, производство которых считается вредным для окружающей среды, либо более общие принципы определенной философии жизни.

В книгах, журналах и в сети Интернет представлено огромное разнообразие диет. Все они различаются в том, какие продукты они предписывают или запрещают, на чем они делают упор — на калории, жиры, углеводы или упражнения, а также по своим методикам.

Если какая-либо из диет не приносит желаемого результата, при таком изобилии всегда легко найти другую диету, которую можно опробовать. Ниже приведены самые распространенные на сегодняшний день диеты, которыми пользуются американцы:

ДИЕТА АТКИНСА

- ☐ Изложена ныне покойным доктором Робертом Аткинсом
- ☐ Строго ограничивает потребление рафинированных углеводов, таких как сахар и белая мука
- ☐ Разрешает потребление большинства других продуктов, таких как мясо
- ☐ Небольшое количество ограничений на количество жиров и калорий
- ☐ Состоит из четырех фаз: стимулирование, потеря веса, предварительное поддержание веса, постоянное поддержание желательного веса

ГОЛЛИВУДСКАЯ ДИЕТА

- ☐ Изложена диетологом Джуэди Мазель в ряде книг
- ☐ Рекомендует употреблять фрукты
- ☐ Запрещает потребление протеинов вместе с углеводами
- ☐ Начинается с 35-дневной программы, которая предписывает конкретные блюда на каждый прием пищи

АМЕРИКАНЦЫ НАБИРАЮТ ВЕС

В результате Америка быстро и нездорово набрала вес. С 1991 года число американцев, страдающих излишним весом или ожирением, возросло на 74%. Две трети взрослого населения Америки попадает под одну из этих категорий. В Атланта, штат Джорджия, национальные центры по профилактике хронических заболеваний и укреплению здоровья разработали формулу, которая известна под названием «индекс массы тела», для вычисления количества телесного жира в соотношении с безжировой компонентой массы тела. Считается, что те, чей индекс массы тела находится в диапазоне от 25 до 29,9, обладают излишним весом, а те, чей индекс превышает 30, страдают ожирением. См. <http://www.cdc.gov/nccdphp/dnpa/obesity/defining.htm>.)

Последствия для здоровья населения оказались плачевны. Затраты на лечение заболеваний, связанных с избытком веса, сейчас превышают \$100 000 000 (сто миллионов долларов) в год. По примерным оценкам, как минимум триста тысяч американцев ежегодно умирает от заболеваний, вызванных ожирением, таких как диабет и сердечные болезни; возможно, ожирение сейчас является главной причиной преждевременной смерти среди американцев. Но при всей своей значительности, эта статистика никак не отражает того, как излишек веса может лишить человека возможности участвовать в разнообразных повседневных делах.

Ожирение получило широкое распространение недавно, но многие американцы теперь осознают важность продуманного подхода к своему питанию и стилю жизни. Каждый год потребители тратят примерно 34 миллиона долларов на диетические продукты. Разные люди достигают разных результатов, поскольку для правильного соблюдения веса обычно требуется придерживаться здорового образа жизни, а не прибегать к средствам для быстрого разрешения проблемы. Радует в этом плане появление диетических закусок, которые

более полезных для здоровья и которые можно быстро приготовить. Даже статистика закусовых быстрого обслуживания показывает, что за последний год на 16% возросли продажи салатов в качестве основного блюда.

Для того чтобы сбросить вес и сохранить здоровье, необходимо тщательно обдумывать свое питание и распорядок дня. Американцы все яснее понимают, что они не

могут безгранично наслаждаться едой. В этом направлении происходят положительные сдвиги, среди которых можно назвать усовершенствованную маркировку продуктов питания, более питательные и сбалансированные школьные завтраки, кампании по повышению осведомленности населения и расширение ассортимента низкокалорийных блюд в ресторанах. ■

ДИЕТА ИЗ СКАРСДЭЙЛА

- Изложена ныне покойным кардиологом доктором Германом Тарновером
- Предписывает программу продолжительностью от 7 до 14 дней
- Перечисляет виды продуктов, которые можно и нельзя есть
- Уделяет особое внимание фруктам, овощам и постным источникам протеинов
- Запрещает перекусывать

ЭКСПРЕСС-ДИЕТА ДОКТОРА АГАТСТОНА

- Изложена кардиологом доктором Артуром Агатстоном
- Делится на три этапа
- Разрешает потребление обычных порций нежирных протеинов, таких как рыба или курица
- Запрещает потребление хлеба, риса, макаронных изделий, сахара и выпечки на первом этапе, который длится 14 дней
- Разрешает потребление неограниченного количества определенных овощей, но не с высоким уровнем глюкозы, таких как свекла, морковь, кукуруза или бататы

УЭЙТ УОЧЕРС (зарегистрированный товарный знак)

- Уделяет особое внимание всесторонней программе формирования стиля жизни, в которой предусматриваются регулярные встречи для взаимной поддержки сидящих на диете
- Уделяет внимание переменам в стиле жизни, например тому, как прекратить есть от скуки
- Каждому продукту присвоено числовое значение в зависимости от содержания жира, клетчатки и калорий
- Никакие продукты не запрещены, но нельзя превышать определенное максимальное числовое значение

СТРОЙНОСТЬ НА ВСЮ ЖИЗНЬ

- Изложена диетологом Харви Даймондом
- Построена, в основном, на фруктах и овощах
- Строго ограничивает молочные продукты и мясо
- Старается научить сидящих на диете есть в соответствии с так называемыми «естественными циклами пищеварения»

СТРОГО ВЕГЕТАРИАНСКАЯ ДИЕТА

- Строгая вегетарианская диета, которая запрещает потребление мяса и других продуктов животного происхождения, в том числе сыра и молока

ЭТО В САМОМ ДЕЛЕ РЕСТОРАН?



Начиная с 1930-х годов, острая конкуренция в ресторанном бизнесе и повышение зависимости американцев от автомобилей привели к появлению самостоятельного направления в дизайне ресторанов, которое иногда называют «тематической» архитектурой. Владельцы и строители стали создавать рестораны причудливых и характерных форм, зачастую отражающих вид еды, подаваемой в ресторане. Так появились рестораны в форме бульонных чашек, кофейников, молочных бутылок, пончиков, сэндвичей и огромных фруктов, наряду со всевозможными животными и птицами. Среди других примечательных примеров такие, как знаменитый лос-анджелесский ресторан «Браун Дерби» в форме котелка и сеть ресторанов, главное блюдо которых гамбургеры – «Уайт касл» («Белый замок»), здания

которых выглядели как миниатюрные замки с зубчатыми стенами и башенками. Каждый из них желал обратить на себя внимание проезжающих автомобилистов, заставить их улыбнуться или посмеяться над зданиями странной формы и, может быть, остановиться перекусить. И хотя этот вид ресторанной архитектуры начал вымирать в 1950-е годы, по сей день сохранились примеры этого стиля, в некоторых из которых до сих пор работают рестораны, а другие сохраняются как ностальгические достопримечательности минувшей эпохи. ■

1. «Твисти трит айс крим стэнд», Сент-Джозеф, Миссури /
2. «Доунат хоул», Ла Пуэнте, Калифорния / 3. «Биг фиш саппер клуб», Бена, Миннесота / 4. «Росс дайнер», Квичи, Вермонт / 5. «Оранж джус стэнд», Терлок, Калифорния / 6. «Бэррел энд бан», Бакроу Бич, Вирджиния

Все права на фотографии принадлежат Джону Марголису («Эсто»).

СЛОВСОЧЕТАНИЕ «ЯБЛОЧНЫЙ ПИРОГ» СТАЛО СИНОНИМОМ ЧЕГО-ТО ЧИСТО АМЕРИКАНСКОГО

Яблочный пирог – это основной американский десерт. У каждой семьи есть свой любимый рецепт. Ниже мы приводим отличный рецепт, любезно предоставленный журналом «Кукс иллюстрийтед».

2 1/2 фунта (1кг) яблок сорта Грэнни Смит очистить от кожуры, разрезать на четыре части, удалить сердцевину и нарезать на ломтики толщиной 3/8 дюйма (1см) (примерно 5-6 стаканов или 1,2-1,4 литра)

3/4 стакана (177мл) сахара + 2 ч.л. для посыпания теста

2 ст.л. муки

1/2 ч.л. молотой корицы

щепотка соли

Лучшее тесто для пирога (рецепт см. ниже) для закрытого пирога диаметром 8-9 дюймов (20-23см)

2 ст. л. несоленого сливочного масла нарезать на мелкие кусочки

В большой миске смешайте яблоки с 3/4 стакана сахара, мукой, корицей и солью; дайте яблокам постоять, пока они не станут мягче и слегка не уменьшатся в объеме – не более 10-15 минут.

Установите полку в духовке в нижнее положение и разогрейте духовку до 400°F (204°C). На посыпанной мукой поверхности из большей части теста раскатайте круг диаметром 12 дюймов (30,5см) и примерно 1/8 дюйма (3мм) толщиной. Переложите тесто в 9-дюймовую (22,8см) форму; не обрезайте тесто, свисающее через край. На тесто выложите яблочную смесь вместе с соком и равномерно посыпьте кусочками масла.

На посыпанной мукой поверхности раскатайте круг диаметром 10 дюймов (25см) из меньшей части теста. Накройте им пирог. Обрежьте края верхнего и нижнего слоев теста так, чтобы остаток был на 1/4 дюйма (6мм) больше формы. Заверните края теста вниз, вплотную к краю формы. Защипите края пальцами или прижмите зубцами вилки. Сверху сделайте четыре надреза под прямым углом друг к другу для выхода пара и посыпьте оставшимся сахаром.

Установите пирог на противень с бортиками и выпекайте в духовке до образования светло-коричневой корочки, примерно 30 минут. Убавьте температуру в духовке до 350°F (177°C) и выпекайте, пока корочка не станет золотисто-коричневой, а яблоки можно будет легко проткнуть ножом – еще около 30 минут. Если пирог зарумянится раньше, чем пропечется, накройте его сверху фольгой и продолжайте выпекать.

Выньте пирог на решетку и дайте ему остыть не меньше часа до подачи на стол. Подавайте теплым с ванильным мороженым.

ЛУЧШЕЕ ТЕСТО ДЛЯ ПИРОГА

Для одного пирога размером 8-9 дюймов (20-23см)

Чтобы нарезать масло на мелкие кусочки, разрежьте брусок масла (с квадратным сечением размером около дюйма) пополам в длину, затем поверните на 90 градусов и разрежьте еще раз пополам. Затем нарежьте брикет поперек на кусочки размером в 6 дюймов (6мм). Тесто следует раскатывать до толщины примерно в 1/8 дюйма (3мм).

1 1/4 стакана муки

1/2 ч.л. соли

1 ст.л. сахара

6 ст.л. охлажденного несоленого сливочного масла, нарезанного на кубики размером в 6 дюймов (6мм)

4 ст.л. охлажденного кулинарного жира

3-4 ст. л. воды со льдом

1. В кухонном комбайне смешайте муку, соль и сахар. Добавьте масло и растительный комбиджир и смешивайте до тех пор, пока смесь по консистенции не станет похожа на мелкую крошку, чтобы кусочки масла были не крупнее мелких горошин. Переложите смесь в миску среднего размера.

2. Добавьте к смеси три столовые ложки воды со льдом. Аккуратно перемешайте острием пластиковой лопатки, переворачивая смесь снизу вверх. Плоской стороной лопатки прижмите тесто сверху, пока оно не склеится; если смесь не склеивается, можно понемногу добавить еще одну столовую ложку воды со льдом. Руками слепите колобок из теста, а потом расплющите его до образования диска диаметром 4 дюйма (10см). Слегка посыпьте мукой, заверните в пищевую пленку и положите в холодильник на полчаса до того, как раскатывать.

Рецепт перепечатан из журнала «Кукс Иллюстрийтед» за сентябрь/октябрь 1994 года с разрешения автора. Звоните 800-526-8442 в Америке, чтобы получить пробный номер журнала «Кукс Иллюстрийтед». Избранные статьи и рецепты, а также информацию по подписке можно найти на сайте www.cooksillustrated.com.

НА ЯЗЫКЕ ЕДЫ

*Во многих идиомах английского языка упоминается еда.
Ниже приведено всего несколько примеров.*

From soup to nuts – все, что хочешь, от А до Я

The bridal shop has everything from soup to nuts when it comes to weddings. – В магазине для новобрачных можно найти для свадьбы все; что душе угодно.

To be a peach! – быть милым, быть отменным

My friend Susan was a peach to lend me ten dollars when I found I didn't have enough money for lunch. – Со стороны Сюзан было очень мило одолжить мне десять долларов, когда у меня не хватило денег на обед.

Peachy keen – превосходный

All the kids agreed that the movie was peachy keen. – Все ребята согласились, что фильм был превосходный.

To separate the wheat from the chaff – отделять зерна от плевел (хорошее от плохого, нужное от ненужного)

The revised evaluation process was designed to separate the wheat from the chaff. – Обновленный процесс оценки был разработан с тем, чтобы отделять нужное от ненужного.

To work for peanuts

– получать мизерную зарплату

Tired of working for peanuts, Tom applied for and obtained better job. – Тому надоело работать за копейки, и он подал заявление на новую работу и получил ее.

Sour grapes – обида и зависть

Some people reacted negatively to Maureen's promotion, but she thought that it was just sour grapes. – Некоторые были недовольны тем, что Морин получила повышение по службе, но она сочла это за обычную зависть.

A lemon – машина, которая плохо сделана и все время ломается

Convinced that his car was a lemon when it broke down for the third time in a month, Bill decided to return it to the dealer from whom he bought it. – Когда машина Билла сломалась в третий раз за один месяц, он решил, что дело в дефектах изготовления и вознамерился вернуть ее продавцу.

To have your cake and eat it, too – желание получить две взаимоисключающие вещи одновременно

Margaret, who enjoyed the convenience of living with her parents but longed for the independence of living in her own apartment, finally accepted the fact that she could not have her cake and eat it, too. – Маргарет было удобно жить с родителями, но одновременно хотелось и независимости, которую ей дала бы собственная квартира, и, наконец, она смирилась с тем, что невозможно получить и то, и другое сразу.

Crying over spilled milk – бессмысленные сожаления о чем-либо, чего нельзя изменить

Nicholas was upset that he had overslept and missed his job interview, but he decided that it was pointless to cry over spilled milk. – Николас расстроился, что он проспал и пропустил собеседование при приеме на работу, но он решил, что бессмысленно теперь об этом сожалеть.

To spill the beans – нечаянно раскрыть информацию

Tiffany had planned a surprise party for her husband's birthday, but her sister spilled the beans by mentioning it to him when she saw him at the market. – Тиффани собиралась удивить мужа, втайне позвав гостей на его день рождения, но ее сестра случайно проболталась об этом, когда увидела его на рынке.

To bring home the bacon – адекватно обеспечивать свою семью

One of the reasons why Anne's parents approved of her new husband was the fact that he really brought home the bacon. – Родителям Анны понравился ее новый муж, в частности, потому, что он действительно хорошо обеспечивал семью.

Apple of one's eye – источник радости и гордости

Her new baby is the apple of Marion's eye. – Мэрион души не чает в своем малыше.

As easy as pie – очень просто

Nicholas had expected to have great difficulty in learning the rules of American football, but he was surprised to find that it was as easy as pie. – Николас думал, что будет очень сложно освоить правила американского футбола, но, к своему удивлению, обнаружил, что они очень просты.

Cream of the crop – самое лучшее

"These puppies are the cream of the crop," said the breeder. – «Эти щенки самые лучшие,» – сказал собаковод.

Cool as a cucumber – сохраняющий спокойствие в сложнейших ситуациях

Debbie was nervous when the examination began, but her friend Sarah was as cool as a cucumber. – Когда начался экзамен, Дебби волновалась, а ее подруга Сара была совершенно спокойна.

Cup of tea – что-либо, что соответствует чьему-либо вкусу

Peter declined the invitation to play cards, saying that it just wasn't his cup of tea. – Питер отказался идти играть в карты, сказав, что это занятие ему не по душе.

To use your noodle – пользоваться мозгами, пораскинуть мозгами, т.е. думать

"It wouldn't seem so hard if you would just use your noodle," the teacher told the student. – «Это не так уж и сложно, если ты подумаешь,» – сказал учитель ученику.

To butter up – польстить, подмаслить

When Sylvia constantly praised her supervisor, some of her co-workers thought that she was just trying to butter him up. – Когда Сильвия постоянно хвалила своего руководителя, некоторые из ее сотрудников решили, что она просто старается ему польстить.

To go bananas – терять самообладание, рехнуться, спятить

Tony was worried that his parents would go bananas when they found out that he had put a dent in their car. – Тони боялся, что его родители просто взбесятся, когда узнают, что он помял их машину.

Like taking candy from a baby – несложное дело, раз-два и готово

The dishonest salesman was so good at cheating his customers that it was almost like taking candy from a baby. – Продавец-обманщик так ловко надувал своих клиентов, что делал это просто играючи.

To bear fruit – принести плоды, добиться успеха

The Wright brothers worked diligently on their aeronautical research for years, confident that their hard work would eventually bear fruit. – Братья Райт упорно работали над своими исследованиями в авиации и были уверены, что однажды их тяжелый труд принесет свои плоды.

Two peas in a pod – совершенно одинаковые, как две капли воды

Barry and his brother Gary looked so much alike that people often told them they were like two peas in a pod. – Барри и его брат Гарри были так похожи, что им часто говорили, что они похожи, как две капли воды.

To eat humble pie – смириться и признать ошибку

The arrogant scientist had to eat humble pie when his efforts to invent a better rocket fuel caused an explosion. – Заносчивому ученому пришлось признать свою ошибку, когда его попытки изобрести более совершенное ракетное топливо окончились взрывом.

In a nutshell – вкратце, словом

"In a nutshell, the overall position of the company has improved greatly in the past year," said the company president as he began his speech to the board of directors. – «Говоря коротко, общее положение компании значительно улучшилось за последний год,» – сказал президент компании в начале своей речи, обращенной к совету директоров.

In the soup – иметь неприятности, попасть в переделку

Rachel knew that if she did not finish her project on time, she would be in the soup. – Рэйчел знала, что если она вовремя не закончит свой проект, то у нее будут неприятности.

In a pickle – в сложной ситуации, попасть в переplet

Bob was in a pickle when his car broke down in a pouring rainstorm. – Боб оказался в трудном положении, когда его машина сломалась во время проливного дождя.

Big enchilada – важный человек

Elizabeth's election as president of her sorority confirmed the opinion of her friends that she was a big enchilada. – Когда Элизабет выбрали президентом женского студенческого общества, мнение ее друзей, что она важный человек, вновь подтвердилось.

Flat as a pancake – совершенно плоский

The Great Plains are often described as flat as a pancake. – О Великих равнинах часто говорят, что они совершенно плоские.

Nutty as a fruitcake – очень эксцентричный или странный

The elderly man's behavior became so unusual that some of his neighbors considered him to be as nutty as a fruitcake. – Пожилой мужчина стал так странно себя вести, что некоторые из его соседей сочли его совершенно безумным.

БИБЛИОГРАФИЯ

Дополнительная литература по вопросам пищи, кулинарии и питания в Америке

Anderson, Jean. *The American Century Cookbook*. New York: Clarkson N. Potter, 1997.

Art Institute Staff. *American Regional Cuisine: A Coast-to-Coast Celebration of the Nation's Culinary Diversity*. New York: Wiley, 2002.

Bastianich, Lidia Matticchio. *Lidia's Italian-American Kitchen*. New York: Knopf, 2001.

Beard, James. *James Beard's American Cookery*. Edison, NJ: Galahad Books, 1996.

Child, Julia, Simone Beck, and Louisette Bertholle. *Mastering the Art of French Cooking*. 40th ed. New York: Knopf, 2001. 2 vols.

Claiborne, Craig. *The New York Times Cookbook*. New York: HarperTrade, 1990.

Cronkhite, Russell. *A Return to Sunday Dinner*. Sisters, OR: Multnomah, 2003.

Crosby, Alfred W. *The Columbian Exchange: Biological and Cultural Consequences of 1492*. 30th ed. Westport, CT: Praeger, 2003.

Cunningham, Marion et al. *The Fannie Farmer Cookbook*. 13th ed. New York: Knopf, 1996. 874 pp. (Published in commemoration of the 100th anniversary of the classic 1896 *Boston Cooking-School Cook Book* by Fannie Merritt Farmer. A searchable copy of the 1918 edition is online at <http://www.bartleby.com/87/>.)

Denker, Joel. *The World on a Plate: A Tour Through the History of America's Ethnic Cuisine*. Boulder, CO: Westview Press, 2003.

Diehl, Lorraine B. and Marianne Hardart. *The Automat: The History, Recipes, and Allure of the Art Deco Masterpieces*. New York: Crown, 2002.

Dornenburg, Andrew and Karen Page. *The New American Chef: Cooking With the Best of Flavors and Techniques From Around the World*. New York: Wiley, 2003.

Elie, Lolis Ellis and Frank Stewart. *Smokestack Lightning: Adventures in the Heart of Barbecue Country*. New York: Farrar, Straus & Giroux, 1997.

Fisher, M.F.K. *The Art of Eating*. New York: Wiley, 2004.

Gutman, Richard J.S. *American Diner Then and Now*. Baltimore: Johns Hopkins University Press, 2000.

Haber, Barbara. *From Hardtack to Home Fries: An Uncommon History of American Cooks and Meals*. New York: Simon and Schuster, 2004.

Hatchett, Louis B., Jr. *Duncan Hines: The Man Behind the Cake Mix*. Macon, GA: Mercer University Press, 2004.
Hughes, Holly, ed. *Best Food Writing 2004*. New York: Avalon Publishing Group, 2004. (Fifth in a series that selects "the most exceptional writing from the past year's books, magazines, newspapers, newsletters, and Web sites.")

Katzen, Mollie. *The New Moosewood Cookbook*. Berkeley, CA: Ten Speed Press, 2004.

Levine, Ed. *Pizza: Slice of Heaven*. New York: Universe, November 2004.

Levine, Ed. *New York Eats (More): The Food Shopper's Guide to the Freshest Ingredients, the Best Take-out and Baked Goods, and the Most Unusual Marketplaces in All of New York*. New York: St. Martin's Press, 1997.

Levenstein, Harvey A. *Paradox of Plenty: A Social History of Eating in Modern America*. Rev. ed. Berkeley: University of California Press, 2003.

Lewis, Edna. *The Taste of Country Cooking*. New York: Random House, 1976.

Lewis, Edna and Scott Peacock. *The Gift of Southern Cooking: Recipes and Revelations from Two Great American Cooks*. New York: Knopf, 2003.

Lo, Eileen Yin-Fei. *The Chinese Kitchen: Recipes, Techniques, Ingredients, History, and Memories from America's Leading Authority on Chinese Cooking*. New York: Morrow, 1999.

Lovegren, Sylvia. *Fashionable Food: Seven Decades of Food Fads*. New York: Macmillan, 1995.

Lukins, Sheila and Peter Kaminsky. *Celebrate!* New York: Workman's, 2003. (A collection of menus and recipes for 43 kinds of American celebrations, from New Year's Day through Independence Day to Chanukah and Christmas.)

Mariani, John. *America Eats Out: An Illustrated History of Restaurants, Taverns, Coffee Shops, Speakeasies, and Other Establishments That Have Fed Us for 350 Years*. New York: Morrow, 1991.

Marranca, Bonnie, ed. *A Slice of Life: A Collection of the Best and the Tastiest Modern Food Writing*. New York: Overlook Press, 2003.

Martinez, Zarela. *Food from My Heart: Cuisines of Mexico Remembered and Reimagined*. New York: Wiley, 1995.

Martínez, Zarela with Anne Mendelson. *Zarela's Veracruz: Mexico's Simplest Cuisine*. Boston: Houghton Mifflin, 2004.

Mercuri, Becky. *Food Festival, U.S.A.: 250 Red, White and Blue Ribbon Recipes from All 50 States*. Laurel Glen, 2002.

Morrison, Rosanna Mentzer. *FoodReview: Weighing In on Obesity*. ERS FoodReview No. 25-3. Washington: U.S. Dept. of Agriculture, Economic Research Service, January 2003.
<http://www.ers.usda.gov/publications/foodreview/dec2002/>

Nathan, Joan. *Jewish Cooking in America*. New York: Knopf, 1998.

Philipson, Tomas et al. *The Economics of Obesity: A Report on the Workshop Held at USDA's Economic Research Service*. E-FAN No. 04-004. Washington: U.S. Dept. of Agriculture, Economic Research Service. May 2004.
<http://www.ers.usda.gov/publications/efan04004/>

Ray, Rachel. *Get Togethers: Rachel Ray's 30-Minute Meals*. New York: Lake Isle Press, 2004.

Reichl, Ruth and Gourmet Magazine Editors, eds. *Endless Feasts: Sixty Years of Writing from "Gourmet."* New York: Random House, Modern Library, 2004.

Rombauer, Irma S., Marion Rombauer Becker and Ethan Becker. *The Joy of Cooking*. Rev. ed. New York: Scribner, 1997.

Rosengarten, David. *It's All American Food: The Best Recipes for More Than 400 New American Classics*. Boston: Little Brown, 2003.

Rosengarten, David. *Taste: One Palate's Journey Through the World's Greatest Dishes*. New York: Random House, 1998.

Schenone, Laura. *A Thousand Years Over a Hot Stove: History of American Women Told Through Food Recipes and Remembrances*. New York: Norton, 2003.

Shapiro, Laura. *Perfection Salad: Women and Cooking at the Turn of the Century*. New ed. New York: Modern Library, 2001.

Shapiro, Laura. *Something from the Oven: Reinventing Dinner in 1950s America*. New York: Viking Penguin, 2004.

Tillery, Carolyn Quick. *The African-American Heritage Cookbook: Traditional Recipes and Fond Remembrances from Alabama's Renowned Tuskegee Institute*. Secaucus, NJ: Citadel Press, 1997.

Tillery, Carolyn Quick. *Celebrating Our Equality: A Cookbook with Recipes and Remembrances from Howard University*. Secaucus, NJ: Citadel Press, 2003.

Tillery, Carolyn Quick. *A Taste of Freedom: A Cookbook with Recipes and Remembrances from the Hampton Institute*. Secaucus, NJ: Citadel Press, 2002.

Trillin, Calvin. *The Tummy Trilogy*. New York: Farrar, Straus & Giroux, 1994.

Contains essays from three previously published books: *American Fried*; *Alice, Let's Eat*; and *Third Helpings*.

Tsai, Ming and Arthur Boehm. *Blue Ginger: East-Meets-West Cooking With Ming Tsai*. New York: Crown, 1999.

Tsai, Ming and Arthur Boehm. *Simply Ming: Easy Techniques for East-Meets-West Meals*. New York: Clarkson N. Potter, 2003.

U.S. Dept. of Health and Human Services. Centers for Disease Control and Prevention. Nutrition, Physical Activity, and Obesity Prevention Program. *Resource Guide for Nutrition and Physical Activity Interventions to Prevent Obesity and Other Chronic Diseases*. Atlanta, GA: (2003).
http://www.cdc.gov/nccdphp/dnpa/pdf/guidance_document_3_2003.pdf

Государственный департамент США не несет ответственности за содержание вышеприведенных информационных ресурсов и возможность доступа к ним; все из них были в рабочем состоянии на июль 2004 г.

РЕСУРСЫ ИНТЕРНЕТА

*В Интернете можно найти практически все, что вы хотели бы узнать о пище,
кулинарном искусстве и ресторанах Америки*

ЗНАМЕНИТЫЕ КУЛИНАРЫ

James Beard Foundation
<http://www.jamesbeard.org/>

Julia Child: Lessons with Master Chefs
<http://www.pbs.org/juliachild/>

Mollie Katzen
<http://www.molliekatzen.com/>

Edna Lewis
http://eat.epicurious.com/holiday/black_history/index.ssf/?/holiday/black_history/lewis.html

Zarela Martínez
<http://www.zarela.com>

Rachel Ray
http://www.foodnetwork.com/food/rachael_ray/0,1974,FOOD_9928,00.html

Star Chefs
<http://www.starchefs.com/chefs/html/index.shtml>

Ming Tsai
<http://www.ming.com>

Yahoo: Search Directory – Chefs
http://dir.yahoo.com/Society_and_Culture/Food_and_Drink/Chefs/

ПЕРИОДИЧЕСКИЕ ИЗДАНИЯ

Amber Waves: The Economics of Food, Farming, Natural Resources, and Rural America
<http://www.ers.usda.gov/AmberWaves/>

Bon Appétit
<http://eat.epicurious.com/bonappetit/>

Cook's Illustrated
<http://www.cooksillustrated.com>

Cooking Light
<http://www.cookinglight.com/cooking>

Cuisine at Home
<http://www.cuisinemag.com/>

Diabetic Gourmet
<http://diabeticgourmet.com/>

Eating Well: The Magazine of Food and Health
<http://www.eatingwell.com/>

Everyday Food
<http://www.marthastewart.com/page.jhtml?type=learn-cat&id=cat17922>

Food and Wine
<http://www.foodandwine.com/>

Gastronomica: The Journal of Food and Culture
<http://www.gastronomica.org/>

Gourmet: The Magazine of Good Living
<http://eat.epicurious.com/gourmet/>

Simple Cooking
<http://www.outlawcook.com/>

Southern Living
<http://www.southernliving.com/>

Taste of Home
<http://www.tasteofhome.com/>

Vegetarian Times
<http://www.vegetariantimes.com/>

ВЕБ-СТРАНИЦЫ

The A&W American Recipe Collection
<http://www.governorsrecipes.com/>

На этом веб-сайте, который спонсирует «Эй энд дабл-ю рут биер», размещен список 50 блюд – по одному от каждого штата – предложенных губернаторами. Имеется карта, по которой с помощью мыши можно найти кулинарные рецепты блюд, приготавливаемых с использованием напитка «рут биер».

America the Bountiful: Classic American Food from Antiquity to the Space Age
<http://www.lib.ucdavis.edu/exhibits/food/>

Эти материалы, представленные Калифорнийским университетом (Дэвис), рассказывают об использовании «10 категорий классических американских продуктов питания: говядины, курицы, индейки, свинины, картофеля, кукурузы, зелени, пшеницы, бобов и яблок», которые сыграли заметную роль в американской культуре.

America's Test Kitchen
<http://www.americastestkitchen.com/>

Этот веб-сайт на темы популярной телепередачи, спонсируемой журналом «Кукс иллюстриейтед», представляет все рецепты, фигурирующие в передаче, а также связанную с этим информацию о кухонном оборудовании, рейтингах блюд и диетологии.

American Diner Museum
<http://www.dinermuseum.org/>

На этом веб-сайте, посвященном «популяризации и сохранению культурного и исторического значения американских столовых, размещены новости, очерки, хроника событий, информация о турах, список столовых и другие материалы.

Bon Appétit! Julia Child's Kitchen at the Smithsonian
<http://americanhistory.si.edu/juliachild/default.asp>

Данный веб-сайт, созданный в дополнение к экспозиции Национального музея американской истории, содержит, среди прочих материалов, аудио-интервью с Джулией Чайлд, сборник связанных с ним материалов, виртуальное ознакомление с экспозицией, а также подробную информацию об экспонатах. История создания экспозиции представлена на парном веб-сайте "What's Cooking? Julia Child's Kitchen at the Smithsonian," <http://americanhistory.si.edu/kitchen/>

Culinary Institute of America
<http://www.ciachef.edu/>

Американский кулинарный институт – основанный в 1946 году частный некоммерческий колледж – предлагает программы обучения со степенью бакалавра, а также программы дальнейшего образования в сфере пищевой промышленности. Информация на данном веб-сайте предназначена для профессионалов, выпускников, преподавателей, а также для приверженцев кулинарного искусства.

Epicurious: The World's Greatest Recipe Collection
<http://eat.epicurious.com/>

На этом сайте размещены тысячи рецептов, а также статьи и другие материалы из журналов «Бон аппети» и «Гурме» и множество ссылок на информацию о еде, вине, магазинах и путешествиях.

Fast Food Facts – Interactive Food Finder
<http://www olen.com/food/>

Этот интерактивный веб-сайт, основанный на книге «Быстрое питание: факты», выпущенной в Миннесоте, дает вам возможность определить количество калорий, граммов жира, натрия и холестерина в продуктах быстрого питания и таким образом составить меню, основанное на вашем оптимальном режиме питания.

Feeding America: The Historic American Cookbook Project
<http://digital.lib.msu.edu/cookbooks/>

Этот онлайн-сборник «самых важных и значительных американских кулинарных книг XIX-го и начала XX-го века» был составлен университетом штата Мичиган и университетским музеем. На веб-сайте размещен глоссарий кулинарных терминов, очерки историка кулинарии Иана Лонгона, биографии авторов кулинарных книг и объемные изображения антикварной кухонной утвари из собраний музея.

Food and Nutrition Information Center (FNIC)
<http://www.nal.usda.gov/fnic/>

Веб-сайт Центра информации по вопросам пищи и питания Национальной сельскохозяйственной библиотеки включает в себя указатель информационных ресурсов для потребителей, специалистов по вопросам питания и здравоохранения, работников образования и государственных служащих. В различных разделах сайта приводятся обширные списки учебных материалов, официальных докладов и исследовательских работ, баз данных с возможностью поиска, материалов по диетологии и составу продуктов питания, руководств по диетологии и т.д. Представлены также справочник по продуктам питания, список и количество продуктов для режима оптимального питания и «уголок потребителя».

The Food Museum Online
<http://www.foodmuseum.com/>

Этот веб-сайт предлагает «виртуальную экскурсию в мир продуктов питания всего света на основе экспонатов из коллекций музея. Здесь даются ответы на вопросы о продуктах питания, публикуются новости о пище и питании и обзоры книг и анонсируются программы музея». Особый интерес представляет раздел экспонатов, включающий в себя перечни продуктов питания, в том числе тех из них, которые зародились в Западном полушарии.

Food Network
<http://www.foodnetwork.com/>

Коммерческая сеть кабельного телевидения "Food Network", передающая множество кулинарных шоу, стремится исследовать «новые, свежие и увлекательные подходы к пище с помощью поп-культуры, приключений и путешествий». Кроме расписания телепередач и кулинарных рецептов и советов на этом веб-сайте доступна информация о развлечениях, путешествиях и магазинах.

The Food Timeline
<http://www.gti.net/mocolib1/kid/food.html>

На этом сайте, созданном в библиотеке графства Моррис (штат Нью-Джерси), представлена иллюстрированная история добывания, приготовления и потребления пищи с доисторических времен до наших дней. На связанном с ним веб-сайте "Culinary History Timeline: Social History, Manners and Menus," <http://www.gti.net/mocolib1/kid/food1.html> приводятся ссылки на информационные ресурсы, посвященные кулинарным обычаям и традициям Америки и других стран.

The Great American Potluck
<http://memory.loc.gov/ammem/ndlpedu/features/immig/ckbk/index.html>

Этот интерактивный веб-сайт проекта «Память Америки» Библиотеки Конгресса посвящен истории кулинарных рецептов, отражающей историю иммиграции в Америку; возможен поиск по названию, категории и региону.

Key Ingredients: America by Food
http://www.museumonmainstreet.org/exhibs_key/key.htm

Это онлайн-учебное приложение к передвижной выставке Смитсоновского института «Основные ингредиенты: Америка сквозь призму еды» посвящено региональным традициям американской кухни и международному влиянию на нее. Выставка состоит из трех разделов – «История пищи на американском континенте за 500 лет», «Американская кулинарная книга» и «Как едят американцы: от побережья до побережья» – и содержит информацию о местных ресторанах, праздниках и рынках.

Leite's Culinaría
<http://www.leitesculinaria.com>

На этом веб-сайте, который ведет писатель на кулинарные темы Дэвид Лейт, размещены статьи, рецепты, исторические очерки о пище и питании, бюллетень новостей и другие полезные материалы. Особого внимания заслуживает статья «Славное столетие американской пищи», которая была впервые опубликована в газете «Чикаго сан таймс» 29 декабря 1999 г.: <http://www.leitesculinaria.com/features/dining.html>.

NativeTech: Food & Recipes
<http://www.nativetech.org/food/index.php>

Этот веб-сайт представляет собой обширный сборник рецептов коренного населения Америки (индейцев) с возможностью поиска по названиям блюд, а также по регионам и названиям племен. Также приводится список литературы по вопросам приготовления пищи и питания и ссылка на перечень кулинарных книг, посвященных кухне коренного населения: <http://www.nativetech.org/food/foodrefs.html>.

Not by Bread Alone: America's Culinary Heritage
<http://rmc.library.cornell.edu/food/>

Эта экспозиция, созданная отделом редких и рукописных книг библиотеки Корнелльского университета, «посвящена событиям и изобретениям, оказавшим влияние на американские традиции питания на протяжении последних двухсот лет». В нее включены редкие книги, фотографии, меню и другие документы прошлого, рассказывающие о гастрономической истории Америки.

Nutrition and Your Health: Dietary Guidelines for Americans
<http://www.health.gov/dietaryguidelines/>

Данное руководство, совместно публикуемое каждые пять лет Министерством здравоохранения и социальных служб и Министерством сельского хозяйства, дает авторитетные рекомендации по более здоровому образу жизни, основанному на физических упражнениях, умеренности в потреблении пищи и сбалансированном режиме питания. Приводятся ссылки на доклады и другие веб-сайты государственных учреждений. Более подробная информация о диетах и питании предлагается на веб-сайте Центра по вопросам политики и развития питания Министерства сельского хозяйства: <http://www.usda.gov/cnpp/>.

Nutrition.gov
<http://www.nutrition.gov/home/index.php3>

Эта страница-портал обеспечивает доступ к точной научной информации по вопросам питания, здоровой пищи, физической активности и безопасности продуктов питания, размещенной на более чем десяти веб-сайтах государственных учреждений. Рассказывается о профилактике связанных с питанием

болезней, в том числе диабета, рака, сердечно-сосудистых заболеваний и ожирения, об оптимальном и сбалансированном режиме питания, отраженном в список и количестве необходимых продуктов («пирамиде питания»), о маркировке продуктов питания, о том, как следить за своим здоровьем, приводятся рецепты и другие материалы. Даются ссылки на информационные ресурсы, посвященные программам по вопросам питания и продовольственной помощи, исследованиям, проводимым на средства федерального бюджета, а также возможностям получения финансирования из федерального бюджета.

Overweight and Obesity
<http://www.cdc.gov/nccdphp/dnpa/obesity/index.htm>

На этом веб-сайте отдела питания и физической активности Центра профилактики заболеваний размещена информация по всем аспектам чрезмерного веса и ожирения, от факторов, влияющих на их развитие, до их влияния на общее состояние здоровья и экономических последствий. Здесь предлагаются рекомендации, подробно рассказывается о программах, которые осуществляются в отдельных штатах, и приводится список полезных информационных ресурсов.

Thanksgiving in American Memory
<http://memory.loc.gov/ammem/ndlpedu/features/thanks/thanks.html>

Этот информационный ресурс проекта «Память Америки» Библиотеки Конгресса представляет историю Дня Благодарения и содержит разделы, посвященные воспоминаниям и торжественным событиям. Даются ссылки на дополнительные образовательные ресурсы и собрания исторических экспонатов библиотеки.

Государственный департамент США не несет ответственности за содержание вышеприведенных информационных ресурсов и возможность доступа к ним; все из них были в рабочем состоянии на июль 2004 г.



ELECTRONIC JOURNAL OF THE U.S. DEPARTMENT OF STATE
Bureau of International Information Programs

<http://usinfo.state.gov/>

