

Розділ 12. Гарбузини, яблука, гесперидії та гранатини — ще ті фрукти!.....	157
Розділ 13. Розімни свої кістянки!.....	180
Розділ 14. Ну ти й супліддя собі відростив!.....	184

Частина третя

Фрукти + овочі = любов

Розділ 15. Про вітаміни, мікрохвильовку й сезонні овочі.....	193
Розділ 16. Органіка: тебе це може вбити.....	197
Розділ 17. Не таке страшне ГМО, як його малюють.....	200
Література.....	204
Список ілюстрацій.....	213

Вступ

Ну ти і фрукт! Чи все ж овоч?

Мало що на побутовому рівні викликає стільки суперечок, як класифікація фруктів та овочів. Це й не дивно, адже більшість людей на планеті періодично споживають обидва типи продуктів, а тому вважають себе експертами у кулінарії і ботаніці навіть без жодної робочої години за плитою чи ви- значником рослин.

Розрізненням фруктів та овочів періодично лякають дошкільнят під час вступу до дитсадка, із гаслом «Кавун — найбільша у світі ягода!» носиться півкраїни, стосовно того, що ж таке помідор, влаштовують судові засідання. Саме тому настав час у цих полум'яних, як післясмак хабанеро, дискусіях почути тоненький, писклявий голос ботаніка.

Відповідно до кулінарної класифікації фрукт — це будь-яка солодка частина рослини. Якщо чесно — це жахливе визначення. У такому разі ми отримаємо парадокс, що лимон — це овоч, а батат — це

фрукт. Та навіть у межах одного виду можна налама-ти дров. Наприклад, яблуневих. Якщо користуватися прокрустовим ложем кулінарного визначення, треба Антонівку запроторювати до овочів, а Голден Делішес вдягати в майку фрукта. Ця система не працює, як не крути!

На просторах мережі мені неодноразово казали, що кулінарна класифікація дуже зручна для читання рецептів, адже можна вказати в інструкції до приготування щось на зразок «додайте 300 г будь-яких ягід і 50 г якихось горіхів».

Така от хитра дискримінація, щоб ви, не дай боже, не вкинули до випічки порізаний кабачок, хоча, якщо чесно, я не знаю жодної страви, де цей харизматичний представник гарбузових не замінив би ягоду чи інші фрукти. Якщо ж далі користуватися логікою кулінарної класифікації, то в 50 г якихось горіхів можуть входити «горіхи» кокосів і сейшель-

ської пальми (де один важить до 10 кг!) — непогана ідея, біжу по болгарку!

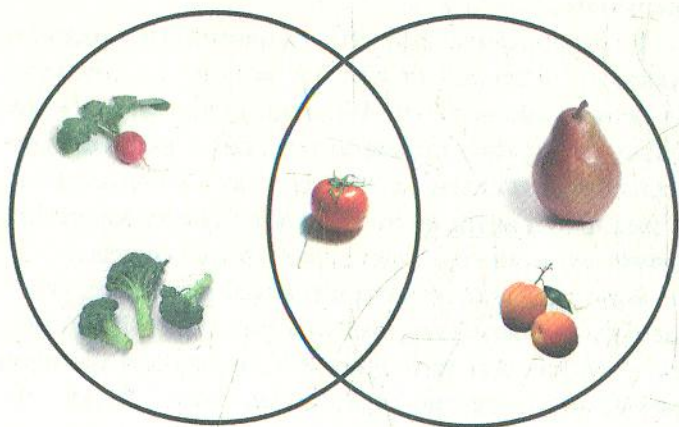
Здається, кулінарна класифікація — це так само зручно, як насипати гречки у кросівки і пробігти в них 10 кілометрів. От тільки тоді пошкодяться ступні, а коли спостерігаєш за принадами кулінарної класифікації, летиться кров з очей.

Іноді вважають, що з фруктів роблять варення й інші пундики, а от овочі — це основа суворого гарніру. Але ж можна зробити варення з моркви та потушувати яблуко, а полуницю легко перетворити на гостру аджикоподібну пасту. Сучасна кулінарія давно лишила ту дискримінацію в минулому: будьким завгодно та де завгодно, рослинний продукт!

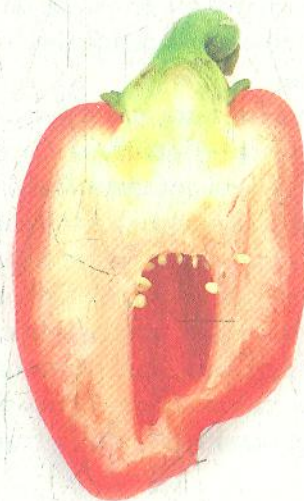
У деяких випадках фруктами називають те, що росте на дереві чи кущі, а те, що дають однорічні

Кулінарні овочі

Ботанічні фрукти



Перець, коли ти називаєш його овочем





Окрім того, у цій книжці ми вважатимемо фруктами і сухі плоди. Горішки гречки, зернівки рису, горіхи ліщини з ботанічного погляду такі самі фрукти, як і банани.

Варто також пам'ятати, що фрукт чи овоч — це не ознака всього біологічного виду. Якщо ви смажите квітку гарбуза, то їсте його овоч, а якщо тушкуєте плід — використовуєте його фрукт.

Але ідея нашої книжки не в тому, щоб припертися в монастир кухні з 12-ма томами «Флори України» й бінокляром. Ця ботанічна подорож створена для того, щоб ви звернули увагу на звичні чи екзотичні компоненти обіднього столу. Адже похід на кухню цілком може стати екскурсією, детективом, захопливими мандрями в різні епохи та куточки земної кулі. Тому міцно тримайтеся за сторінки, потяг рушає. Наступна зупинка — станція «Овочі».

ЧАСТИНА ПЕРША

САМ ТИ ОВОЧ!

Хоч би як ви хотіли запихнути в цю частину книжки кабачок з баклажаном — вибачте, їм далі по коридору — другі двері зліва з написом «Фрукти». У цій частині ми займемося дискримінацією плодів і говоритимемо лише про інші їстівні органи рослин: від пронизливого погляду в корінь усіх речей до квітів — дітей життя.

Овочі-корені

Корені дуже важливі для рослин. Ці органи зазвичай розміщуються під землею та мають надздібність необмежено рости (здається, під час карантину я теж отримав цю суперсилу). Вони допомагають рослинам триматися за землю, поглинати воду й розчинені в ній корисні мінеральні прибабаси, а ще накопичувати на чорний день запас поживних речовин. Але часто до цих скарбничок дориваються вічно голодні люди — і тоді починається жахливий процес перетворення вегетативного органа на смачну страву. Стримуйте слину — попереду в нас багато смачного!

Що може бути трушнішим овочем, ніж морква? Ми споживаємо її коренеплід — переповнений поживними речовинами видозмінений корінь. Смачний, соковитий і солодкий — усе завдяки пригодам моркви на грядках, адже в її диких предків підземні органи годилися хіба що для ламання зубів.