

Салат “Нісуаз”

Салат нісуаз (фр. salade niçoise) - легендарний кулінарний рецепт французького міста Ніцци.

Готується зі свіжих овочів, варених яєць, анчоусів та оливкової олії. В якості заправки в салат також додають лимонний сік або винний оцет.

У світі салатів, як і в будь-якому іншому світі страв, є свої фаворити. Та всі вони давно перестали бути частиною кухні тієї країни, де їх вперше приготували. Сьогодні, у часі полікультурності, страву однієї країни можна скуштувати у будь-якому куточку світу. Тому ці страви є вже не просто набором продуктів на тарілці, якими вгамовують людський голод, а набули своєрідного символізму, стали їстівними артефактами, частиною світової культури – зі своїми історією, філософією, легендами...

Як і усі популярні страви, рецепт салату “Нісуаз” має безліч варіацій. Часто, але не завжди, в складі присутня молода відварена картопля, замість курячих яєць можуть використовуватися перепелині, заправка теж може бути різною: з часником і без, з ароматними травами або навіть з цукром. Деякі кулінари використовують консервований або свіжий тунець, злегка обсмажуючи його для отримання скоринки. А хтось взагалі додає в салат інші інгредієнти на свій смак. Проте, анчоуси є незамінним і обов’язковим інгредієнтом, на якому наполягають фахівці. Викладання страви на таріль також може різнитися. Цей салат зазвичай викладали шарами, але сьогодні можемо зустріти варіант коли усі овочі змішані, і лиш зверху окремо викладають яйця та рибу.

Стверджують, що саме цей французький салат виник як данина курортної популярності Ніцци в 1950-60-х роках минулого століття. Є версія, що до його створення доклав руку навіть сам Джордж Баланчин, великий хореограф. Рецепт “Нісуаз” був обов’язковий для будь-якої кулінарної книги того часу.

Отож, господиня отримала велику палітру можливостей при виборі продуктів, має змогу по-фантазувати на своїй кухні, уявити ту картину, що прагне «намалювати» на своїй тарілці та вкласти той смак яким вона хоче почастувати своїх гостей. «Voilà!», і ось він – «мій» нісуаз...

Для заправки:

- 1 чайна ложка оцту із червоного вина
- 1 чайна ложка діжонської гірчиці
- 2-3 зубчики часнику, посікти
- 60 мл оливкової олії
- лимонний сік, за бажанням
- сіль і мелений перець

Для салату:

- 10 листків салату «Бостон»
- 6 листків свіжого базиліку
- 110 г зеленої стручкової квасолі
- 6 маленьких червоних картоплин
- 10 помідорів чері, розрізати навпіл
- 3 малих консервованих чи свіжих артишоки, приготовані і нарізані
- 1 маленька червона цибулина, нарізана дуже тонко і розділена на кільця
- жменя нісуазьких оливок чи інших темних
- 2 зварені яйця
- 3 - 4 філе анчоуса
- сіль і мелений перець

Відварити квасолю у підсоленій воді 5 хв і одразу опустити її у холодну воду, щоб зберегти зелений яскравий колір. Так само відварити картоплю. Теж зварити яйця, охолодити та почистити. Якщо артишоки свіжі, їх необхідно почистити та відварити.

Для приготування заправки покласти у глибоку миску та змішати оцет, гірчицю і дрібно посічений часник. Продовжуючи розмішувати вінчиком додати тоненькою цівкою олію. Скуштувати та, за бажанням, додати ще трохи лимонного соку. Приправити сіллю і перцем.

Помиті та осушені великі листки салату порвати на двоє та, легко вмочивши у приготовлений соус, викласти в один шар на велику таріль, притрусити нарізаним чи порваним базиліком. Окремо перемішати зелену квасолю,

картоплю, помідори і артишоки в невеликій кількості заправки та викласти окремими купками на листки зеленого салату що на тарелі. Розрізати на четвертинки яйця та викласти по центрі. Поверх зрідка розкласти нарізану кільцями цибулю, оливки та анчоуси. Приправити усе сіллю та свіжозмеленим перцем.

Одразу подавати салат до столу.











