

Цукіні alla scarpese

Цукіні alla scarpese, тобто мариновані - традиційний неаполітанський гарнір, що бездоганно доповнює страви з риби й м'яса.

Ця страва доволі легко готується. Що правда краще готувати її заздалегідь, навіть 2-3 дні перед тим як частуватимете рідних чи гостей. Більш тривале маринування у олії та оцті насичує страву особливим смаком і ароматом. А для тих, хто на дієті, або кому не на користь смажений варіант scarpese можна ПРИГОТУВАТИ на грилі або у духовці, це також буде швидко та смачно.

Давнє слово scarpese або іспанською escabeche означає як спосіб збереження продуктів під оцтом, тобто маринування. Ці два визначення переносять нас у далекі часи Марка Гавія Апіція (Marcus Gavius Apicius, бл. 25 до н. е.) — гурман, кулінар, письменник, багатій часів ранньої Римської імперії. Уславився своїми бенкетами, марнотратством та кулінарними шедеврами за часів імператорів Августа і Тіберія.

Під ім'ям Апіція збереглася римська куховарська книга «Про кулінарне мистецтво» (De re coquinaria libri X) в 10 частинах, що датується, ймовірно, IV ст. н. е. Рецепти, що містилися в ній, були призначені як для витончених гурманів, так і для менш вимогливих споживачів. Кожна з книг має грецьку назву.

Апіцій написав щонайменше 2 кухарські книги — загальну і про соуси, які постійно заново перевидавалися з новими рецептами. Ймовірно в одну книгу під назвою «De re coquinaria» вони були об'єднані наприкінці IV століття. Серед 478 збережених рецептів 300 належать Апіцію, вони були узяті з трактатів про селянство, з книг про дієти і т. і. Способи приготування страв описані досить коротко, у них описано приготування м'яса та риби, солодких страв, соусів і овочів. У книзі описуються недорогі і складні розкішні страви, такі як трюфелі або страви з нутрощів.

-
- 3-4 цукіні
 - 250-300 мл соняшникової олії для смаження

- 2-3 зубчики часнику
- 5-6 гілочок свіжої м'яти або петрушки
- 200 мл оливкової олії
- 50-60 мл оцту із білого вина
- сіль, перець до смаку

Для приготування цукіні alla scarpase промити цукіні відрізати плодоніжку і місце суцвіття та нарізати їх кружальцями товщиною 3 мм.

Розігріти у великій сковорідці соняшникову олію та обсмажити цукінні невеликими порціями до золотистого кольору на великому вогні.

Обсмажені кружальця викласти на паперовий рушник.

Для приготування маринаду почистити часник та мілко його посікти. Промити та просушити листки м'яти. Усі інгредієнти скласти у мисочку та перемішати. Скуштувати на смак щоб маринад був солоненький та кисленький до вашого смаку.

У велику посудину скласти в один шар смажені цукіні потім полити їх приготовленим маринадом і так до завершення всіх інгредієнтів.

Очевидно, що їх краще готувати заздалегідь хоча б одну ніч і зберігати під алюмінієвою фольгою чи у скляній банці з кришечкою. Чим довше цукіні маринуватимуться, 2 – 3 дні, тим вони смачніші.











