

ЯПОНСКАЯ КУХНЯ

Культура Японии в ее «вкусном» разрезе.

Что представляет из себя культура Японии? Одним словом ответить на этот вопрос невозможно. Культура Японии – это и традиционные искусства (чайная церемония, икебана), и современнейшие технологии, представленные мировыми известными компаниями Тоёта, Панасоник и т.д. У японцев особый образ жизни, особые взгляды на религию и искусство, однако это не означает, что все жители этой страны думают и мыслят одинаково. Все зависит от каждого человека, которому Вы задатите этот вопрос – сколько людей, столько и ответов.

В данном разделе мы хотели бы познакомить туристов с некоторыми интересными аспектами культуры этой страны, а также с программами, участие в которых даст возможность сделать свои выводы о том, что же из себя представляет культура Японии.

Кухня как выражение культуры

Понять страну «через желудок»



Суси и тэнпура



Сябу-сябу

Во время посещения Японии, очень хотелось бы, чтобы туристы обязательно попробовали и получили удовольствие от японской кухни. Завтрак в гостиницах как правило представляет из себя европейский шведский стол, однако на нем присутствуют не только хлеб, ветчина и сосиски, но и чисто японские блюда – рис, суп мисо, солёные сливы «умэбоси» (очень хорошо идут с рисом и к тому же полезны для здоровья), жареная рыба, блюдо из переброженных бобов «натто» (поедается вместе с рисом, достаточно специфический запах и вкус, однако очень полезно для здоровья).

Наиболее известные блюда японской кухни

СУСИ – готовятся из риса (с добавлением уксуса) и всевозможными морскими продуктами.

Суси как правило подразделяются на две категории – ХАЯДЗУСИ (свежие морские продукты сразу же накладываются на шарики риса и подаются посетителю. Нигири-дзуси, которые обычно потребляются в суси-барах, относятся именно к этой категории) и НАРЭДЗУСИ (своего рода пища долгого хранения, когда морские продукты накладываются на рис и хранятся до определенной степени окисления). Мировую известность и повсеместно узнаваемое название SUSHI получило блюдо первой категории, а именно – НИГИРИ-ДЗУСИ. Как правило их едят руками, предварительно чуть-чуть обмакнув в соевый соус. Изначально нигири-дзуси

подавались в перевозных рыбных лавках, считались своего рода «фаст-фудом» и елись на ходу, поэтому и манера поедания их (руками, чуть-чуть соуса) упрощена до максимума. Кроме нигири-дзуси существуют также такие блюда, как тираси-дзуси, маки-дзуси, инари-дзуси.

ТИРАСИ-ДЗУСИ – на чашку риса, приготовленного с добавлением уксуса, очень тонко нарезанными кусочками кладутся овощи, морепродукты и лёгкий омлет. Блюдо слегка поливается соевым соусом, в который предварительно добавляется японский хрен «васаби», и поедается палочками.

МАКИ-ДЗУСИ – в рис с добавлением уксуса кладутся морепродукты, овощи или же легкий омлет, после чего рис заворачивается в «нори» - сушеные листья их водорослей.

ИНАРИ-ДЗУСИ – рис с добавлением уксуса заворачивается в особую оболочку из тофу (что-то вроде лёгкого сыра из соевых бобов), который предварительно обжаривается во фритюре.

КАЙТЭН-ДЗУСИ – ресторан, в котором суси подают на движущейся конвейерной ленте. Рестораны появились в Японии в 70-е годы 20-го века с целью привлечь как можно большее количество посетителей, желающих быстро и в большом количестве попробовать различные виды этого блюда. Благодаря бурному развитию сети этих ресторанов многие простые японцы получили возможность дешево и вкусно пообедать (или поужинать), что превратило суси в настоящее народное блюдо. В последнее время рестораны кайтэндзуси появились и за границей – во Франции, Великобритании и некоторых других странах.

ТЭМПУРА – овощи, горные травы, морепродукты в скляре. Обычно темпура едят сразу же после того, как достают из кипящего масла. Кусочки обмакивают в специальный суп-соус, после чего подносят ко рту палочками. В последнее время популярно есть темпуру слегка посыпав ее солью, или же обмакнув в небольшое количество соевого соуса. Наиболее известные начинки – креветки, кальмары, мелкая рыба, баклажаны, горький перец, тыква, горный картофель, грибы, однако каких-либо ограничений не присутствует, - обжаривать можно все, что Вам хочется и нравится, особенно если обжариваемые продукты достигли пика своей сезонной вкусноты (употреблять в пищу тот продукт, который наиболее вкусен именно в этот месяц или сезон – тоже особенность японской кухни). На самом деле темпура не является исконно японским блюдом. В 16-м веке иностранные миссионеры познакомили жителей страны с европейским блюдом ФРИТТА (fritter), которые японцы, как всегда здесь обычно происходит, преобразовали и подогнали под свои вкусовые особенности. Из особо специфичной темпура можно привести такие примеры, как темпура из мороженого, бананов, темпура из суси. Кроме того, большую популярность получило одно из ответвлений этого блюда – скляр на бамбуковых палочках КУСИ-АГЭ, - на тонкие бамбуковые палочки насаживаются кусочки овощей, мяса, курицы, рыбы, грибов, после чего их обмакивают в скляре и жарят в масле. Сидя за стойкой ресторана и наблюдая, как перед вами готовятся такие шашлычки, невозможно не попросить лишнюю кружку холодного пива.

СЯБУ-СЯБУ – тончайшие кусочки мяса, которые слегка несколько раз погружают в кипящий суп (в котором варятся овощи, грибы, тофу), и после того, как мясо немного меняет цвет его потребляют, предварительно обмакнув в одном или другом виде соуса. Данное название блюдо получило от звука, которое издает мясо, погружающееся в кипяток. Подаваемые к блюду соусы очень легкие, что позволяет почувствовать вкус именно самого мяса. После того, как мясо заканчивается, в суп, пропитанный мясом и овощами добавляют лапшу УДОН или же рис, после чего получается еще одно блюдо, которым японцы очень любят заканчивать ужин с сябу-сябу. Обычно используется говядина, однако в последнее время популярно сябу-сябу из свинины (БУГА-СЯБУ), курятины, баранины и некоторых сортов рыбы.

СУКИ-ЯКИ – одно из наиболее популярных японских блюд. Тонко нарезанные кусочки мяса

парят в специальной железной кастрюле-сковородке вместе с овощами, тофу и грибами. В качестве приправ в блюдо обычно добавляют только сахар и соевый соус, которые в сочетании с мясным экстрактом создают необычайно насыщенный вкус. Блюдо популярно во всех районах страны, - отличие состоит только в том, какое мясо используют в том или ином районе и в порядке варения.

Вышеперечисленные блюда являются наиболее известными и популярными не только в самой Японии, но и во многих других странах мира. Конечно же реальное количество блюд японской кухни в несколько десятков раз больше. Лучший способ соприкоснуться с большим выбором блюд – посетить народные ресторанчик «ИДЗАКАЯ» - что-то вроде российских пивнушек, где можно выпить и закусить. Из меню выбирайте все понравившееся – блюда из сырой рыбы, жареные, паренные и т.д., - в любом случае когда на Ваш стол принесут порядка 10-ти тарелочек, Вы сможете реально оценить все разнообразие японской кухни. Обычно в подобные пивнушки народ подается после работы, чтобы в компании друзей и коллег по работе отвести душу за кружкой пива или бутылочкой саке, посчитав косточки тупому начальнику или же пожаловавшись другу на свою тяжелую рабочую (или семейную) долю.



Карри по-японски



Гю-дон



Соба

Наиболее популярные повседневные блюда

Обычное повседневное меню простых японцев очень сильно отличается от тех блюд, которые были описаны выше. Суси и сябу-сябу жители страны восходящего солнца едят только по праздникам или в какие-то особые памятные для каждой семьи даты, - кушать суси каждый день кошелёк не позволяет. Ресторанчики «идзакая» - экономный вариант, но тем не менее тоже не на каждый день. В данном разделе мы хотели бы познакомить Вас с теми блюдами, которые японцы едят в обычной повседневной жизни, и которые очень редко употребляются иностранными туристами, дабы приезжают они как правило на очень короткий срок и хотят попробовать, что естественно, самое наилучшее.

КАРРИ ПО-ЯПОНСКИ. Блюдо с рисом, который поливается соусом карри, содержащим мясо, овощи, картофель и т.д. Едят это блюдо не палочками, а обычными ложками. Карри пришло в Японию где-то 150 лет назад, и подавалось в качестве необычной английской кухни, так как Индия в это время являлась колонией Великобритании. В дальнейшем японцы подстроили блюдо под свой вкус, и на данный момент это одно из наиболее популярных ежедневных меню простых японцев. В каждой семье карри готовится по-своему. Особенно любят карри по-японски дети, однако и служащие японских компаний также обожают пообедать в ближайшем карри-ресторанчике, которых повсеместно огромное количество.

ГЮ-ДОН. Традиционное простонародное блюдо. На рис, который подается в глубокой рисовой чаше, накладывается жаренная смесь мелко порезанного дешевого мяса и лука (смесь предварительно обжаривается в сладком соусе). Блюдо появилось в качестве остатков от

СУКИ-ЯКИ, когда мелкие остатки мяса в сладком соусе смешивались с рисом и употреблялись на завтрак следующего дня (один из способов японских домохозяек отвертеться от нудного приготовления завтрака). В 70-е годы 20-го века появилась сеть фаст-фуд ресторанов **ЁСИНО-Я**, которая специализировалась именно на этом блюде, и на данный момент нет ни одного квартала в Токио, где бы не было их филиала. Девиз этой сети – «Вкусно, Быстро, Дешево», так что каждый день можно увидеть, как японские бизнесмены на бегу из одного места в другое за пять минут уничтожают чашку с гю-дон.

В Японии с давних времен существует особый тип блюд, который называется **ДОНБУРИ-МОНО**, особенностью которых является использование глубокой чашки, куда накладывался рис, а сверху покрывался различными приправами. Если на рисе будет лежать свиная котлета в с омлетом (**ТОНКАЦУ**), то блюдо будет называться **КАЦУДОН**. Если курятина с луком, залитая омлетом – **ОЯКО-ДОН** (в дословном переводе – чашка с родителем (курица) и ребёнком (яйцо)). Если сверху кладется смесь из китайских овощей – это абсолютно точно **ТЮКА-ДОН** («тюка» – китайская кухня). Если лежит Тэмпура – совершенно верно! – **ТЭМПУРА-ДОН**. Не сложно догадаться что если на рисе красная икра, то блюдо будет называться **ИКУРА-ДОН**, а если стэйк – **СТЭЙКИ-ДОН**, и так до бесконечности...

УДОН И СОБА (два вида японской лапши). Удон – толстая лапша из пшеничной муки, Соба – тонкая лапша из гречки. Оба вида лапши существуют в Японии уже много веков и являются популярными народными блюдами, которыми иногда можно заменить блюда из риса. Оба вида лапши едят двумя способами, - или же в тёплом супе-соусе, или же лапшу охлаждают, после чего обмакивают по вкусу в холодном соусе. Ну а что касается вариаций, - смотрите параграф **ГЮ-ДОН**. Если к лапше подается **ТЭМПУРА – ТЭМПУРА УДОН** или же **ТЭМПУРА СОБА** и т.д. Интересно, что существует также удон в густом супе карри по-японски, а для любителей очень горячей лапши ее подают в горячих глиняных кастрюлях, - **НАБЭ-ЯКИ УДОН**. В зависимости от региона, вкус лапши немного отличается, тем не менее блюдо пользуется неколебимой популярностью у всех японцев. Это может подтвердить тот факт, что по возвращению из загран.поездок японцы первым делом бегут к стойкам ресторанов, где подают удон или соба. Кстати, немного о манере еды лапши в Японии. В отличие от европейских стран, правильное поедание лапши обязательно сопровождается громким чавканием. Если Вы не чавкаете – значит блюдо Вам не нравится, так что чавкающий народ вокруг, а также хозяева ресторана будут постоянно с беспокойством поглядывать на Ваш столик.

РАМЭН – еще один очень популярный вид лапши в Японии. Изначально блюдо называлось **ТЮКА-СОБА** (соба по-китайски), поэтому легко себе представить, что блюдо появилось в Японии в конце 19-го века вместе с развитием китайских кварталов и ресторанчиков. Однако современный Рамэн – это чисто японское блюдо, часто не имеющее абсолютно ничего общего с его китайским собратом, что признают и сами китайцы. В Китае и Тайване рамэн подается как чисто японское блюдо. Рамэн представляет из себя тонко порезанную пшеничную лапшу, подаваемую в различных супах. В зависимости от вкуса супа меняется и название. Если суп сделан на основе соевого соуса – это **СЁЮ-РАМЭН**, если суп солёный – **СИО-РАМЭН**, если в качестве основного ингредиента супа используется мисо – **МИСО-РАМЭН** и так далее. Практически в каждом регионе страны есть свой собственный, отличающийся от других районов супом рамэн. Наиболее известные рамэн – **САППОРО РАМЭН** (изначально делался в городе Саппоро на острове Хоккайдо), **КИТАКАТА РАМЭН** (северные районы основного острова Хонсю), **ХАКАТА-РАМЭН** (южный остров Кюсю). Кроме того, японцы изобрели способ быстрого приготовления этого блюда, получивший мировую известность – заливная лапша быстрого приготовления. Продажа пакетиков и пластиковых кружек с «быстрой» лапшой началась в Японии в 1958-м году. Компания **НИССИН** тогда выпустила первую серию данного блюда – **ЧИКИН-РАМЭН** (рамэн с курицей), а в 1971-м

году появился КАП-РАМЭН (рамэн в кружке). Все что требовалось от потребителя – залить сухую лапшу горячей водой и добавить приправу. Это революционное открытие сильно изменило культуру семейной кухни Японии. Сегодня в таком виде можно встретить не только рамэн, но и соба и удон. В какой бы стране мира Вы не находились, Вы всегда найдете в супермаркете пакетик или чашку лапши быстрого приготовления.

БЭНТО. В конце этого раздела хотелось бы сказать несколько слов о японских ланч-боксах – бэнто. Во всем мире существует обычай брать с собой в дорогу «походные обеды», чтобы перекусить когда нет времени и места. Наиболее известный ланч-бокс – сэндвич, придуманный английским графом Сэндвичем (на самом деле сэндвичи существовали еще во времена Римской Империи), однако и в других странах «тормозки» присутствовали с давних времен. В Индии это коробка с хлебом «чапати» и карри, в России – бутерброды с колбасой и сыром, которые служат еще и хорошей закуской под стопарик водки на свежем воздухе. В Японии обычай походных обедов также существует с древних времен, однако здесь эта традиция развилась в особое направление, не имеющее аналогов в мире. Причина этому – японский рис, который в отличие от индийского длинного рассыпчатого риса круглый и липкий. Эти качества позволяют ему сохранять вкусовые качества даже в холодном виде (хотя конечно же теплый рис гораздо вкуснее). Основа японского бэнто – рис и разнообразные мини-блюда (рыба, мясо, овощи) в небольшом количестве, но в большой вариации, к которым прилагаются еще и соленья – солёная слива, засол из трав и овощей и т.д. Взглянув на коробочку бэнто можно прочувствовать национальный характер японцев – в небольшом по объёму контейнере вы найдете большое количество разнообразных блюд, - всего по немногу но умело и со вкусом уложенные вместе с рисом. Вариаций бэнто – практически бесчисленное. Начиная от бэнто «национальный флаг» (коробка с белым рисом, в центре которого – одна красная солёная слива. Это бэнто появилось в то время, когда белый рис был еще роскошью для простого населения, его употребляли только по праздникам, когда семья могла раскошелиться на покупку качественного японского риса) и кончая специальными абсолютно роскошными коробками для приема делегаций, в которых есть чуть-ли не все возможное. Бэнто готовится как дома (для детей в школу или для мужа на работу), так и специализирующимися на этом компаниями на продажу. Эти бэнто пользуются на сегодняшний день огромной популярностью у населения Японии. Бэнто на продажу получили свое начало в конце 19-го, начале 20-го века, когда в Японии появилась первая железная дорога. Его продавали на станциях тем, кто совершал длительные переезды по стране. Существует даже особенный термин – ЭКИ-БЭН (станционный тормозок). После этого появились компании, которые начали продавать бэнто на улицах городов. В конце 80-х годов прошлого века с развитием сети мини-маркетов бэнто стало производиться на пищевых комбинатах в массовом количестве. Именно тогда их содержание начало принимать самые разнообразные формы. Еще одним фактором роста продаж бэнто стало широкое распространение микроволновых печей, - в любом мини-маркете Вам разогреют бэнто в считанные секунды. Все это привело к тому, что в мегаполисах работающее население стало практически ежедневно покупать бэнто, а домашнее бэнто любимой жены (или матери) отошло на второй план. Кроме того, в современном японском обществе проблема защиты окружающей среды также очень сильно связана с массовым производством бэнто, - так как срок годности продуктов как правило всего лишь один день, непроданные коробочки приходится выбрасывать, что приводит к огромному увеличению пищевых и пластиковых отходов.



Онигири



Бэнто

ОНИГИРИ – рисовые треугольники.

Ну и напоследок – совсем немного информации о рисовых треугольниках (или колобках) «онигири», без которых невозможно закончить рассказ о японской кухне. Основным продуктом мини-маркетов в Японии на данный момент являются бэнто и онигири. Онигири (в дословном переводе – «слепленные») – сваренный рис, в которые кладут кусочки рыбы, мяса, овощей, солений, после чего лепят в треугольную, квадратную или круглую форму и завертывают в листы сушеных водорослей «нори». Изначально онигири делались в семьях из остатков ужина, - на следующий день жена клала мужу на работу несколько онигири в коробочку, получался своеобразный бэнто из онигири. Онигири на самом деле придуманы очень рационально, на основе многовекового опыта народа этой страны. Во-первых, лепят рис, когда он еще горячий, - это позволяет уменьшить количество пищевых микробов, которых гораздо больше, если лепить холодный рис. Во-вторых, рис лепят достаточно плотно и сильно, чтобы сократить количество кислорода внутри, - это позволяет сохранить рису свои пищевые качества и не портиться достаточно длительное время (слишком сильно слепленный рис невкусен, поэтому лепить с правильным приложением силы – достаточно сложно и требует определенных навыков). От разлагающих микробов извне рис защищают водоросли «нори». Во время лепления на одну руку насыпают соль, что позволяет посолить всю площадь риса, а соль – это не только вкусовая добавка, но и хороший способ обезвреживания пищевых микробов. Ну и конечно же начинку выбирают согласно вышеуказанному стандарту – долго сохраняющуюся. Именно поэтому наиболее простым и распространенным видом онигири является треугольник с начинкой из солёной сливы. С развитием охлаждающих технологий онигири претерпели сильное изменение. Теперь это не просто «остатки с ужина», а настоящий деликатес, - пребывая в Японии обязательно зайдите в мини-маркет, у Вас будет возможность попробовать онигири с красной икрой, тунцом, тэмпурой, жаренным мясом и многими другими вкусными и оригинальными начинками.

СПЕЦИАЛЬНЫЕ ПРОГРАММЫ,

СВЯЗАННЫЕ С КУЛЬТУРОЙ ЯПОНИИ

АКАДЕМИЯ СУСИ

В Токио существует техникум под названием «Академия Суси», где готовят профессионалов для суси-ресторанов и баров. Здесь можно пройти 4-хнедельный курс (пять часов в день, всего – 100 часов), после которого человек получает достаточно высокие навыки в приготовлении этого блюда. Многие выпускники академии в последствии работают в ресторанах и барах, где они набирают опыт для открытия своего собственного заведения. Раньше для того, чтобы человек был признан настоящим мастером суси, ему нужно было 5-10 лет «воровать» искусство мастеров, работая на подхвате, однако сейчас базовые знания можно получить за сравнительно короткий срок в данном спец.заведении. В академии существуют специальные программы для иностранцев, в которых в последнее время принимают участие и многие российские шеф-повары. Есть программа для тех, кто в дальнейшем хочет профессионально заниматься суси, однако среди простых туристов очень популярен однодневный курс обучения, где демонстрируют и обучают

правильному приготовлению и леплению риса, правильному выбору и разрезанию рыбы и другим базовым элементам профессии.

Сайт академии → <http://sushitokyo.jp/>

Музей рамэна быстрого приготовления (The Instant Ramen Museum)

Музей, посвященный основателю компании НИССИН, господину Андо Момофужу, который и изобрёл способ быстрого приготовления этого блюда, открылся в 1999 году. Здесь воспроизведена исследовательская кухня изобретателя, а на стендах представлены все виды рамэн, придуманные и изготовленные компанией. Если сделать предварительную резервацию, можно поучаствовать в программе по изготовлению куриного рамэн. Музей расположен в префектуре Осака, город Икэда. Сайт музея → <http://www.nissin-noodles.com/english.htm>

Чайная церемония

Сад ХАППОЭН. Расположенный в центре Токио, традиционный японский сад, насчитывающий 300 лет, служит местом проведения свадебных церемоний, выставок, конференций. Однако здесь также можно поучаствовать в чайной церемонии, которая проводится в специально отведенном для этого традиционном чайном домике, а также посмотреть очень хорошую коллекцию карликовых деревьев «бонсай» (некоторые экземпляры – 200-300 лет). Сайт сада → <http://www.happo-en.com/english/garden/index.html>

Кроме сада Хашпоэн, в чайной церемонии можно поучаствовать, предварительно сделав заказ чайной комнаты в гостиницах IMPERIAL TOKYO и NEW OTANI TOKYO.

Наряжание в кимоно

Для тех, кто хочет примерить японское кимоно, мы рекомендуем посетить следующие места в Киото. Купеческий дом ТОНДАЯ (<http://www.tondaya.co.jp/English/indexE.htm>) . Здесь Вас не только оденут в кимоно, но еще проведут обстоятельную экскурсию по старинному традиционному японскому дому и только для Вас организуют чайную церемонию. Переодевание в кимоно и чайную церемонию для Вас организуют и в чайном доме ОКИЦУ-АН (<http://www.okitsu-kyoto.com/english/index.html>) . Мы можем конечно же сделать программу с переодеванием в кимоно и в Токио, но в Киото туристам будет предложено гораздо больше услуг, и к тому же в Киото Вы почувствуете всю атмосферу старинного города.

Икебана

В центральной токийской школе известного и в России течения СОГЭЦУ, каждый понедельник с 10-ти до 12-ти утра проводятся специальные занятия для иностранцев (обязательна предварительная резервация). <http://www.sogetsu.or.jp/english/index.html>

Ниндзя

В Токио можно почувствовать себя настоящим ниндзя ! Ниндзя существовали в Японии с эпохи междоусобных войн (15-16 век). В телефильмах и мультфильмах их показывают как обладателей сверхчеловеческих способностей, владеющих магией и волшебством, однако на самом деле они представляли из себя одну из низких каст клана самураев, которая занималась разведывательной деятельностью и сбором информации. Тем не менее, искусство ниндзя действительно достойно восхищения. Базовые знания о ниндзя можно получить в зале боевых искусств СИНОБИ-НО-СЮ <http://shinobinoshu.the-ninja.jp/motenashi1.html>

Кроме того, недалеко от Киото расположено местечко под названием ИГА, где до сих пор сохранился дом ниндзя, со всеми его секретами. Здесь также можно посетить небольшой музей, посвященный ниндзя и посмотреть интересное шоу. <http://iganinja.jp/en/index.html>

Также в Токио есть очень интересный тематический ресторан «НИНДЗЯ», устроенный по всем правилам этого искусства. Встречать, обслуживать и провожать Вас будет персонал, переодетый в ниндзя. <http://www.ninjaakasaka.com/>

Религиозные программы

Эти программы мы рекомендуем попробовать только тем, кому действительно интересно провести дешевное очищение. В Киото и Нара существуют буддистские храмы, где Вас примут на 2-3 дня в качестве начинающего монаха. Проживание в храме, с раннего утра – совместное чтение сутр, уход за садом, приготовление еды, переписывание сутр и т.д. Что касается синтоистских храмов, то при наличии предварительной резервации можно заказать процесс очищения от злых духов и болезней. Также можно организовать достаточно жесткий вид медитации – медитация под водой водопада.

Посещение заводов

При наличии предварительной резервации имеется возможность посетить завод компании Тоёта (недалеко от Нагоя), однако необходимо иметь в виду, что данная программа пользуется огромной популярностью и у самих японцев, поэтому бронирование часто невозможно сделать даже за три месяца вперед. Также есть возможность организовать посещение пивоваренных и металлургических заводов, косметических фабрик, электростанций и газетных типографий, однако здесь стоит иметь в виду то, что экскурсии имеют достаточно общий характер и в помещениях, связанные с коммерческой тайной Вас конечно же не пустят.