

美

食

中

國

КИТАЙ
КУЛИНАРНЫЙ



Константин Щепин

УДК 641.5:398.332:394.268(510)

ББК 36.997(5Кит)

Щ57

*Оформление переплета Татьяны Луниной
Фотографии Лу Мэн, Константина Щепина
Каллиграфия Лу Цзюня*

Щ57 Щепин, Константин

Китай кулинарный / К. Щепин. — 2-е изд., испр. и дополн. — М.: Международная издательская компания «Шанс», 2021. — 292 с.

ISBN 978-5-907277-92-2

В книге представлено систематическое — по провинциям КНР — описание особенностей китайской кухни, включающее в себя характеристику кулинарных школ в целом, историю возникновения отдельных блюд, способы и рецепты их приготовления. Кроме специфически кулинарных, текст насыщен разнообразными культурно-историческими сведениями и информацией о лучших современных производителях и заведениях в сфере общественного питания. Читатель получит представление о пищевых привычках, застольных предпочтениях китайцев и о том, как эти явления связаны с китайской традиционной медициной и традиционными праздниками.

Издание предназначено для всех, кто интересуется историей и повседневной культурой Китая, включая российско-китайское кросс-культурное взаимодействие, а также может оказаться полезным для специалистов, занятых в ресторанном бизнесе.

УДК 641.5:398.332:394.268(510)

ББК 36.997(5Кит)

ISBN 978-5-907277-92-2

© Щепин К., текст, 2021
© Лу Мэн, Щепин К., фотографии, 2021
© Лу Цзюнь, каллиграфия, 2021
© ООО «Международная издательская компания «Шанс», 2021
Все права защищены

Оглавление

ВВЕДЕНИЕ	007
КУЛИНАРНАЯ ГЕОГРАФИЯ	013
Аньхой: кухня старых элит	015
Ганьсу: кухня Великого шелкового пути	025
Гуандун: познакомившая мир с китайской кухней	033
Гуанси: кухня долгожителей	045
Гуйчжоу: чем заедают водку «Маотай»	053
Пекин: больше, чем утка по-пекински	065
Северо-восток Китая: кухня «от сохи»	079
Синьцзян: кухня новых рубежей	091
Сычуань: царица современной китайской кухни	099
Тибет: самая высокогорная кухня	111
Тяньцзинь: «собачьи пирожки» да «цветы конопли»	119
Фуцзянь: «красная кухня» с родины китайских супов	125
Хакка: кухня не от легкой жизни	135
Хубэй: кухня края тысячи озер	141
Хунань: пламенная кухня с малой родины «великого кормчего»	151
Хэбэй: дары села	161
Хэнань: праматерь всех кухонь Поднебесной	167
Цзянси: кухня из фарфоровых краев	175
Цзянсу: научившая Китай жарить	181
Чжэцзян: кухня винного края	189
Шанхай: кухня на стыке культур	197
Шаньдун: кухня красавиц и философов	205
Шаньси: лапша правит бал	217
Шэньси: кухня тринадцати династий	225
Юньнань: кухня царства грибов и цветов	233
КУЛИНАРНЫЙ КАЛЕНДАРЬ	241
Сезонная кухня	245
Весна	247
Становление весны Личунь	248
Дождевые воды Юйшуй	248

Пробуждение от зимней спячки Цзинчжэ	249
Весеннее равноденствие Чуньфэнь	250
Чистый свет Цинмин	251
Хлебные дожди Гуйюй	253
Лето	255
Становление лета Лися	256
Малое изобилие Сяомань	256
Колошение хлебов Манчжун	257
Порог лета Сячжи	258
Малая жара Сяошу	259
Большая жара Дашу	260
Осень	263
Становление осени Лицю	264
Спад жары Чушу	264
Белые росы Байлу	265
Осеннее равноденствие Цюфэнь	266
Холодные росы Ханьлу	267
Выпадение инея Шуанцзян	268
Зима	271
Становление зимы Лидун	272
Малые снега Сяосюэ	272
Большие снега Дасюэ	273
Порог зимы Дунчжи	274
Малые холода Сяохань	275
Большие холода Дахань	276

Кулинария праздников 279

Новый год по китайскому лунному календарю Чуньцзе	280
Праздник фонарей Юаньсяоцзе	282
Дракон поднимает голову Лунтайтоу	284
Праздник гонок на драконьих лодках Дуаньцзе	285
День всех влюбленных Цисицзе	286
Праздник середины осени Чжунцюцзе	288
Малый год Сяоянь	290

Кулинарная география



Аньхой:
кухня старых элит

徽
菜



安徽：
昔日辉煌

徽
菜



В современном Китае анхойскую кухню — *хуэй цай* (徽菜) — трудно назвать всенародно любимой, многие кулинарные критики даже сетуют на то, что она «незаслуженно забыта». Может быть, падение ее популярности произошло из-за того, что в Новом Китае попросту не нашлось места «кухне старых элит», как иногда называют кулинарную школу провинции Аньхой. Так уж получилось, что она неразрывно связана с императорами, богатейшими людьми и интеллектуальной элитой Поднебесной. В названиях блюд *хуэй цай* встречаются имена и основателя одной из китайских династий, и вельможи, который непосредственно приложил руку к развалу императорского Китая...

Базовый принцип анхойской кулинарной школы — максимально возможное сохранение натурального вкуса продукта. Для этого готовят на пару или тушат. Приправы почти не используются — разве что для того, чтобы слегка подчеркнуть вкус основных ингредиентов. Это непреложное правило, которое не нарушается даже в угоду высшим государственным руководителям. Рассказывают, что родившийся в Сычуани и очень любивший все острое «архитектор китайских реформ» Дэн Сяопин однажды попросил своего личного повара из провинции Аньхой щедро сдобрить рыбу перцем. В ответ он получил твердый и грубоватый отказ: «Это же анхойская кухня. Мы не наваливаем приправ, как вы, сычуаньцы». Лидеру второго поколения руководителей КНР не осталось ничего иного, как задумчиво покачать головой и промямлить: «Да, действительно». Скорее всего, гордый анхойский повар заведомо знал, что его препириание с руководством не повлечет за собой скандала. Как истинный китаец, Дэн Сяопин не хотел ссориться с тем, кто его кормит. «Жизнь наша — не в руках божьих, а в руках наших поваров. Поэтому каждый китайский благородный муж пытается подружиться со своим поваром — ведь именно в его власти дарить и отнимать наш вкус к жизни», — писал китайский философ Линь Юйтан.

Жарят в провинции Аньхой разве что соевый творог — тофу (豆腐). К этому продукту местные повара относятся с особым трепетом, и это не удивительно: именно Аньхой считается родиной соевого творога. Говорят, что он был изобретен более двух тысяч лет назад в городе Хуайнань даосским алхимиком Лю Анем, который пытался найти эликсир бессмертия. Вечной жизни Лю Аню тофу не принес, но зато быстро зарекомендовал себя среди китайских едоков своей нежной консистенцией и питательными свойствами: он богат белком, аминокислотами, железом и кальцием. Сегодня КНР потребляет порядка 500 млн тонн тофу в год, в стране даже

существует отдельный Праздник тофу, который отмечают ежегодно 15 сентября. Разумеется, самые пышные торжества в этот день проходят именно в Аньхое.



Провинция Аньхой считается родиной китайского соевого творога — тофу

Из тофу здесь готовят множество блюд, наиболее известное из которых названо в честь основателя китайской династии Мин (1368–1644), императора Хуньзу (Чжу Юаньчжана). Судьба его была не из простых: рожденный в провинции Аньхой, Чжу Юаньчжан рано остался сиротой и, чтобы не умереть с голоду, ушел в монастырь. Будущему монарху приходилось просить милостыню на улицах, поэтому в истории за ним закрепилось прозвище «император-попрошайка». В правители Поднебесной он выбился благодаря активному участию в восстании против владычества монгольской династии Юань (1271–1368). Чжу Юаньчжан дорос до главнокомандующего повстанческими войсками, а свергнув монгольское иго, провозгласил себя императором. Стремительная карьера не изменила его кулинарных предпочтений: до самой смерти император Хуньзу обожал обжаренный в яичном желтке фаршированный тофу — в итоге блюдо назвали в его честь *Хуньзу доуфу* (洪武豆腐). Полюбил он это лакомство еще в провинции Аньхой во времена, когда ему приходилось побираться на улице. У одной из местных харчевен оборванцу кинули объедки с купеческого стола, среди которых и оказался фаршированный тофу. Будущий император уже тогда проявил талант стратега: втерся в доверие к местным поварам и устроил так, чтобы недоеденный клиентами жареный тофу отправлялся прямоком в его плошку.

С приходом к власти императора-аньхойца кулинарная традиция его родного края вошла в моду. Способствовали этому и аньхойские купцы, которые не без поддержки властей стали наиболее влиятельными торговцами

в Поднебесной того времени. Они, в частности, контролировали торговлю чаем и тушью — предметами первой необходимости для придворных ученых мужей. Из аньхойского уезда Цимэнь по всему Китаю и за его пределы поставляли, в частности, черный чай сорта «Кимун» (кстати, именно он является «предком» всех чаев, которые культивировали в СССР). Аньхойские купцы распространили любовь к своей родной кухне по всему Китаю. Они контролировали ресторанный бизнес Шанхая, поэтому аньхойская кулинарная традиция оказала сильнейшее влияние на шанхайскую кухню.



Рагу *ипиньго* — еда императоров и дипломатов

Названия аньхойским блюдам присваивали сами императоры. Так, имя знаменитому рагу *ипиньго* (一品锅) дал цинский правитель Цяньлун, который распробовал его во время одной из своих инспекционных поездок на юг страны. В то время это было довольно незамысловатое, но весьма насыщенное крестьянское варево из тофу и овощей. Освященное императорским вниманием блюдо стало совершенствоваться. До идеала его довели повара, готовившие для философа и дипломата Ху Ши. В 1938–1942 годах он был послом Китайской Республики в США, где потчевал *ипиньго* всех американских друзей и партнеров. К тому времени это яство уже принадлежало к императорской кухне и слабо напоминало свой первоначальный вид. Помимо тофу и овощей в него стали добавлять мясные фрикадельки и яичные пельмени, которые от обычных отличаются тем, что начинку заворачивают не в тесто, а в тонкий листок омлета (тоже исконно аньхойская придумка). Все это укладывалось в большой чугунок и тушилось в мясном бульоне. Блюдо пришлось настолько по

вкусу американцам, что в китайской диаспоре в США его назвали в честь Ху Ши — *Ху Ши ипиньго* (胡适一品锅).

Многие кулинарные критики причисляют к аньхойской кухне рагу *дацзахуэй* (大杂烩), которое особенно популярно в США, где его называют на кантонский манер: *chor suey*. Говорят, что появилось это блюдо благодаря уроженцу провинции Аньхой Ли Хунчжану — одному из наиболее влиятельных сановников периода упадка Цинской империи (1644–1912). В конце XIX века Ли Хунчжан заведовал внешней политикой Китая. Именно он поставил подписи под позорными для Поднебесной Симоносекским договором с Японией и Союзным договором с Российской империей, по которому Россия арендовала земли в Маньчжурии и начала строить Китайско-Восточную железную дорогу. В России Ли Хунчжана по понятным причинам любили: к его приезду в Москву в 1896 году в китайском стиле был оформлен чайный дом на Мясницкой. Известный русский писатель-востоковед Дмитрий Янчевецкий характеризовал этого влиятельного китайца как «человека, способного не только на тонкую хитрость, но и на самое грубое коварство и вероломство». Вместе с тем Янчевецкий и российское правительство видели в Ли Хунчжане «верного союзника, полагавшего, что в силу исторических и географических условий Россия является для Китая единственным естественным союзником, с которым он связан общей пограничной линией в девять тысяч верст и с которым он не вел ни одной правильной войны».

В 1896 году из России Ли Хунчжан отправился в турне по Европе, а затем — в Америку, где благодаря ему и было рождено блюдо *дацзахуэй*. Рассказывают, что, устраивая пышный банкет в США, Ли Хунчжан не рассчитал с едой: оказалось мало. Тогда сановник приказал поварам в срочном порядке приготовить рагу из всего, что оставалось на кухне. В ход пошли морские огурцы, жирные рыбы брюшки, ветчина, грибы, тофу и многое другое. Американские дипломаты остались в восторге от этого импровизированного блюда и спросили Ли, как оно называется. Сановник ответил: «Дацзасуй» (大杂碎, буквально — «мешанина», или «всего понакрошено»). Поскольку он говорил с сильным аньхойским акцентом, присутствующие восприняли название как *дацзахуэй* (大杂烩) — «всего понатушено». Оттуда и повелось название этого рагу.

Впрочем, сегодня многие оспаривают достоверность этой красивой истории. По альтернативной версии, рагу *дацзахуэй* родилось не на пышном банкете, а в стенах одной из затрапезных харчевен в Сан-Франциско. Говорят, что некий предприимчивый американец заставил работавшего в его ресторанчике китайского повара «сварганить что угодно, лишь бы

сошло за китайское блюдо». Необычной новинкой он рассчитывал привлечь больше клиентов. Позже специально под это яство придумали историю про Ли Хунчжана — это был маркетинговый ход.

В доказательство этой теории приводится описанный в 1904 году изданием *New York Times* казус. В одну из адвокатских контор пожаловал работавший поваром в Сан-Франциско уроженец провинции Гуандун — некий Лэм Сэн. С собой он принес ворох документов, доказывавших, что авторство ставшего знаменитым на все США китайского рагу принадлежит именно ему. Лэм Сэн потребовал, чтобы каждый ресторан, который готовит это блюдо, выплачивал ему гонорар. Этим требованиям так и не дали хода, однако сам факт попытки закрепить авторские права на *дацзахуэй* сохранился в истории.

Выступая с совершенно разными версиями происхождения этого яства, все историки кулинарии сходятся на том, что родилось оно на территории Соединенных Штатов, хотя и изобрели его китайцы. Сегодня это блюдо остается популярным в Америке под именем *chop suey*, а вот в меню аньхойских ресторанов в самом Китае оно так и не прижилось.



«Вонючий китайский окунь» — визитная карточка аньхойской кухни

Из выдающихся блюд аньхойской кухни стоит особо выделить «вонючего китайского окуня» — *чоу гуйюй* (臭鳜鱼). По сравнению с другими скверно пахнущими собратьями по китайской кухне, это яство не может похвастаться слишком агрессивным душком: его можно учуять разве что с полутора метров, а не за полквартилы, как это бывает с «вонючим тофу». Своеобразный аромат окунь приобретает в процессе хранения и доставки. В древние времена аньхойские рыбаки для сохранности складывали улов в деревянные или бамбуковые кадки с соленой водой. При таком хранении рыба сохраняла свежесть в течение нескольких дней, а ее плоть становилась

более упругой, приобретая, однако, весьма специфический запах. Впрочем, этот душок анхойскому окуню прощают за изумительный вкус и отличную консистенцию.

Желающим поближе познакомиться с анхойской кухней рекомендуем попробовать самостоятельно приготовить *тофу гор Багуншань* (八公山豆腐). В 2008 году Госуправление КНР по контролю за качеством продукции, проверке и карантину внесло это блюдо в Национальный реестр топонимических продуктов (есть в КНР и такие, называются 地理标志产品). Ингредиенты для этого блюда можно легко отыскать в России, процесс приготовления тоже довольно прост.

Тофу гор Багуншань

1. Готовим приправу: измельчаем 20 гр. хорошо вымоченных древесных грибов — муэр (木耳), также известных как «иудино ухо», 15 гр. очищенных креветок и 5 гр. зеленого лука. Если муэр не нашлось — не беда: эти грибы призваны придать блюду дополнительную «хрустинку» и цвет, а не аромат.
2. 250 гр. плотного тофу нарезаем брусочками размером с шоколадную конфету, даем стечь жидкости, обваливаем в крахмале или муке и обжариваем на среднем огне до золотистой корочки. Выкладываем на блюдо.
3. В оставшееся в сковороде после обжарки тофу масло помещаем подготовленную смесь из креветок, муэр и зеленого лука, быстро обжариваем на сильном огне, а в конце уменьшаем огонь и добавляем немного соевого соуса, воды и чуть-чуть крахмала, чтобы получилась умеренно густая подлива.
4. Полученной подливой заливаем обжаренный тофу.

Блюдо готово!

Все эти кулинарные искусства анхойцы запивают местной водкой «Старый колодец» (古井贡, «Гуцзингун»). Производители утверждают, что она готовится по самому древнему из дошедших до наших дней рецептов, который датируется 196 годом н.э. «Старый колодец» входит в список восьми знаменитейших алкогольных напитков современного Китая (中国八大名酒). В отличие от своих «собратьев» по списку вроде водок «Маотай» или «Улянъе», стоит он не так дорого. Добрую бутылку «Старого

колодца» можно приобрести за пятьдесят юаней. Конечно, существуют и более дорогие версии этого напитка.

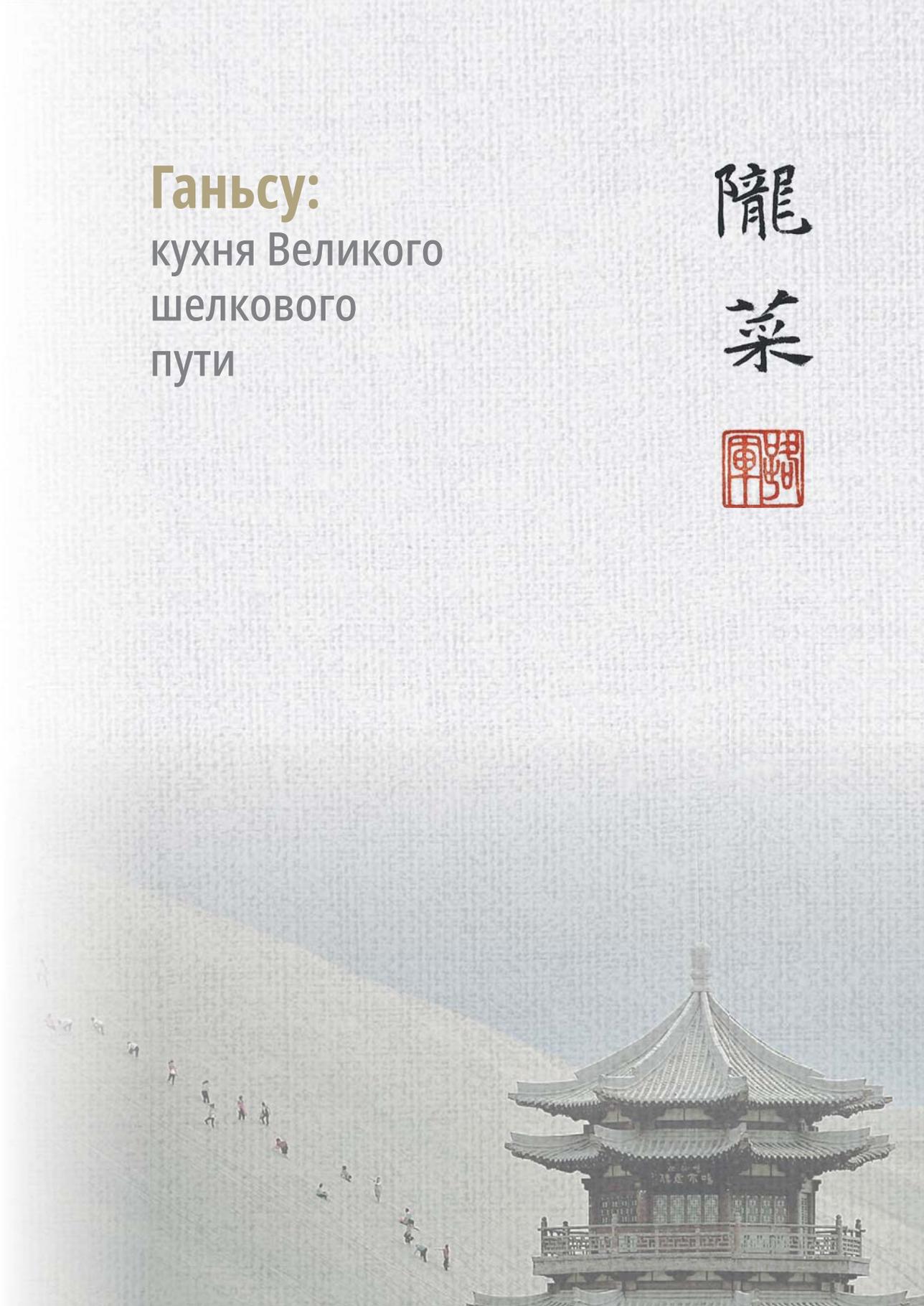
Кстати, эта водка завоевала и международное признание: с 2017 года она является официальным напитком секретариата Шанхайской организации сотрудничества — ее смогли по достоинству оценить дипломаты из России, Индии, Казахстана и других стран «шанхайской восьмерки».

Еще одна «вино-водочная» гордость провинции Аньхой — водка «Коуцзыцзяо» (口子窖), которая, по утверждению местных жителей, является самой ароматной во всей Поднебесной. Местные рассказывают: в старые времена, когда этот напиток из Аньхоя привозили в Нанкин, аромат распространялся по всему городу, и сильный запах не могли сдержать даже плотно запечатанные бамбуковые ящики, в которые упаковывали бутылки с этим горячительным напитком. Впрочем, многие считают это весьма сомнительным преимуществом. Водку эту также называют «перегарной»: даже при минимальной дозе велика вероятность того, что пахнуть от вас будет и на следующее утро — настолько терпкий у напитка аромат.

Наши соотечественники, жившие в Китае на рубеже XX–XXI веков, прекрасно помнят аньхойскую водку «Аньт» — уникальный в своем роде напиток с этикеткой на русском языке. Ее название произошло от китайского «Аньтэ» (安特) — «Аньхойская особая». Говорят, что этот напиток аньхойские предприниматели стали специально производить для бывших советских летчиков, многие из которых после распада Советского Союза потеряли работу и потянулись в КНР на заработки. Российские авиаторы никак не могли привыкнуть к специфическому аромату китайской водки, которая производится из гаоляна (сорго), и постоянно просили раздобыть для них «родной беленькой». Местные предприниматели увидели в этом возможность хорошо заработать, ведь в 90-е годы прошлого столетия в Китай ехали не только отряды российских летчиков, но и множество «челноков», которые создавали большой спрос на местном алкогольном рынке. Удовлетворить его было решено именно за счет «Аньхойской особой» — самой простецкой, без изысков, пшеничной водки, которая по вкусу ничем не отличалась от российской, а стоила при этом в разы дешевле импортных «собратьев». В начале века «Аньт» подавалась в любом ресторане русской кухни в КНР и даже экспортировалась на Дальний Восток РФ. Впрочем, сегодня ее популярность сошла на нет. Ее практически не найти ни в русских ресторанах, ни на прилавках русских магазинов Китая — она стала «артефактом из девяностых», который покупают лишь затем, чтобы «вспомнить былое». ●

Ганьсу:
кухня Великого
шелкового
пути

隴
菜



甘肃：
丝绸之路上的美味

隴
菜



Провинция Ганьсу — край, где сосредоточено множество знаменитейших памятников Великого шелкового пути. Именно здесь располагаются гроты Могао — древнейший и крупнейший из сохранившихся буддийских пещерных храмовых комплексов, который на протяжении веков сооружали торговцы, молящиеся о добром пути. В Могао насчитывается 735 рукотворных пещер, где стоят 2000 изваяний будд. Общая площадь фресок достигает 45000 м² — это равняется площади шести футбольных полей. Именно в Ганьсу находится «первая таможня Поднебесной» — древняя застава Янгуань, в песках окрест которой до сих пор покоятся несметные сокровища похороненного пустынной бурей огромного императорского каравана династии Хань (206 г. до н.э. — 220 г. н.э.).

Именно эти края стали местом пересечения культур на древнем торговом пути. Здесь смешивались кулинарные традиции Китая, Центральной Азии и арабского мира, на стыке которых и родилась кухня провинции Ганьсу — *лун цай* (陇菜). От традиционно китайской кулинарной школы она унаследовала любовь к соевому соусу, имбирю и луку-порею, от центрально-азиатской — любовь к баранине, от ближневосточной — халяльную традицию. Тон в местной кухне задают хуэйцы — представители национальности, которая сама является «продуктом» Великого шелкового пути: это окитаившиеся потомки арабских и персидских купцов.

Лун цай в Китае прежде всего ассоциируют со знаменитейшей лапшой в говяжьем бульоне из города Ланьчжоу — *Ланьчжоу нюжоу ламянь* (兰州牛肉拉面). Местные раскладывают содержимое блюда по цветовой гамме: прозрачный (бульон), белый (нарезанная полукруглыми дольками редька), красный (кусочки говядины и приправа из рубленого перца чили), зеленый (семена тмина и зеленый лук) и желтый (лапша).

Блюдо было изобретено порядка двухсот лет назад, а сегодня стало популярным не только в Ганьсу, но и во всем Китае. В Ланьчжоу эту лапшу подают везде, даже в кофейнях. По состоянию на 2010 год в городе насчитывалось 1099 лапшевен, каждая из которых продавала в среднем по восемьсот плошек лапши в день. А по всей КНР ланьчжоускую говяжью лапшу подают в более чем 30 000 заведений. Объем национального рынка этого блюда в 2018 году оценен в 60 млрд юаней (более \$9 млрд).

Обслуживают в ланьчжоуских лапшевнях очень быстро: на приготовление одной порции уходит около минуты, а рекорд принадлежит местному мастеру Ма Дэлуну, который разбивает кусок теста в тончайшие нити лапши всего лишь за шесть секунд. За высокую скорость обслуживания харчевням,

подающим ланьчжоускую лапшу в говяжьем бульоне, в 1999 году присудили официальное звание «первого фаст-фуда КНР».

Лапша в Ганьсу — это целый пласт культуры и даже бизнеса. Для представителей народности хуэй продажа лапши, или рамэна, — один из основных видов заработка. Как в любом бизнесе, здесь существуют свои неписанные правила. Так, одна лапшевня должна находиться на расстоянии не менее тридцати метров от другой, чтобы не создавать ненужной конкуренции. Нарушившим правила грозит физическая расправа. Именно так произошло в 2016 году в Шанхае, где из-за лапшевни, расположенной «не по понятиям», разразились настоящие «макаронные войны» с погромами и битьем физиономий. Покусившегося на святое владельца «неправильной лапшевни» чуть было не линчевали. К счастью, обошлось без жертв: вовремя вмешалась полиция.



Продажа лапши —
один из основных
видов заработка

В 2017 году у заведующих лапшевным бизнесом хуэйцев в Шанхае появился новый конкурент: полностью автоматизированные робо-лапшевни, которым никакие правила не писаны. Похожие на банкоматы устройства не просто заливают кипятком лапшу быстрого приготовления — они подают клиентам плоскую полноценной свежей лапши, причем делают это всего за 45 секунд и 10 юаней (\$1,2). Суть работы робо-лапшевни такова. Внутри автомата в замороженном виде хранятся полуфабрикаты. Получив заказ, машина быстро размораживает все ингредиенты и заливает их горячим бульоном — менее чем через минуту плоская ароматного рамэна подается клиенту вместе с палочками. Такие автоматы мгновенно завоевали популярность во многих бизнес-центрах, у резидентов которых зачастую нет времени на полноценный обед. В день каждая робо-лапшевня продает

до 120 площадок лапши. Появление новых конкурентов владельцы традиционных лапшевен восприняли весьма сдержанно. Кулинарные критики замерли в ожидании развития ситуации, многие пророчат появление течения неолуддитов в сфере лапшевного бизнеса.

Впрочем, наблюдатели сходятся во мнении, что даже попытки роботизировать приготовление ланьчжоуской говяжьей лапши не лишат ее души, ведь это блюдо стало целым социокультурным феноменом. Сегодня *Ланьчжоу нюжоу ламянь* — это и инструмент социальной политики, и даже атрибут дипломатии. Так, обучение мастерству приготовления этого блюда с 2018 года вошло в список мер по ликвидации бедности в провинции Ганьсу. Для просиживающих без работы женщин из небогатых сельских уездов открыли специальные трехмесячные мастер-классы по приготовлению ланьчжоуской говяжьей лапши. Им не просто устроили «уроки одного блюда» — обучили также тонкостям менеджмента и ресторанного бизнеса. Эта наука дала шанс многим беднейшим деревенским семьям открыть свои маленькие лапшевни и зарабатывать на достойную жизнь.



Ланьчжоуская лапша в говяжьем бульоне — главная знаменитость кухни провинции Ганьсу

Это яство стало также «кулинарной визитной карточкой» китайской интеграционной инициативы «Один пояс, один путь». 25 января 2018 года был учрежден Международный альянс ланьчжоуской лапши стран «Одного пояса, одного пути». Такое необычное международное объединение появилось не без оснований: в последние годы популярность лапши из Ланьчжоу стремительно растет во всем мире. Так, торгующая этим блюдом сеть «Цзиньвэйде» (金味德) располагает ресторанами в сорока с лишним странах мира, в том числе в России, США, Японии, Австралии и Республике Корея. Политика глобальной экспансии этого «лапшевного стартапа» оказалась

крайне эффективной: компания не просто выносит свои операции за рубеж, а приглашает иностранцев, желающих открыть лапшевню, к себе на обучение. С 2010 по 2018 год «Цзиньвэйдэ» провела тренинги для тридцати с лишним тысяч иностранцев и китайцев, желающих овладеть мастерством приготовления *Ланьчжоу нюжоу ламянь*.

Ланьчжоу знаменит не только своей лапшой, но и растущими здесь лилиями, луковицы которых считают самыми нежными и ароматными в Поднебесной и с удовольствием употребляют в пищу. Их начали широко культивировать в этих краях в XVII веке, а позже стали поставлять специально к императорскому двору. Выращенные окрест Ланьчжоу луковицы лилий — *Ланьчжоу байхэ* (兰州百合) — не горчат и насыщены полезными веществами: в них содержится столько же витамина B2, сколько в говяжьей печени, они очень богаты цинком, протеинами и аминокислотами. *Ланьчжоу байхэ* обычно подают тушеными — под соусом из боярышника или приправленными медом. Это блюдо идеально подходит для местной ветреной сухой погоды, поскольку хорошо увлажняет дыхательные пути и защищает легкие.



Луковицы лилий с медом прекрасно защищают легкие от сухих пустынных ветров

В этих же целях используется еще одно знаменитое местное яство — «горячая груша» *жэ дунго* (热冬果). Оно представляет собой подобие компота из груш с добавлением фиников, виноградного сахара и целебных трав традиционной китайской медицины. Предание гласит, что его изобрел во времена династии Тан (VII–X вв.) один из высокопоставленных вельмож, чья престарелая матушка сильно простудилась. Старушке было невозможно пить горький целебный отвар, поэтому заботливый сын решил подсластить его, добавив груши. Такой «лекарственный компот» оказался прекрасным отхаркивающим средством и стремительно обрел популярность при императорском дворе как лекарство от простуды. Позже рецепт

эволюционировал, и *жэ дунго* стал излюбленным зимним десертом, который согревает легкие и увлажняет дыхательные пути по зимней пустынной суши в провинции Ганьсу.



Жэ дунго —
лекарство,
превратившееся
в десерт

В наследство от кухонь Центральной Азии местной кулинарной традиции достался жаренный на углях барашек *као цюаньян* (烤全羊). Им здесь обычно встречают почетных гостей. К барашку подается приправа из соли и молотого черного, красного и белого перцев: черный и красный усиливают аромат, а белый сбивает характерный запах баранины. Однако главный секрет полного раскрытия вкуса барашка в том, что его непременно закусывают зубчиками сырого чеснока. Ценители обычно сразу требуют к мясу целую головку чеснока.



Жареного барашка
в Ганьсу непременно
заедают чесноком

На званых банкетах к *као цюаньян* подают крепкую водку. Однако с возлияниями нужно быть крайне осторожным. Поскольку бараний жир обволакивает стенки желудка и кишечника, алкоголь всасывается довольно медленно — можно выпить очень много, практически не пьянея. Однако, когда жир растворяется, наступает мощный «алкогольный удар» — настолько сильный, что у многих не выдерживает сердце. Местные с такой ситуацией хорошо знакомы, поэтому барашка предпочитают запивать не водкой, а чаем.

Знаменитейший из местных чаев называется *саньпаотай* (三炮台, дословно — «трехъярусная пушечная башня»). Название его пошло от пиалы, в которой подается напиток. Она состоит из трех элементов: блюда, самой чашки и крышки. Чай в таких пиалах заваривают с добавлением различных сухофруктов, которыми изобилует Ганьсу. Такой напиток отлично согревает в холода, тонизирует и спасает от обезвоживания — он незаменим в условиях местного засушливого климата. Рецептов заварок — великое множество. Самый популярный — «чай восьми сокровищ», *бабао ча* (八宝茶): чайный лист заваривают с добавлением фиников, дерезы, грецкого ореха, лонгана, кунжутных семян, изюма и виноградного сахара. ●



Гуандун:

познакомившая мир
с китайской кухней



粵
菜

