

Культурный шок. Заметки об Англии. Домашняя еда

Об английской кухне до поездки я знала немного: так мало, что даже предубеждений толком сформировать не удалось. Знала про shepherd's pie, fish and chips и endless cups of tea. За кухню всей Великобритании я отвечать не стану, а расскажу только о том, как и чем меня кормили в принимающей семье.

Завтрак (Breakfast)

В питании моей принимающей семьи меня больше всего поразила размеренность жизни и невероятная пунктуальность как Claire, хозяйки, которая готовила все блюда, так и остальных членов семьи.

Завтрак для нас, гостей, всегда начинался не позднее восьми утра, т.к. в 8:25 Martin, глава семьи, уезжал на работу и по дороге завозил нас в школу. К восьми утра стол уже был полностью накрыт: помимо столовых приборов, на столе стояло полдюжины пачек с различными хлопьями для завтрака, графины с минеральной водой, молоком - для чая и мюсли - и апельсиновым соком, хлеб, горячие круассаны, тосты, "легкое" масло, джем. Заслышав шаги одного из нас по лестнице, Claire наливала чашку чая и приносила ее к месту за столом.

Мы с Максом обычно ревниво делили горячие круассаны (на которые члены семьи не претендовали), а также проводили эксперименты над собственным здоровьем, смешивая различные виды мюсли и заливая их молоком. Тосты с маслом и джемом я ела так и не научилась: наесться ими невозможно, остаются толь-

ко вкус подгорелого хлеба во рту и многочисленные крошки (если "повезет", то и капля джема) на одежде.

По будням за завтраком приходилось спешить, чтобы не опоздать со сборами к моменту отъезда Мартина. По выходным можно было вставать попозже (если не надо было уезжать на экскурсию) и завтракать не спеша, в гордом одиночестве. Долгое время меня удивляло, как Claire удается так рано встать, чтобы накрыть стол до нашего прихода. Вернувшись однажды домой в четыре часа утра и обнаружив, что стол в столовой уже накрыт (за исключением напитков, масла и хлеба), я догадалась, что стол на завтрак накрывают еще с вечера. Восхитительный пример эффективного управления домашним хозяйством.

Обед (Lunch)

Обедала я в основном в школьной столовой (о чем позднее - в заметке про общепит), но, так как мне было интересно, я расспрашивала семью о том, чем питаются на обед они. Оказалось, что обед - в отличие от наших обычаев - у них не является главным приемом пищи дня. Они не едят на обед суп, а ланч из трех блюд - это редкость. Чаще всего они обедают сэндвичем с напитком, или перекусывают легким салатом. Время ланча - с двенадцати до часу дня. Протянуть до ужина можно только с помощью бесконечных чашек чая.

Чай (Afternoon tea)

Чай, действительно, пьют все и везде, но далеко не всегда. Чай на завтра-

к, чай на работе, чай по приходу домой, но нет - чаю после ужина.

Чай многие предпочитают пить с молоком. Адептов черного несладкого чая я не встречала. Когда мне в первый раз предложили налить молока в чай, я согласилась, но опрометчиво отказалась от сахара. Несладкий чай с молоком оказался на вкус самыми настоящими помощниками. Вежливо давяс предложенным напитком, я очень удивлялась, как же кто-то может пить это больше одного раза в жизнь. Секрет крылся в добавлении сахара: подслащенный чай с молоком или сливками пьется совсем по-другому.

Приятно было вечером, переступив через порог моего временного дома, услышать от хозяйки "Would you like a cup of tea?". Если есть разрешалось только в столовой, то кружку с горячим чаем можно было унести в свою комнату, достать припрятанный от собаки шоколад (и об этом позже) и насладиться импровизированным полдником. Кстати, я ни разу не видела, чтобы Claire пользовалась заварным чайником - только пакетики для каждой отдельной кружки.

Ужин (Dinner)

Ужин проходил всегда в одно и то же время: половину седьмого вечера и на него собиралась вся семья. Ужин проходил сравнительно неторопливо - около часа. Нас, студентов, обязательно спрашивали, как прошел день, какие у нас планы на вечер, заводили разговоры на отвлеченные темы - напри-



мер, о президенте России или жизни в Лондоне.

Поддача блюд на стол у Claire была рассчитана с точностью до минуты. Готовила она все сама, но накрывать на стол помогали все без исключения. Салфетки, свечи, бокалы для вина - выглядело это почти как в сказке. Тарелки к ужину предварительно подогревали в печи, чтобы еда не остывала очень быстро: обычная температура столовой была градусов 17. К столу обязательно подавали минеральную воду в графине, остуженную до такой температуры, что от нее ныли зубы, и вино.

Ужин начинался с салатов - от простых зеленых до необычных с морепродуктами - и гарниров (обычно вареной молодой моркови, зеленого горошка, вареного или печеного картофеля). Как только каждый набирал себе достаточное количество гарнира или салата, Claire вы-

носила из кухни основное блюдо - рыбу, птицу или мясо - на большом подносе, с которого каждый мог взять столько, сколько ему было необходимо.

Во время еды из-за стола вставала только Claire - принести что-то еще из кухни. Остальные не покидали своих мест до тех пор, пока все не закончат есть. Завершающим блюдом был десерт. Все тарелки возвращались на кухню, выносили новые тарелки или порционные формочки с десертом. Во время десерта самые топорливые уже могли извиниться и встать из-за стола, но десерты обычно стоили того, чтобы задержаться. Claire готовила замечательные сладости, каждый вечер разные, и повторила один и тот же десерт за месяц только однажды - в день перед отъездом Макса. Специально для него она приготовила десерт из ревеня, который ему очень понравился в предыдущий раз.

По субботам ужин проходил в неформальной атмосфере. Стол в столовой не накрывали, а рассаживались в креслах и на диване в гостиной - каждый со своей тарелкой в руках. Во время ужина по телевизору шло какое-то музыкальное шоу, которое очень нравилось хозяйкам, поэтому субботний ужин проходил перед экраном телевизора. Bertie, английский сеттер, которого в столовую обычно просто не пускали, умилительно кланчил еду у студентов. К хозяйкам не подходил: знал, что не дадут.

После ужина одобрялась небольшая помощь по дому: всего-то навсего надо было донести свою тарелку и стакан до раковины, ополоснуть и положить в машину для мытья посуды. Недоеденное - включая, бывало, почти непечатое блюдо с вареными овощами - просто выбрасывали.

НАЧНИТЕ ПРЯМО СЕГОДНЯ!

- Пейте побольше воды. Вода не содержит сахара, кофеина или жиров, которые входят в состав большинства газированных напитков и напитков на молоке. Кроме того, вода способствует очищению и лучшей работе пищеварительной системы, а также очень полезна для здоровой, "сияющей" кожи.

- Готовьте мясо на гриле вместо того, чтобы жарить - это поможет снизить содержание жира, но совсем не повлияет на вкус мяса.

- Отдавайте предпочтение здоровым закускам! Вместо того, чтобы перекусить печеньем или чипсами, лучше съешьте какой-нибудь свежий фрукт. Сезонные фрукты, отличающиеся наиболее насыщенным вкусом, могут стать отличным лакомством.

- Зимой приготовьте суп из нескольких разновидностей овощей - картофеля, лука, репы.



- Зимой приготовьте суп из нескольких разновидностей овощей - картофеля, лука, репы.

- Не останавливайтесь на одном и том же наборе

- Зимой приготовьте суп из нескольких разновидностей овощей - картофеля, лука, репы.

- Зимой приготовьте суп из нескольких разновидностей овощей - картофеля, лука, репы.

- Добавьте витаминов и питательных веществ к пище, добавив овощей в ее верхний слой; старайтесь выбирать пиццу с по-

- Добавьте витаминов и питательных веществ к пище, добавив овощей в ее верхний слой; старайтесь выбирать пиццу с по-

- Добавьте витаминов и питательных веществ к пище, добавив овощей в ее верхний слой; старайтесь выбирать пиццу с по-

- Добавьте витаминов и питательных веществ к пище, добавив овощей в ее верхний слой; старайтесь выбирать пиццу с по-

- Добавьте витаминов и питательных веществ к пище, добавив овощей в ее верхний слой; старайтесь выбирать пиццу с по-

- Добавьте витаминов и питательных веществ к пище, добавив овощей в ее верхний слой; старайтесь выбирать пиццу с по-

- Добавьте витаминов и питательных веществ к пище, добавив овощей в ее верхний слой; старайтесь выбирать пиццу с по-

- Добавьте витаминов и питательных веществ к пище, добавив овощей в ее верхний слой; старайтесь выбирать пиццу с по-

- Добавьте витаминов и питательных веществ к пище, добавив овощей в ее верхний слой; старайтесь выбирать пиццу с по-

- Добавьте витаминов и питательных веществ к пище, добавив овощей в ее верхний слой; старайтесь выбирать пиццу с по-

- Добавьте витаминов и питательных веществ к пище, добавив овощей в ее верхний слой; старайтесь выбирать пиццу с по-

- Добавьте витаминов и питательных веществ к пище, добавив овощей в ее верхний слой; старайтесь выбирать пиццу с по-

- Добавьте витаминов и питательных веществ к пище, добавив овощей в ее верхний слой; старайтесь выбирать пиццу с по-

- Добавьте витаминов и питательных веществ к пище, добавив овощей в ее верхний слой; старайтесь выбирать пиццу с по-

- Добавьте витаминов и питательных веществ к пище, добавив овощей в ее верхний слой; старайтесь выбирать пиццу с по-

- Добавьте витаминов и питательных веществ к пище, добавив овощей в ее верхний слой; старайтесь выбирать пиццу с по-