

Личности

Пракаш Мишра

Как се прави индийска храна в България и защо един индиец отваря ресторант с българска кухня в София



Представи се за нашите читатели, откъде си, къде си учил?

Казвам се Пракаш и съм роден в Индия, в Ню Делхи. Завършил съм тригодишен курс по хотелски мениджмънт и кулинария, а след това получих мастерска степен в кулинарията от Пуса институт по кулинарни изкуства в Ню Делхи. След това работих в различни хотели в Индия и в чужбина, основно за Тадж интернешънъл, като представях индийската кухня в Южна Корея и Лондон. През 2008 отворих ресторанта си тук, в София.

Как реши да станеш готвач?

Всъщност не исках да ставам готвач, а спортист. Много исках да играя крикет, но в Индия това е голямо предизвикателство и е свързано с много разходи. Така че изоставих тази мечта и започнах да уча кулинария.

В семейството ти има ли кулинарна традиция?

Не и в традиционния смисъл, но някои мои роднини работят в тази сфера, примерно братовчед ми е кулинар, а чичо ми е в хотелската индустрия.

Какъв вид храна обичаш да приготвяш най-много?

Обичам да приготвям всичко. Да готвиш всеки ден, е наистина трудно, особено с технологиите, които се развиват с бързи темпове всеки ден и непрекъснато нещо ново се случва на кулинарната сцена. Но най-много харесвам да приготвям традиционна индийска храна и да я сервирам по съвременен, модерен начин.

А кое е твоето любимо ястие?

Любима ми е домашно приготвената храна, най-вече спанакът, лещата, фасулът, оризът. Не съм голям почитател на месото, или по-точно спрях да ям месо в последните 6-8 месеца.

Готвиш ли у дома?

О, разбира се, винаги когато имам време, готвя у дома, и то най-вече българска кухня.

Харесва ли ти някоя от европейските кухни?

Разбира се, харесвам много италианската и френската кухня, особено храната, приготвена модерно. Много харесвам готвачите, които имат звезди Мишлен, и следя отблизо тяхната работа.

Как реши да гоиш в България?

О, това е дълга история! Но накратко, докато работех в Мумбай, срещнах един човек, който ми предложи да гоида и да работя в екипа му тук, в България. И така, работих за него около две години, след което отворих собствен ресторант.

Харесваш ли българската храна?

Харесах българската кухня от първия ден, в който гоидох тук. Но сега я харесвам още повече, толкова, че дори последната година отворих мой ресторант за бързо хранене с българска кухня (*сmee се*). Научавам все повече за вашата кухня всеки ден, тя е много вкусна наистина. Най-много харесвам сарми, миш-маш, гювеч, боб чорба. Единственото нещо, с което не можах да свикна, е шкембе чорбата!

Пълнен патладжан с доматиен сос и чеснова раита (Бегън е бахар)

ПОРЦИИ 4

1 голям патладжан, около 500 г
100 г картофи
300 г панир (индийско сирене)
пресен кориангър или магданоз
олио или зехтин
1 ч.л. нишесте

ЗА ДОМАТЕНИЯ СОС

200 г домати
1 ч.л. макови семена
½ ч.л. кимион на зърна
1 ч.л. пресен гжинджифил, ситно нарязан
80 г кромид лук
1 с.л. сметана
½ с.л. сладък червен пипер
1 с.л. сминдух
20 г кориангър, нарязан

ЗА ЧЕСНОВАТА РАИТА

150 г кисело мляко
1 ч.л. пържен чесън
сол

1. Нарезете патладжана на филии около 1 см, отцедете и изгълбайте сърцевините. Сварете картофите и ги настържете, смесете с настържаното сирене и разбъркайте добре заедно с кориангъра, солта и нишестето. Готовата смес напълнете в патладжанените шайби. Запържете ги от двете страни до златисто.
2. Пригответе соса: запържете семената от мак и кимион, докато започнат да пукат. Добавете нарязаните на ситно лук, домати и гжинджифил, червения пипер и сминдуха, и пържете до съгъстване. Накрая добавете кориангъра и сметаната.
3. За чесновия сос смесете продуктите и разбъркайте добре. Сервирайте ястието полято със соса.



Бяла риба с кориандър и чери домати (Джаниа мацци)

ПОРЦИИ 4

800 г филе от бяла риба (хек)
150 г пресен кориандър или магданоз
2 зелени чушки
50 г пресен джинджирил
50 г чесън
80 г нахутено или пшенично брашно
4 с.л. лимонов сок
150 мл зехтин
400 г чери домати
1 ч.л. сусам (черен и бял)
1 ч.л. семена от лук

1. Пасирайте 100 г от кориандъра, чушките, джинджирила, чесъна и лимоновия сок и с готовата паста маринирайте рибата. Оставете да престои 6 часа.
2. Оваляйте парчетата риба в нахутеното брашно и панирайте в нагорещения зехтин. Извадете върху салфетка. Добавете в тигана сусама и лучените семена и ги запържете. Добавете чери домати, върху тях поставете останалия кориандър, посолете. Варете под капак за около 5 минути, сервирайте като гарнитурата към рибата.

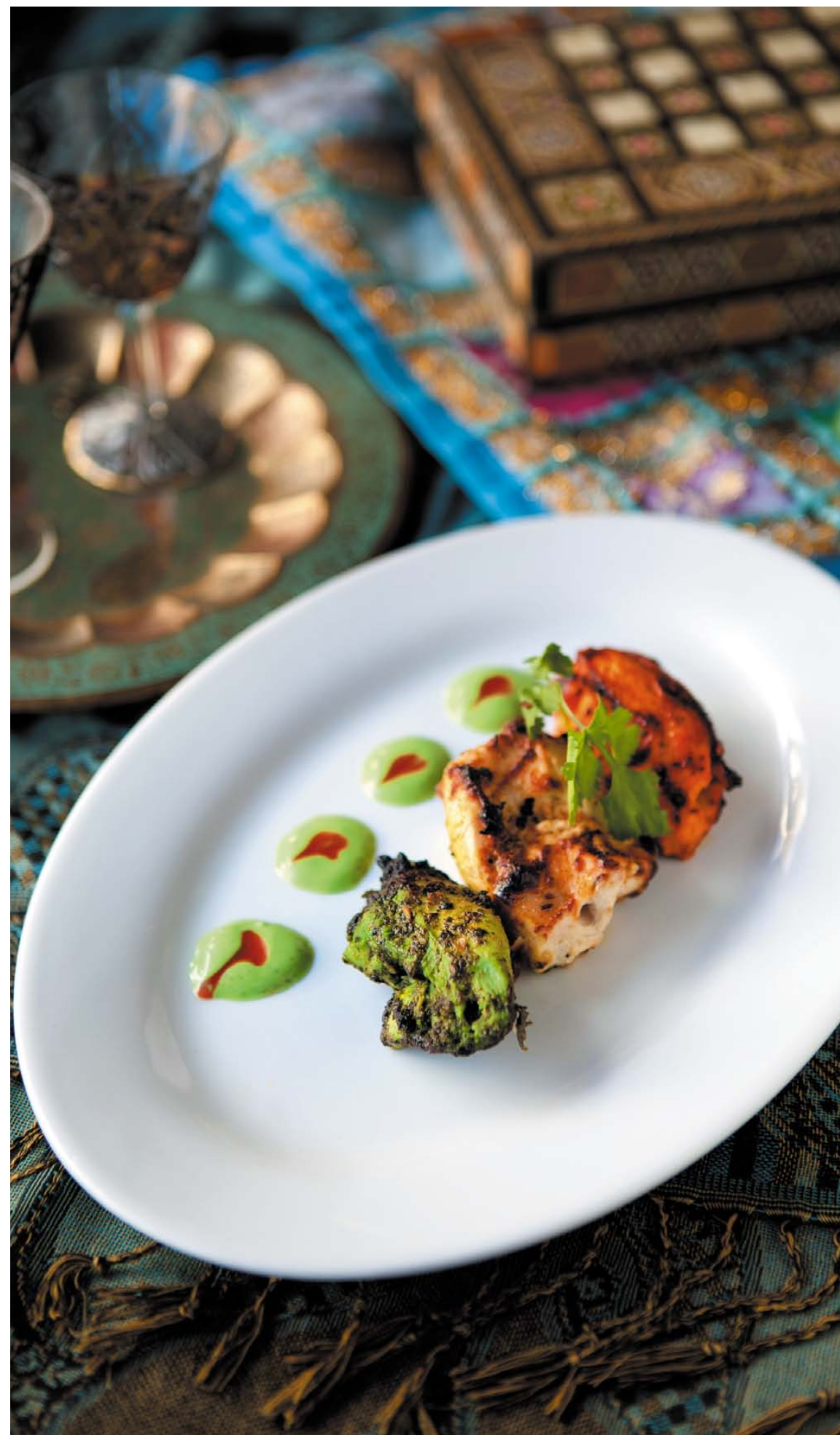


Кебап от сладки картофи (Сахар канду кебаб)

ПОРЦИИ 4

500 г сладки картофи
30 г джинджирил
2 зелени люти чушки
1 връзка пресен кориандър или магданоз
100 г нахутено брашно
1 ч.л. смлян кимион
½ ч.л. смлян кардамон
100 г кромид лук
100 г царевица
150 г масло (зехтин)
150 г моркови

1. Сварете сладките картофи, обелете ги и ги смачкайте. Добавете към тях ситно нарязания лук, нарязания джинджирил, чушката, почистена от семките и ситно нарязана, кориандъра, нарязан на ситно. Запържете нахутеното брашно в масло, добавете кимиона, кардамона, подправете със сол. Смесете с картофената смес и зърната царевица.
2. Оформете като овални крокети около пръчка от леко сварен морков и изпържете в нагорещено олио до зачервяване.



Пиле с три различни вкуса (Мург тика трайо)

900 г пилешко филе

МАРИНАТА ТАНДУРИ ТИКА
100 г цедено кисело мляко
1 с.л. сладък червен пипер
½ с.л. гарам масала
15 г сминдух
50 г сметана

МАРИНАТА ИЛАЙЧИ МАЛАЙ ТИКА
100 г цедено кисело мляко
70 г топено сирене
50 г сметана
½ ч.л. сол
½ ч.л. смлян кимион
1 ч.л. смлян кардамон
пресен кориандър или магданоз

МАРИНАТА ТУЛЦИ ДАНИЯ КА ТИКА
100 г цедено кисело мляко
50 г топено сирене
60 г зелен кориандър
40 г босилек
4 скилидки чесън

1. Нарезете пилешкото филе на кубчета около 2-3 см. Смесете продуктите за първата марината и маринирайте цялото пиле. Оставете да престои 6 часа.
2. Смесете продуктите за втората и третата марината, като направите паста от зелените подправки. Разделете пилешкото на три части. Първата оставете в собствената марината, втората смесете в марината илайчи малай тика (марината 2), а третата част в марината тулци дания ка тика (марината 3).
3. Оставете да престои още 2 часа и изпечете нанизани на шиш в тандур (индийска вертикална фурна) или обикновена фурна на 300°C.