

Max Paradox

PROBLEM? WYLUZUJ. OGARNIESZ TO!

Seria poradników z przymrużeniem oka ;)

Gotowanie Miało Być Proste, Dopóki Nie Trzeba Było Gotować

**Jak nauczyć się kilku pewnych dań, ogarnąć
kuchenne podstawy i jeść normalnie bez
zostawiania człowiekiem, który marynuje cebulę
przez trzy dni**



**Mamy problem. Ale spokojnie.
Da się go rozwiązać i jeszcze będzie z czego się pośmiać.**

Gotowanie Miało Być Proste, Dopóki Nie Trzeba Było Gotować

Jak nauczyć się kilku pewnych dań,
ogarnąć kuchenne podstawy i jeść
normalnie bez zostawiania człowiekiem,
który marynuje cebulę przez trzy dni

Max Paradox

PROBLEM? WYLUZUJ. OGARNIESZ TO!

SPIS TREŚCI

INTRO	5
Rozdział 1 - Nie umiem gotować, czyli co właściwie?	10
Rozdział 2 - Przepis to mapa, nie test posłuszeństwa	18
Rozdział 3 - Ogień nie ma ustawienia „jakoś to będzie”	26
Rozdział 4 - Pełna lodówka nie jest planem obiadowym	34
Rozdział 5 - Nie potrzebujesz czternastu noży i palnika do crème brûlée	43
Rozdział 6 - „Nie mam czasu gotować” ma kilka różnych znaczeń	52
Rozdział 7 - Smak nie pojawia się od samego patrzenia na przyprawy	61
Rozdział 8 - Najgorszy moment na eksperyment to pięć minut przed przyjściem gości	70
Rozdział 9 - Pięć dań, które ratują tydzień	81
Rozdział 10 - Obiad składa się z klocków, nie z objawienia	89
Rozdział 11 - Jedna patelnia naprawdę może wystarczyć	98
Rozdział 12 - Jak sprawić, żeby wszystko było gotowe mniej więcej razem	107
Rozdział 13 - Smażyć, piec, gotować czy dusić, czyli co właściwie zrobić z tym jedzeniem	116
Rozdział 14 - Zamrażarka to nie poczekalnia przed wyrzuceniem	126

Rozdział 15 - Gotowanie dla jednej osoby bez jedzenia garnka do piątku	137
Rozdział 16 - Jedna kuchnia, trzy apetyty i ktoś, kto nie je cebuli.....	146
Rozdział 17 - Nie każdy obiad musi być dowodem rozwoju osobistego	156
Rozdział 18 - Zanim znowu zaczniesz żyć na kanapkach, pojawia się kilka sygnałów	168
Rozdział 19 - Nie potrzebujesz planu idealnego, tylko takiego, który przeżyje czwartek	180
Rozdział 20 - Umiesz już wystarczająco dużo, żeby przestać się pytać, czy umiesz	190

INTRO

Jest 18:47. Otwierasz lodówkę i patrzysz na jej zawartość z nadzieją, z jaką archeolog patrzy na świeżo odkryty grobowiec. Gdzieś między musztardą, połową cytryny i jogurtem, którego data ważności wygląda jak informacja historyczna, powinien przecież znajdować się obiad. Masz jajka. Masz kawałek sera. Masz trzy marchewki, które najwyraźniej przeszły już na emeryturę, ale nadal formalnie pozostają warzywem. Masz też stół czegoś kupionego pół roku temu po obejrzeniu filmu pod tytułem „Pięć składników, które odmienią twoją kuchnię”. Nie pamiętasz, co to miało odmienić. Na razie odmieniło tylko układ półki.

Telefon podpowiada, że możesz przygotować „szybką kolację w 15 minut”. Wchodzisz więc w przepis. Pierwsze zdanie brzmi: „Najpierw przygotuj wcześniej upieczone pomidory confit”. Świetnie. Szybka kolacja zaczyna się od cofnięcia się w czasie do wczoraj. Dalej potrzebujesz świeżej bazylii, dwóch rodzajów sera, bulionu, który oczywiście masz już gotowy, oraz „garści prażonych orzechów piniowych”. Nie masz orzechów piniowych. Do tej pory nie wiedziałeś nawet, że ich brak może blokować człowiekowi kolację.

Zamykasz przepis. Otwierasz aplikację z dostawą.

I właśnie w tym miejscu wiele osób dochodzi do wniosku, że „nie umie gotować”. To brzmi jak cecha charakteru, trochę jak „nie mam słuchu muzycznego” albo „nie potrafię składać prześcieradła z gumką i już się z tym pogodziłem”. Tymczasem w większości codziennych sytuacji problem nie polega na tym, że człowiek jest biologicznie niezdolny do ugotowania obiadu. Problem polega na tym, że próbował

nauczyć się gotować w sposób, który wygląda znakomicie w internecie, a fatalnie działa o dziewiętnastej po pracy, kiedy jest głodny, zmęczony i właśnie odkrył, że cebula w domu istnieje wyłącznie jako wspomnienie.

Gotowanie zostało dziwnie opakowane. Z jednej strony słyszymy, że to banalnie proste. „Przecież tylko wrzucasz kilka rzeczy na patelnię”. Z drugiej strony otwierasz dowolny materiał kulinarny i po pięciu minutach ktoś redukuje sos, blanszuje fasolkę, emulguje dressing i mówi: „Teraz już tylko poprawiamy do smaku”. Do jakiego smaku? Skąd mam wiedzieć? Mój aktualny poziom poprawiania polega na tym, że wsypuję sól, próbuję, wsypuję jeszcze trochę, próbuję ponownie, a potem zaczynam się zastanawiać, czy ziemniaki można odsolić psychicznie.

Nie pomaga też sposób, w jaki wielu z nas zaczyna. Zamiast nauczyć się pięciu zwykłych dań, które da się przygotować bez odprawienia ceremonii przy kuchennym blacie, próbujemy zrobić coś „porządnego”. Kupujemy składniki do curry, ramen, domowej pizzy, pieczonego łososia z glazurą albo makaronu, którego nazwa brzmi tak włosko, że automatycznie czujemy się trochę niegodni. Przepis ma siedemnaście kroków. Trzy wykonujemy poprawnie. Cztery mniej więcej. Przy ósmym okazuje się, że mięso powinno marynować się dwie godziny. Jest 20:15.

Marynujemy więc nie mięso, tylko własną frustrację.

Potem zostaje pół opakowania pasty miso, łyżka kaparów, ćwierć pęczka kolendry i przekonanie, że gotowanie jest drogie, trudne oraz generuje bardzo specyficzne śmieci. Za tydzień znów zamawiamy jedzenie, bo przecież żeby gotować, trzeba „mieć pomysł”. Jakby normalna kolacja wymagała natchnienia. Nikt nie mówi: „Nie zrobię dziś prania. Nie czuję koncepcji artystycznej dla skarpet”. W

kuchni natomiast potrafimy stać dziesięć minut przed lodówką i czekać, aż z sera, jajek i papryki wyłoni się wizja.

Ta książka nie robi z ciebie szefa kuchni. I bardzo dobrze. Jeśli twoim celem jest nauczyć się przygotowywać sześciodaniowe menu degustacyjne z pianą z pietruszki, istnieją miejsca, w których potraktują tę ambicję z należytą powagą. Tutaj chodzi o coś bardziej przyziemnego i, dla większości ludzi, znacznie bardziej użytecznego: otworzyć lodówkę, podjąć sensowną decyzję i pół godziny później mieć coś, co można zjeść z przyjemnością, bez zamawiania pizzy awaryjnej i bez ukrywania patelni przed rodziną.

Żeby do tego dojść, nie potrzebujesz stu przepisów. Potrzebujesz kilku pewnych schematów. Trzeba wiedzieć, co można zrobić z jajkami, makaronem, ryżem, mięsem, warzywami i rzeczami, które zostały z wczoraj. Trzeba nauczyć się rozpoznawać kilka podstawowych momentów: kiedy patelnia jest już gorąca, kiedy makaron jest gotowy, kiedy czegoś jeszcze nie ruszać, choć wszystko w tobie krzyczy, żeby natychmiast zacząć mieszać. Trzeba też wiedzieć, co zrobić, kiedy poszło źle, bo pójdzie. Każdemu. Różnica między człowiekiem, który „umie gotować”, a tym, który uważa kuchnię za pomieszczenie z nieprzewidywalnym ogniem, często polega właśnie na tym, że pierwszy wie, które błędy są katastrofą, a które po prostu wymagają odrobiny wody, mniejszego ognia albo sera.

Zwłaszcza sera.

Największą ulgę daje odkrycie, że codzienne gotowanie nie jest konkursem kreatywności. Możesz jeść podobne rzeczy. Naprawdę. Jeśli masz trzy śniadania, cztery obiady i kilka prostych kolacji, które umiesz zrobić bez oglądania instrukcji niczym technik rozbrajający ładunek, jesteś w bardzo dobrej sytuacji. Restauracja musi zaskakiwać klienta.

Ty nie musisz zaskakiwać siebie we wtorek. We wtorek masz się najęść.

To oznacza również zgodę na rozwiązania, które nie wyglądają imponująco. Mrożone warzywa są warzywami. Gotowy bulion nie stanowi moralnej porażki. Fasola z puszki nie musi zostać własnoręcznie wychowana od nasiona. Jeśli posiekanie trzech warzyw sprawia, że rezygnujesz z gotowania, kup czasem pokrojone. Kuchnia ma ci pomagać żyć, a nie tworzyć dodatkową zmianę roboczą po pracy. Są rzeczy warte robienia od zera, bo smakują lepiej, kosztują mniej albo po prostu sprawiają przyjemność. Są też takie, przy których po czterdziestu minutach pracy odkrywasz, że zaoszczędziłeś dwa złote i zabrudziłeś urządzenie posiadające siedem elementów wymagających ręcznego mycia. To nie jest oszczędność. To hobby.

W tej książce będziemy więc oddzielać gotowanie od całego przedstawienia, które zdążyło wokół niego narosnąć. Nauczysz się budować posiłek z tego, co masz, zamiast kupować dziewięć nowych składników do każdej zachcianki. Dowiesz się, które podstawowe techniki naprawdę warto opanować, jak czytać przepis, żeby nie odkryć w połowie smażenia, że autor właśnie wysyła cię po blender, oraz jak planować jedzenie bez układania tygodniowego harmonogramu tak skomplikowanego, że potrzebuje własnego kierownika projektu. Będziemy też ratować rzeczy przesolone, przesuszone, niedopieczone i te, które „miały wyglądać trochę inaczej”.

Bo najważniejsza zmiana nie polega na tym, że od jutra zaczniesz kochać gotowanie. Możesz je lubić. Możesz go nie lubić. Możesz mieć do niego relację czysto użytkową: „Dzień dobry, potrzebuję obiadu, proszę bez zbędnych

emocji". To wystarczy. Chodzi o to, żeby kuchnia przestała być codziennym pytaniem bez odpowiedzi.

Na początek potrzebujesz tylko jednej rzeczy: nie kolejnego egzotycznego składnika, nie zestawu noży wyglądającego jak wyposażenie średniowiecznego najemnika i nie deski z drewna sprowadzonego z góry, na której raz padało.

Potrzebujesz kilku dań, które wychodzą.

Reszta może spokojnie poczekać. Cebula też. I naprawdę nie musi się marynować trzy dni.

Rozdział 1 - Nie umiem gotować, czyli co właściwie?

Stoisz przy kuchence z drewnianą łyżką w ręce i patrzysz na patelnię. Na patelni leży kawałek kurczaka. Kurczak patrzy na ciebie mniej więcej tak samo, choć biologicznie nie powinien. Przepis mówi: „Smaż na średnim ogniu do zrumienienia”. Średni ogień. Zrumienienie. Dwa określenia, które dla osoby umiejącej gotować brzmią banalnie, a dla początkującej są kulinarnym odpowiednikiem instrukcji: „Teraz wykonaj manewr poprawnie”.

Czy piątka na dziewięciostopniowej płycie to średni ogień? A może sześć? Czy „zrumieniony” znaczy złoty, brązowy czy taki, którego jeszcze nie trzeba zgłaszać straży pożarnej? Obracasz mięso. Jest blade. Czekasz. Obracasz ponownie. Nadal blade, ale za to przyklejone. Zwiększasz temperaturę, bo oczywiście problemem musi być za mało ognia. Po trzydziestu sekundach jedna strona wygląda jak element wyposażenia statku po wejściu w atmosferę, a środek nadal budzi pytania.

I wtedy powstaje zdanie:

„Ja po prostu nie umiem gotować”.

To bardzo wygodne zdanie, bo zamyka całe śledztwo. Nie trzeba już ustalać, czego dokładnie nie umiesz. Nie umiesz gotować. Koniec. Tak jak ktoś „nie umie w komputery”, bo raz zniknęła mu ikona z pulpitu, a ktoś inny „nie ma ręki do roślin”, ponieważ przez trzy miesiące nie podlewał paprotki i jest zaskoczony, że relacja się nie udała.

Problem w tym, że „gotowanie” nie jest jedną umiejętnością. To zestaw małych umiejętności, które z

daleka wyglądają jak jedna wielka, tajemnicza rzecz. Krojenie. Kontrola temperatury. Rozpoznawanie, czy coś jest już gotowe. Doprawianie. Łączenie kilku składników tak, żeby wszystkie skończyły mniej więcej w tym samym czasie. Czytanie przepisu zanim zaczniesz się gotować, a nie w trakcie, gdy cebula już dymi, makaron kipi, a punkt siódmy właśnie informuje, że teraz należałoby „odstawić sos na dwadzieścia minut”.

Nikt nie rodzi się z wiedzą, że cebula potrzebuje trochę czasu, czosnek zwykle znacznie mniej, a zimny kawał mięsa wrzucony na zatłoczoną patelnię może zacząć puszczać wodę zamiast efektownie się smażyć. To nie jest objaw kulinarnego geniuszu. To doświadczenie. Często zdobyte w bardzo elegancki sposób: ktoś zrobił źle, zjadł, zapamiętał i następnym razem zrobił trochę mniej źle.

Gotowanie zaczyna się poprawiać w chwili, gdy przestajesz oceniać siebie jako człowieka i zaczynasz diagnozować konkretny problem.

Nie: „Nie potrafię robić makaronu”.

Tylko: „Nie wiem, ile sosu potrzebuję do tej ilości makaronu i kiedy połączyć jedno z drugim”.

Nie: „Mięso mi nie wychodzi”.

Tylko: „Nie umiem jeszcze ocenić temperatury patelni i czasu obróbki”.

Nie: „Wszystko jest bez smaku”.

Tylko: „Doprawiam wyłącznie na końcu i boję się soli”.

To różnica większa, niż wygląda. Z „nie umiem gotować” nie bardzo wiadomo, co zrobić poza zapisaniem się na półroczny kurs albo zmianą osobowości. Z „nie wiem, kiedy przewrócić kotlet” da się już pracować. Można zobaczyć, po