

ТОМ ЯМ ГАЙД

все разновидности
и основы приготовления



АЛЕКСАНДР РОДИОНОВ



Введение

Изначально Том Ям — это кисло-острый суп на прозрачном бульоне. Позднее, под влиянием туризма, стали добавлять кокосовое молоко (сливки), что привело к разделению на два основных типа бульона:

Нам Сай: прозрачный бульон.

Нам Кхон: бульон на основе сливок (молока)

Дальнейшая классификация супа зависит от основного белкового ингредиента:

Том Ям Кунг: с креветками, родоначальник блюда. Изначально на прозрачном бульоне, затем появилась сливочная версия

Том Ям Пла: с рыбой, на прозрачном бульоне. Популярная версия у местных

Том Ям Тхале: с большим разнообразием морепродуктов и рыбы, на светлом или сливочном бульоне

Том Ка Гай: с курицей, традиционно на сливочном бульоне

Том Ям Ка Му: со свиной рулькой, на прозрачном бульоне

СОДЕРЖАНИЕ

ТОМ ЯМ ГАЙД

Ключевые специи	4
Этапы подготовки	5
Том Ям Тхале	7
Том Ка Гай	9
Том Ям Кунг	12
Том Ям Пла	14
Том Ям Ка Му	16

КЛЮЧЕВЫЕ СПЕЦИИ ТОМ ЯМ



Основу вкуса Том Ям составляют:

- Листья кафрского лайма (макрут)
- Лемонграсс
- Корень галангала (не заменять имбирём)
- Кинза (корни для бульона, листья для подачи)

Вторые базовые компоненты, по усмотрению и в зависимости от вида:

- Тайская чили-паста, сладковатая, по консистенции похожа на джем. При отсутствии часто заменяют на пасту Том Ям, которая является готовой суповой основой.
- Паста из тамаринда, которая имеет кислый привкус, чаще используется в прозрачных бульонах и со свининой
- Чили-перцы
- Рыбный соус
- Сок лайма
- Сахар (если паста или сливки не сладкие или отсутствуют)
- Кокосовые/обычные сливки, сухое или сгущённое молоко. Используется в версиях Нам Кхон
- Дополнительные топинги: грибы (белок и вкус), томаты (сладость и кислота) и различная зелень

ЭТАПЫ ГОТОВКИ ТОМ ЯМ



Процесс приготовления состоит из шагов:

1. Варка бульона-основы, в зависимости от вида — на панцирях креветок, остатках рыбы или костях. К ним для насыщенности добавляется куриный бульон (или кубик/порошок). Опционально: корни кинзы, лук-шалот (или обычный), дайкон для устранения нежелательных привкусов.
2. Ароматизация. Затем в процеженный бульон добавляют все травы и корни. Их традиционно оставляют в супе для украшения, но не едят. Я предлагаю объединять эти два этапа, затем фильтровать бульон, чтобы убрать все несъедобные компоненты.
3. Подготовка основных продуктов и доведение вкуса. В бульон вводятся сливки, чили-паста (если используются), рыбный соус, соль и сахар по вкусу, сок лайма. Добавляются грибы, мясная составляющая и варятся до готовности.
4. Подача. Посыпается листьями кинзы, дополнительной зеленью, чили. Подаётся с рисом жасмином и долькой лайма.



ТОМ ЯМ ТХАЛЕ (С МОРЕПРОДУКТАМИ)

НА 4-6 ПОРЦИЙ

ИНГРЕДИЕНТЫ

- 1,5 л бульона или воды (+ кубик)
- 400 мл кокосового молока (по желанию)
- 200 г грибов (цао гу, шампиньоны или вешенки)
- 12–18 шт. креветок
- 2–3 чили перца
- 1 луковица
- 20 г лемонграсса
- 20 г галангала
- 3–4 листа кафрского лайма
- 1 ст.л. чили-пасты или том ям
- 1 ст.л. рыбного соуса
- сок 1 лайма
- пучок кинзы

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Морепродукты почистить, помыть, при необходимости нарезать порционно. Оставить панцири, головы, обрезки. Лемонграсс, галангал, листья кафрского лайма порезать, помять, чтобы они дали сок. Луковицу нарезать крупно. Также можно добавить корни кинзы.
2. Все обрезки морепродуктов, травы и корни, лук залить водой или бульоном, довести до кипения. Варить на небольшом огне 15–20 минут. Затем бульон профильтровать.
3. Довести чистый бульон до кипения, добавить нарезанные грибы, перцы-чили, рыбный соус, пасту том ям или чили, сок лайма. Варить 7–10 минут.
4. Если используется кокосовое молоко, добавить его на этом шаге, довести до кипения. Добавить морепродукты, варить 5–7 минут. В конце или при подаче добавить томаты.

Подавать с кинзой, дольками лайма, рисом, доп. топингами.





ТОМ КА ГАЙ



Особенности приготовления

Для этого супа традиционно используют филе куриных бёдер, которое готовят первым. В качестве основы вместо воды берут куриный бульон.

Затем добавляют корни и травы, которые используются не для еды, а исключительно для аромата и подачи.

Первым этапом я предлагаю сварить бёдра на кости со специями до готовности. Итоговый бульон затем профильтровать через сито, убрав всё лишнее. Так мы получим наваристый куриный бульон, готовое мясо и все необходимые ароматы.

ТОМ КА ГАЙ (С КУРИЦЕЙ)

НА 4-6 ПОРЦИЙ

ИНГРЕДИЕНТЫ

- 1,5 л воды
- 1 кг куриных бёдер на кости
- 400 мл кокосового молока
- 200 г грибов
- 2–3 чили-перца
- 20 г лемонграсса
- 20 г галангала
- 3–4 листа каффрского лайма
- 2 ст.л. рыбного соуса
- 1–2 ст.л. сока лайма
- 1 ч.л. сахара
- соль по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. С куриных бёдер снять кожу (если есть). Лемонграсс, галангал, листья лайма помять, порезать. Перцы произвольно нарезать, грибы (если крупные) нарезать порционно.
2. Залить бёдра водой, добавить лемонграсс, галангал, листья лайма, щепотку соли по вкусу. Варить 30–35 минут до готовности бёдер. Бульон профильтровать, мясо отделить от костей, нарезать порционно и вернуть в бульон.
3. Налить кокосовое молоко, добавить чили-перец, грибы, рыбный соус, сахар. Варить 7–10 минут до готовности грибов.
4. Попробовать на соль, при необходимости досолить, добавить сок лайма, снять с огня.

При подаче посыпать измельчённой кинзой. Также можно сбрызнуть чили маслом, но традиционно Том Ка Гай – это белый суп.





ТОМ ЯМ КУНГ (С КРЕВЕТКАМИ)

НА 4-6 ПОРЦИЙ

ИНГРЕДИЕНТЫ

- 1,5 л бульона или воды (+ кубик)
- 12–18 шт. креветок
- 200 г грибов
- 2–3 чили перца
- 20 г лемонграсса
- 20 г галангала
- 3–4 листа кафрского лайма
- 1 ст.л. чили-пасты или том ям
- 1 ст.л. рыбного соуса
- сок 1 лайма
- пучок кинзы
- соль, сахар по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Креветки почистить, сохранить панцири и головы. Лемонграсс, галангал, листья кафрского лайма помять, порезать. Залить их бульоном или водой, добавить панцири и головы креветок, варить 15–20 минут, готовый бульон профильтровать.
2. Добавить нарезанные грибы, чили перцы (измельчить или растереть), рыбный соус, чили-пасту. Варить 7–10 минут до готовности грибов.
3. Добавить креветки, варить 2–3 минуты.
4. Снять с огня, добавить сок лайма, отрегулировать вкус на соль и сахар. При подаче добавить листья кинзы, подавать с рисом и долькой лайма.



ТОМ ЯМ ПЛА (С РЫБОЙ)

НА 4-6 ПОРЦИЙ

ИНГРЕДИЕНТЫ

- 1,5 л воды
- 1 кг рыбы целиком (треска, тилапия, морской окунь и т.д.) или 500 г филе и 500 г рыбного набора для бульона
- 200 г грибов
- 150 г томатов
- 1 луковица шалот или обычная
- 2–3 перца чили
- 50 г лемонграсса
- 50 г галангала
- 5–7 листьев кафрского лайма
- 2+1 ст. л. рыбного соуса
- 1 ч.л. сахара
- сок 1 лайма
- пучок кинзы
- соль по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Рыбные кости и головы залить водой, добавить лук, стебли кинзы, нарезанные лемонграсс, галангал, листья кафрского лайма и перец чили. Варить 30 минут. Бульон профильтровать, можно оставить лук, чили-перец и для украшения часть трав.
2. В это время рыбное филе нарезать порционно, замариновать в 1 ст.л. рыбного соуса (по желанию).
3. Довести чистый бульон до кипения, добавить грибы, рыбный соус, сахар. Варить 7–10 минут.
4. Добавить рыбу, томаты, варить 5–7 минут до готовности рыбы. Добавить сок лайма, попробовать на соль.

При подаче посыпать кинзой. Подавать с рисом.



ТОМ ЯМ КА МУ (СО СВИНИНОЙ)

НА 4-6 ПОРЦИЙ

ИНГРЕДИЕНТЫ

- 1,5 л воды
- 1 свиная рулька (1–1,5 кг)
- 100 г грибов
- 1–2 головки лука-шалота или репчатого
- 2–3 чили перца
- 20 г лемонграсса
- 20 г галангала
- 3–4 листа кафрского лайма
- 1 ст. л. пасты тамаринда (опционально)
- 1 ст. л. рыбного соуса
- сок 1 лайма
- пучок кинзы
- соль по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

1. Свиную рульку залить водой, прокипятить 3–5 минут, слить воду и залить чистой водой.

2. Добавить щепотку соли, лук, нарезанные и помятые лемонграсс, галангал, листья кафрского лайма. Варить полтора часа и более до готовности мяса.

Затем бульон отфильтровать, убрать все несъедобные ингредиенты, мясо порезать порционно.

3. Добавить грибы, измельчённый или растолчённый перец чили, рыбный соус, сок лайма, дополнительные листья кафрского лайма и варить до готовности грибов 7–10 минут.

При подаче посыпать кинзой.

Приятного аппетита!

Ещё больше рецептов, сборников и
подборок — на сайте и в соцсетях

rodionovfood.com

Рецепты, сборники, подборки

