

ЧЕТВЕРГОСТИШИЯ, *или* Рыбный день



Олег
Севрюков

Олег Николаевич Севрюков

Четвергостишия, или Рыбный день

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=69368458

*Четвергостишия, или Рыбный день/ Олег Севрюков: У Никитских
ворот; Москва; 2023
ISBN 978-5-00170-821-6*

Аннотация

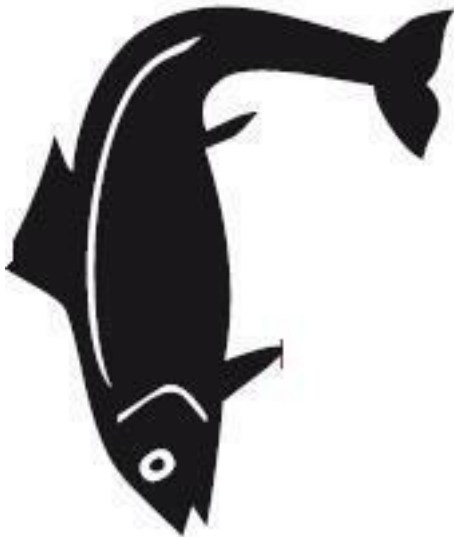
Автор искренне надеется, что достопамятный «Рыбный день» – ЧЕТВЕРГ – станет вашим любимым днём *поэтического взгляда* на рутинный процесс приёма пищи в ходе движения внутри рабочей недели от понедельника к выходным. В этой книге Олег Севрюков старался показать многозначность и многомерность пространственно-временного взаимодействия человека с природой на конкретных примерах из собственной жизни.

Как говорится, «аппетит приходит во время еды» – в том числе и к стремлению узнать что-то новое об окружающем нас мире.

В формате PDF А4 сохранен издательский макет книги.

Олег Севрюков

Четвергостишия, или Рыбный день



Подробный отчёт об экспериментальном исследовании влияния еженедельного употребления рыбы в течение января – декабря 2022 года с прибавлением кулинарных рецептов и занимательных рисунков касательно обитателей водно-



© Севрюков О.Н., 2023

© Оформление. Издательство «У Никитских ворот»,
2023

В советские времена было такое понятие – «Рыбный день». Волею высшего руководства страны его приурочили к четвергу. В этот день в столовых по всему необъятному Советскому Союзу готовили блюда из рыбы – салаты, заливное, первые блюда, вторые – по статусу заведения. Не было только третьего, по вполне понятным причинам. Хотя можно было бы организовать китайский вариант – ведь китайцы зачастую подводят итог обеда бульоном. Но во времена введения «Рыбного дня» отношения с Поднебесной были не ахти какими. Может быть, поэтому до третьего так и не дошло? Кто знает, что готовили на политическом Олимпе... В каче-

стве одного из объяснений массового принуждения граждан к рыбе предлагался научно обоснованный тезис об обилии в рыбопродуктах фосфора. Якобы способствующего усилению мозговой деятельности. В направлении реализации с помощью мыслительного аппарата советских людей – строителей коммунизма – трудового энтузиазма для повышения производительности труда, с целью приближения светлого будущего, которое почему-то упорно отказывалось приближаться. Скорее, наоборот. Сегодня уже нет ни Советского Союза, ни «Рыбного дня». Но четверг-то остался! Иногда те, которые ещё застали в сознательном возрасте эти «былин-ные времена», беззлобно и весело вспоминали об этом кулинарно-политическом казусе за столом, уставленным всевозможными яствами, включая рыбу. В том числе красную, которая тогда была дефицитом. Особенно, если застолье по тем или иным причинам приходилось на четверг. И как-то, после одного из таких воспоминаний, мне захотелось провести экспериментальную проверку постулата о благотворном влиянии «четвергового» фосфора на умственную активность. Хотя бы с точки зрения диалектического «перехода количества в качество». Я решил сей год посвятить изучению данного феномена непосредственно на себе – раз в неделю, в четверг, есть в обед или, на худой конец, за ужином только рыбу. А потом, в пятницу утром, писать по одному стихотворению. Должно получиться не так уж много – где-то около пятидесяти, зато возможно будет проследить за эволюцией

умственных эманаций. И влиянием на их качественную составляющую потребления рыбопродуктов. Все стихотворения объединяются в одну общую конструкцию под названием «Четвергостишия». Поскольку «Четверостишия» звучит банально, да и сковывает автора в плане формы стихосложения, а «Четвергостишия», ещё и с некоторой претензией на оригинальность, не ограничивают свободу самовыражения и позволяют развернуться во всю ширь побуждаемому фосфором буйству мозговых клеток. Тем более, что Маяковский уже предрёк оный подход в бессмертных строках «Светить всегда, светить везде...». А без фосфора не очень-то и посветишь! Может быть, Владимир Владимирович тоже рыбу лопал? – кто знает, кто знает... надо разобраться.

Но это уже совсем другая история.

1

С чего-то надо начать!

В качестве «катализатора» умственной активности взял из холодильника первое попавшееся рыбное – исландскую селёдку в винном соусе – благо, баночка небольшая.

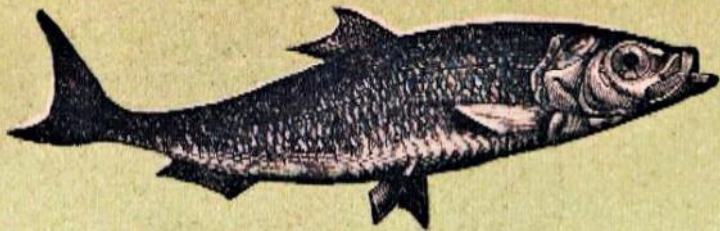
Как раз на одного. Употребил-с!

Я в пятницу с утра ждал просветленья,
 В четверг насытив фосфором мозги,
 И целый день ходил в недоуменьи —
 В извилинах я не нашёл ни зги!

46. Дешевый супъ изъ селѣдки.

Взять простую селѣдку «тарань», снять мясо съ костей, кости раз-
 рубить, и вмѣстѣ съ головой и брюшкомъ залить шестью стаканами
 воды, поставить варить на 20 минутъ, процѣдить. Половину селѣдки
 разрѣзать на кусочки, положить въ процеженный бульонъ, туда же
 положить большую столовую ложку промытой овсяной или перловой
 крупы, двѣ очищенных и разрѣзанных на кусочки картофелины, мелко
 нашинкованную поджаренную луковицу и $\frac{1}{8}$ фунта (по 5 коп.), мелко
 нарезанную шпикъ, — мѣлкороссійскаго сала, все вмѣстѣ проварить хоро-
 шенько и, положивъ въ миску укропу, подавать.

Изъ второй половины селѣдки сдѣлать винегретъ съ картофелемъ,
 свеклой и огурцами. Стоимость этихъ 2 блюдъ не будетъ дороже 30 коп.



1. Сѣльдъ (*Clupea harengus*). $\frac{1}{6}$.

2

Воображение и реальность иногда пересекаются, но чаще всего, как мне кажется, реальность является эффективным стимулятором для возникновения первого. А вот рождает ли первое второе? Скорее нет, чем да, хотя и не столь очевидно.

А вот и бывает же...

* * *

Минтай! Я слышу в этом звуке
Крик чаек. Падающий вал.
Лекарство верное от скуки.
Омез. Лопедиум. Фестал.

8. Т ё л њ о е.

Взять какой угодно рыбы, которая бы имѣла бѣлое тѣло, выбрать хорошенько кости и истолочь въ деревянной чашкѣ, бить до тѣхъ поръ, пока сдѣлается какъ тѣсто, потомъ отбавить половину, сварить вязиги и смѣшать вмѣстѣ, накатать шариковъ и хорошенько обжарить въ маслѣ; остальную часть тѣльнаго раскатать какъ лепешку, положить начинку и снова сдѣлать изъ лепешки большой шаръ, завернуть крѣпко въ салфетку и положить въ кипятокъ, дать нѣсколько разъ прокипѣть, для чего потребуется не менѣе получаса; вынуть изъ салфетки, положить въ плоску, обмазать хорошенько масломъ и обжарить. Къ этому жаркому хорошо подать маринованныхъ ягодъ или шинкованной капусты.

3

Даёшь оптимизм!

И дело здесь не только в рифме — я в самом деле — раньше не любил навагу. Но надо себя преодолевать для расширения мироощущения, а стало быть, словопередачи оного.

* * *

Чтоб любое в жизни дело
Ты творил легко и смело,
С чувством радости, отваги —
Для начала съешь наваги!

Для мариновки навагу нужно очистить, запанировать въ мукѣ и обжарить, лучше всего на подсолнечномъ или горчичномъ маслѣ, осетрину же нарѣзать тонкими ломтиками, запанировать и также обжарить, переворачивая. Навага маринуется щѣльной, а осетрину можно нарѣзать квадратными или продолговатыми небольшими кусками.

Настоящій, поварской маринадъ готовится въ такихъ пропорціяхъ: 1 бутылка уксуса крѣпкого, 2 бутылки воды, два стака́на бѣлаго или краснаго вина, 3 лавровыхъ листа, 2 стол. ложки соли, 1 стол. ложку перца, немного тмина и мускатнаго цвѣта, моркови, сельдерея и петрушки, три луковицы шерлотъ, нѣсколько штукъ гвоздики, сахару по вкусу.

Обыкновенный, простой маринадъ дѣлается такъ: спассеровать тонко нашинкованныхъ кореньевъ: моркови, петрушки, луковицу, вскипятить уксусъ желаемой крѣпости, но не слабый, съ лавровымъ листомъ, перцемъ и сахаромъ, положить въ кипяченый уксусъ спассерованныя коренья, прокипятить съ ними еще нѣсколько разъ.

Всякій маринадъ надо раньше остудить и холоднымъ уже заливать рыбу. Рыбу надо раза 2 въ день перевернуть, чтобы маринадъ дѣйствовалъ равномерно на поверхность.

4

*Что можетъ быть лучше?
Вопросъ в лобъ и отвѣтъ подъ дыхъ.
Вот так-то — знай нашихъ!*

* * *

Вчера скорбелъ о тяжелой доле —
Дела. Долги не по зарплатѣ.
Но жизнь есть жизнь. Чего же боле?
Утѣшился бычкомъ в томатѣ!

171. Разварная рыба съ раковымъ соусомъ.

Для этого блюда можно брать разную, некостистую рыбу — судака, осетрину, севрюжку, бѣлугу. Промывъ рыбу, поставить варить, давъ прокипятить одинъ разъ, посолить. Затѣмъ, вынуть, сложить въ холодную воду, снять чешую и шипы и очистить отъ хрящей, залить тѣмъ же бульономъ, положивъ немного сливочнаго масла (для мягкости) варить до готовности. Сдѣлать раковый соусъ, взявъ неполную ложку сливочнаго масла и столько же муки, спассеровать, развести стаканомъ горячаго рыбнаго бульона, прокипятить и составить съ плиты. Прибавить раковаго масла, посолить и процѣдить, положить ражовыя шейки, прибавить немного лимоннаго сока и кайенскаго перцу по вкусу. Къ рыбѣ подать разварной картофель.

Приготовленіе раковаго масла: сварить въ соленой водѣ 10—15 раковъ, очистить шейки, каркасы и ножки, отдѣлить отъ внутренности. Всю скорлупу промыть, истолочь мелко въ ступкѣ съ $\frac{1}{4}$ ф. сливочнаго масла, прожарить немного на плитѣ, влить 2—3 стакана воды, прокипятить и, процѣдивъ, поставить въ холодное мѣсто остыть. Масло отстоится сверху. Положивъ немного раковаго масла въ соусъ, нужно его только хорошенько промѣшать, но не кипятить.



1. Рѣчной бычокъ (*Gobius fluviatilis*). $\frac{3}{4}$.

Перед зеркалом.

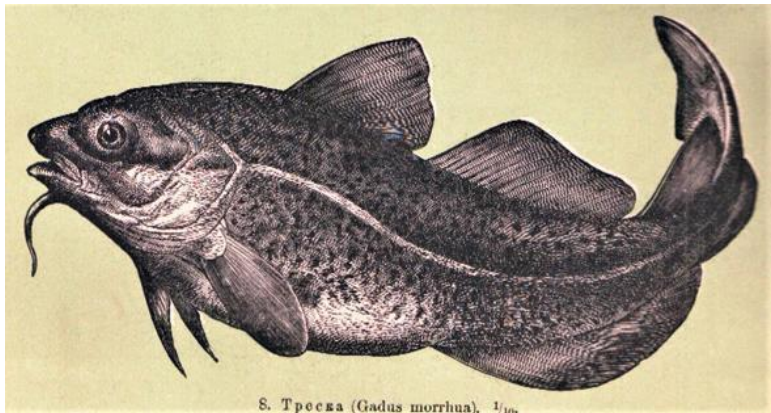
До и после приёма нижеописанной биологически активной добавки.

А что, отмечаю как свершившийся факт и под этим подписуюсь.

Рекомендую попробовать в некоторую минуту, когда одолевают сомнения в «умственно-функционирующей» полноценности...

* * *

Вчера я с грустью на себя смотрел —
Не *Ното*, просто воплощённая тоска!
Но вот холодную треску с гарниром съел —
И крылья выросли — да здравствует треска!



8. Треска (*Gadus morrhua*). 1/10.



Треска холодная с гарниром

Получил аванс.

Немного потратился, но с чувством собственного достоинства.

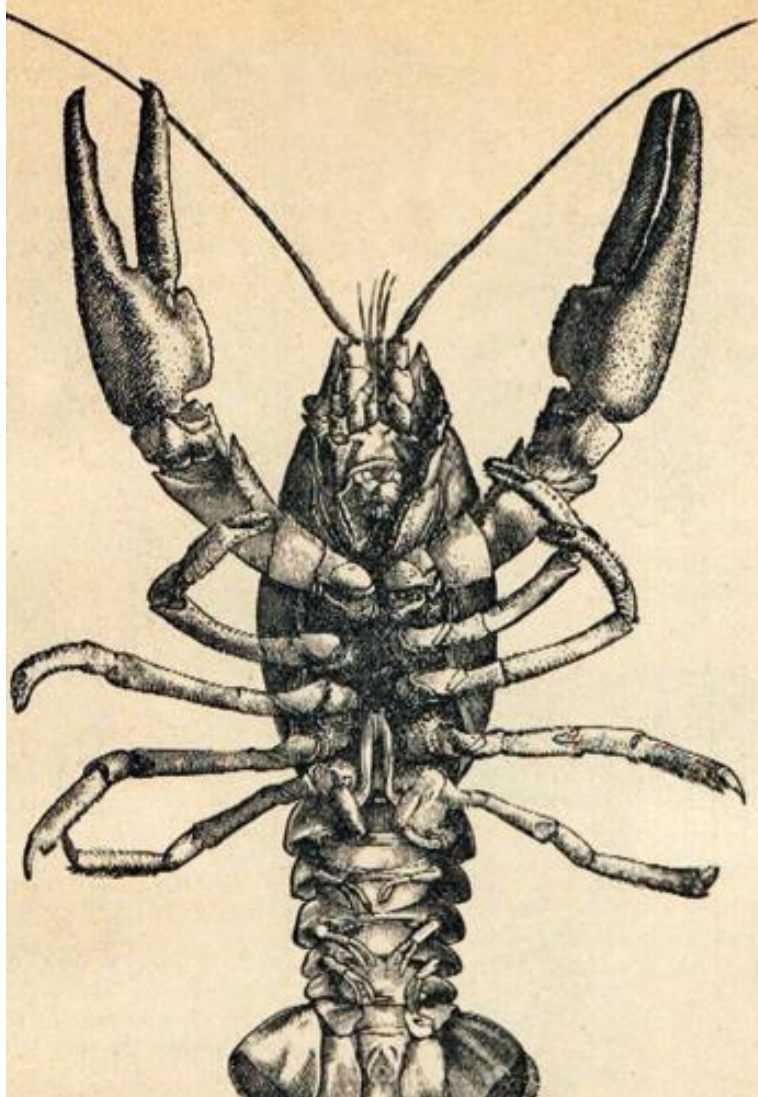
Опять же – не только на себя лично (водка), но и на жену (кижуч).

* * *

«Мужа ты, жена, не жучь —
Нынче я заслуженно
С водкой кушаю кижуч
За домашним ужином!»

2. Супъ раковый.

Этотъ супъ весьма вкусенъ и стоитъ не дорого. Чтобы приготовить его на небольшую семью, нужно взять десятка три раковъ, вычистить шейки, изрубить ихъ съ небольшимъ кускомъ бѣлаго хлѣба или съ разварнымъ рисомъ, затѣмъ нужно прибавить два круто сваренныхъ яйца и ложку масла; этою смѣсью начинить скорлупки раковъ, складывая двѣ верхушки вмѣстѣ. Все остальное отъ раковъ положить въ горшокъ, налить водою и варить довольно долго, чтобъ бульонъ могъ достаточно быть наваренъ; если онъ окажется слишкомъ жидокъ, то можно прибавить десятокъ цѣлыхъ раковъ. Затѣмъ отлить часть бульона въ небольшую кастрюлю, положить въ него начиненныя фаршемъ верхушки раковъ и варить съ полчаса времени, а потомъ, вынувъ изъ миски, облить приготовленнымъ раковымъ бульономъ. Точно также можно раковыя скорлупки начинять и говяжьимъ фаршемъ, приготовивъ его такимъ же манеромъ, какъ готовится для супа № 1-й.



Борюсь с массовым «оСУШИнием».

Никогда не был сторонником моды на что-либо. Особливо на продукты питания. Тем паче с иноземным акцентом. Привык, что ли, к своим? Хотя могу, конечно, стрескать с удовольствием какой-нибудь там хамон, пиццу и т. п. Но без прищёлкивания языком и закатывания глаз от якобы получаемого удовольствия.

* * *

Вокруг как одержимые
Вопят – подайте суши!
А мне подай родимую,
Солёную горбушу!

Общія правила относительно выбора рыбы и распознаванія ея доброкачественности.

Лучше всего, понятно, брать для приготовленія живую рыбу; за неимѣніемъ же ея можно брать и уснувшую, свѣжесть которой узнается по слѣдующимъ признакамъ:

- 1) глаза полные, выпуклые, блестящіе;
- 2) туловище на ощупь упругое, крѣпкое;
- 3) брюшко крѣпкое, синевато-бѣлаго цвѣта;
- 4) кожа гладкая безъ слизи и налета;
- 5) жабры темно-краснаго цвѣта.

Чтобы убѣдиться въ томъ, что жабры не подкрашены, надо потереть ихъ влажной тряпкой и подкраска тотчасъ обнаружится.

Уснувшая рыба портится гораздо скорѣе, наваръ отъ нея получается мутный и менѣе крѣпкій, чѣмъ отъ живой. Убитая замороженная рыба отличается отъ уснувшей слѣдующими признаками:

Плавники, расположенныя на хребтѣ, имѣютъ видъ распуценнаго вѣера и даже отъ сильнаго надавливанія не измѣняютъ своего положенія; у уснувшей же рыбы плавники эти всегда лежатъ сложенными вдоль хребта и будучи расправлены снова складываются.

Жабры краснаго цвѣта, но иногда бываютъ бѣлаго, что указываетъ на то, что рыба была оттаиваема и замораживаема не одинъ разъ. Достоинство такой рыбы хуже, чѣмъ замороженной одинъ разъ.

8

*Продолжение предыдущего:
так ли это? Похоже, что так.*

На макушке держит уши,
Очищает мозг от скверны,
Что? Копчёная горбуша —
И полезно, и верно!

Сохраненіе рыбы.

Если свѣжую рыбу надо сохранить на нѣкоторое время, то ее необходимо выпотрошить и положить на ледъ. Если рыбу желаютъ сохранить болѣе продолжительное время въ свѣжемъ видѣ, то нужно взять ящикъ съ крышкой, устлатъ его сухой тряпкой, разложить рыбу, чтобы она не соприкасалась одна съ другой, покрыть сверху сухой тряпкой, закрыть ящикъ крышкой и закопать въ ледъ; въ такомъ видѣ рыба можетъ сохраняться до 2-хъ недѣль. Живую рыбу лучше убить, не давая ей заснуть самой.

9

К чему иноземные снадобья?

Есть более простой способ исправления демографической ситуации естественным образом и без фармакопеи и генномодифицированных препаратов.

* * *

Ревматизм, прострел, подагра

Сокращают сексу сроки,
Лозунг мой – долой «Виагру»!
Осетровые молоки —
Вот надёжное решенье
И прогресс деторождения!

161. Севрюжка или осетрина по-русски.

Взять 2—3 фунта севрюжки или осетрины, вымыть и отварить. Когда рыба сварится, вынуть ее изъ бульона и остудить. Затѣмъ, очистивъ отъ кожи, нарѣзать ломтиками, залить тѣмъ же бульономъ и подогрѣть. Приготовить бѣлый соусъ, положивъ въ него отваренныхъ и нашинкованныхъ овощей: шампиньоновъ или просто бѣлыхъ соленыхъ грибовъ, оливокъ, каперцевъ, огурчиковъ, моркови и петрушки. Приготовленнымъ, такимъ образомъ, соусомъ облить выложенную на блюдо рыбу, или же подавать соусъ въ особомъ соусникѣ, лучше, конечно, облить, къ рыбѣ подавать также отварной картофель.

Изъ бульона отъ рыбы можно сварить въ тотъ же или на слѣдующій день рыбный подварочный супъ съ картофелемъ или перловой крупой.

10

Жалобы норвежца и иже с ним по поводу коварства русских, переманивающих у потомков викингов — неизвестно, каким способом, но кроме них этого сделать по определению некому — лососёвых, идущих на нерест из северных морей в реки.

На просторах Интернета
Нам свободы больше нету!
Да и жизнь пошла не та —
На Восток ушла кета!

151. Котлеты натуральные из лососины

Лососина 120, яйца 10, горошек зеленый 10, масло растительное 2, овощной салат 100, салат зеленый 10, соус майонез или соус хрен 30, желе 50, зелень.

Из филе лососины нарезать маленькие ломтики в форме котлет (три ломтика на порцию). Припустить рыбу так же, как описано выше (150), охладить и положить на противень, украсить листиками зелени, яичными белками, зеленым горошком и залить полужидким желе. На круглое блюдо положить в виде пирамиды смесь из овощей, заправленную соусом майонез, а на нее котлеты также пирамидой. Украсить котлеты веточкой зелени или листьями салата. Вокруг основания пирамиды расположить маленькие кучки овощей и украсить фигурками из желе. Отдельно подать соус.

Ломтики лососины можно припустить в маленьких овальных формочках. По охлаждении котлеты вынуть из форм и обработать, как описано выше.

Эти котлеты можно приготовить и из другой рыбы.

Прочитал про благотворное влияние на функционирование организма «Омега-3» (рыбий жир, однако!).

Задумался. Предварительно сдал анализ на холестерин. Повышенная концентрация. Начал принимать. Жду результата.

* * *

Кто я такой? Я машинист иль пассажир
В вагоне жизни вечного трамвая,
Что катит напрямиком в загробный мир?
Но надо жить, друзья, не унывая!

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.