

## Конфи – Confit

Конфи е технология за приготвяне на всеки вид храна, която се готви бавно за дълъг период от време, често и като метод за консервиране.

Терминът КОНФИ произлиза от френската дума confire, която буквално означава „запазване/съхранение“, който от своя страна идва от латинската дума (conficere), което означава „правя, произвеждам, подготвям.“

Под този общ готварски/сладкарски термин-технология КОНФИ срещаме:

### 1. Плодово конфи (конфитюр)

Плодовото конфи са цели плодове или парченца от тях консервирани в захар.

2. Солено Конфи, като термин за готвене, описва храна готвена в мазнина или масло при по-ниска температура (около 90 °C), за разлика от храни приготвени на високи температури (около 160–230 °C). Храни готвени по тази технология нямат елемент на консервиране (конфи картофи, конфи зеленчуци, конфи броколи и др)

В контекста на ресторанта конфито обикновено се сервира след допълнителна подготовка. (Цялото конфи бутче се пече, за да стане хрупкава кожата или се добавя към ястие тип гювеч.)

### 3. Месо конфи

Известните буркани с осолено месо и мазнина в България представляват конфи месо. Храни, приготвени по метода на конфи може да издържат няколко месеца или години, когато са запечатани и съхранявани на хладно и тъмно място. Храни приготвени по метода на КОНФИ са специалитет на югозападна Франция. Патешко конфи, Конфито от гъска (confit d'oie) или патица (confit de canard) и др.

