

50

РЕЦЕПТОВ

и ПОРЪКА



УДК 641  
ББК 36.997  
П99

## СОДЕРЖАНИЕ

Составитель Е.С. Рзаева

Подписано в печать 20.05.05 г. Формат 84×108<sup>1</sup>/<sub>32</sub>.  
Усл. печ. л. 1,68. Доп. тираж 5000 экз. Заказ № 1212.

50 рецептов плова / сост. Е.С. Рзаева. — М.: СПб.: Полигон,  
П99 АСТ»; 2005. — 29, [3] с.

ISBN 5-17-023927-0 (ООО «Издательство АСТ»)  
ISBN 5-89173-108-8 (ООО «Издательство «Полигон»)

В книге представлены рецепты самого популярного блюда стран Средней Азии и Ближнего Востока. С помощью мяса, риса и кулинарной фантазии можно приготовить украшение семейного ужина и праздничного застолья.

УДК 641  
ББК 36.997

Популярное издание

### 50 рецептов плова

Редактор *И.В. Петрова*  
Компьютерная верстка *Л.Е. Голода*  
Технический редактор *И.В. Буздалева*  
Корректор *А.Ю. Ларионова*

Общероссийский классификатор продукции  
ОК-005-93, том 2; 953004 — научная и производственная литература

Санитарно-эпидемиологическое заключение № 77.99.02.953.Д.001056.03.05 от 10.03.2005 г.

ООО «Издательство АСТ»

667000, Республика Тыва, г. Кызыл, ул. Кочетова, д. 93

Наши электронные адреса: WWW.AST.RU E-mail: astpub@aha.ru

ООО «Издательство «Полигон», 194044, С.-Петербург, Б. Сампсониевский пр., 38/40.  
Тел.: 320-74-24; тел./факс: 320-74-23. E-mail: polygon@spb.cityline.ru

© Архипов И.Г., дизайн обложки, 2000

Отпечатано с готовых диапозитивов в типографии  
ФГУП «Издательство «Самарский Дом печати»  
443080, г. Самара, пр. К. Маркса, 201.

Качество печати соответствует качеству предоставленных диапозитивов.

Плов и его приготовление.....5

### УЗБЕКСКИЙ ПЛОВ

1. Кавирна плов (по-фергански).....	7
2. Майиз палов (плов по-бухарски с изюмом).....	8
3. Ивита палов (плов из замоченного риса и гороха).....	8
4. Каваток палов (плов с голубцами).....	8
5. Соримсок палов (плов с чесноком).....	9
6. Плов с фаршированными перепелками.....	9
7. Плов по-самаркандски.....	10
8. Плов на растительном масле с яйцами.....	10
9. Плов с айвой.....	11
10. Пловстыквой.....	11
11. Плов с мясными фрикадельками.....	11
12. Плов по-хорезмски.....	12
13. Плов на топленом масле.....	12
14. Свадебный плов.....	12
15. Плов с картофелем.....	13
16. Плов с сушеным урюком.....	13

### ПЛОВ РАЗНЫХ НАРОДОВ

17. Плов с курицей по-азербайджански.....	14
18. Плов по-лезгински.....	15
19. Плов с бараниной по-дагестански.....	15
20. Плов с фасолью по-дагестански.....	15
21. Плов по-аварски без мяса.....	16
22. Классический плов по-армянски.....	16
23. Сладкий плов по-гурийски (Грузия).....	17
24. Плов «Душанбе» (Таджикистан).....	17
25. Плов огурджалинский (Туркмения).....	18
26. Плов по-киргизски «для бедняков».....	18

# ПЛОВ И ЕГО ПРИГОТОВЛЕНИЕ

27. Плов по-кабардински.....	19
28. Плов по-кумыкски.....	19
29. Плов с рыбой и приправами по-итальянски.....	20
30. Плов королевский без мяса по-индийски.....	20
31. Плов по-египетски.....	21
32. Плов по-аргентински.....	21
33. Плов по-милански с говяжьими мозгами.....	21
34. Плов по-арабски с говядиной.....	22
35. Плов по-афгански.....	22
36. Плов Александра Македонского.....	23
37. Плов из баранины по-гречески.....	23
38. Плов с говядиной по-румынски.....	24
39. Плов с цыпленком по-сирийски.....	24
40. Плов из курицы с рисом по-китайски.....	25

## АССОРТИ ИЗ ПЛОВА

41. Плов с кабачками.....	26
42. Плов с потрохами домашней птицы.....	26
43. Плов с баклажанами.....	27
44. Плов с бараниной и гранатами.....	27
45. Плов фруктовый сладкий.....	28
46. Плов с грибами.....	28
47. Плов с курицей и свиной.....	29
48. Плов диетический с мясом кролика.....	29
49. Плов с бараньей грудинкой.....	29
50. Плов с бараниной и шавелем.....	30

Пилав, палов, пулао, палови... Так именуют блюдо, популярное в Средней Азии и на Кавказе, в Турции и на Ближнем Востоке. «Ханом дастархана» зовут плов на Востоке — праздничной едой, известной с X в. Врач и философ Абу Али ибн Сина (Авиценна) считал плов целебным. В России о плове узнали во второй половине XIX в.; до того в богатых домах готовили из риса — «пшена сарацинского» — в основном каши.

Узбеки и таджики считают, что название плова складывается из начальных букв продуктов, входящих в его состав: П — пиез (лук), А — аез (морковь), Л — лахи (мясо), О — олио (масло), В — вет (соль), О — об (вода), Ш — шалы (рис). Постепенно слово «паловош» сократилось до «плова».

Плов бывает разным. В Узбекистане для каждой области и даже города есть свой рецепт этого замечательного блюда. Меняется и состав продуктов в зависимости от назначения — варят ли плов в будни или праздники, на свадьбу или поминки, летом или зимой. Иногда рис заменяется пшеницей, горохом. Вместо баранины могут быть конская колбаса (казы), курдючная оболочка (постдумба), курица, дичь.

Настоящий плов готовят так. Сначала перекаливают масло — лучше всего в чугунной посуде с толстым закругленным дном. Казан или кастрюлю сильно нагревают, наливают масло и ставят на слабый огонь. Появляется дым темного цвета; когда он побелеет — масло перекалилось. Для проверки бросьте немного крупной соли, она должна затрещать. Животные и растительные жиры перекаливают отдельно, сливочное и топленое масло только разогревают.

Затем готовят зирвак. В перекаленный жир закладываются нарезанные мелкими или крупными кусками мясо, кубиками или кольцами лук, соломкой или кубиками морковь. Мясо промывают в проточной воде, морковь моют до и после очистки, лук для плова не моют. Моркови в плов кладется по весу вдвое меньше, чем риса, и примерно столько же, сколько мяса. Последовательность закладки продуктов нужна для сохранения их вида и цвета.

# УЗБЕКСКИЙ ПЛОВ

Зирвак готовят на сильном огне, затем пламя уменьшают. На слабом огне зирвак кипит 30 мин. Нужно следить, чтобы продукты не прилипали к стенкам и дну. Чем «спокойнее» кипит зирвак, тем вкуснее плов. Спустя 40—50 мин в зирвак кладут пряности: красный перец, барбарис. Смесь пряностей берется из расчета 1,5—2 ч. ложки на 500 г риса. Затем зирвак солят и заливают небольшим количеством воды: четверть или полстакана на каждые 500 г риса.

Подготовленный зирвак разравнивают и засыпают ровным слоем риса (рис промывают в холодной воде не меньше 7 раз). Рис не смешивают с зирваком! Затем осторожно заливают воду, чтобы не разрушить слой риса. Вода должна подниматься над рисом на 1—1,5 см. Плов досаливают, огонь немного увеличивают. Плов должен кипеть равномерно, и крышкой его не закрывают. Когда вода испарится (после удара шумовкой по рису раздается глухой звук), казан плотно закрывают. Но перед тем, как прикрыть плов, проткните его в нескольких местах деревянной палочкой (чтобы дать возможность выйти пару). Разровняйте плов и выдержите на слабом огне 20—30 мин.

Подают на стол плов по-разному. В Ферганской долине перед тем, как выложить блюдо, плов в казане перемешивают. В Самарканде плов кладут слоями — сначала рис, сверху морковь с мясом. Какой способ выберете вы, не знаем, но верим, что ваш плов будет самым вкусным. Тем более, что выбор разнообразен: узбекский плов как самый «настоящий»; плов других народов — от азербайджанцев до индийцев; смешанные блюда — мясные, овощные, фруктовые...

Приятного аппетита!

## 1. Кавирна плов (по-фергански)

На 1 кг риса — 500 г мяса, 250 г жира, 500 г моркови, 4—5 луковиц, по 1 ч. ложке зиры, красного молотого перца, соль.

Баранье сало, нарезанное кубиками, вытопить, снять шкварки, разогреть жир до белого дымка. Чтобы плов приобрел красноватый цвет, в кипящий жир положить небольшую косточку, очищенную от мяса, и жарить до тех пор, пока она не станет красно-бурой. Затем косточку вынуть.

Положить в казан мясо, нарезанное кусочками, и пережарить до образования корочки. Нашинкованный кольцами лук жарить вместе с мясом до красноватого цвета, затем добавить морковь, нарезанную соломкой или кубиками. Положить половину соли, все перемешать и жарить, пока морковь не приобретет золотисто-коричневый цвет. После этого налить половину необходимого количества воды, и дать закипеть. В зирвак можно добавить специи, красный молотый перец. Зирвак кипит 20—25 мин.

Перебрать рис, промыть в четырех холодных водах, осторожно перетирая между ладонями. Засыпав ровным слоем рис, усилить огонь и тотчас налить воду, чтобы она накрыла рис на 1—1,5 см. Чтобы рис хорошо разварился, очень важно его кипятить равномерно.

Пока вода не испарилась, надо попробовать и при необходимости добавить соль. Как только вода выпарится, плов при помощи шумовки собрать к середине горкой, проколоть палочкой в нескольких местах так, чтобы вода, находящаяся на поверхности, прошла на дно. Это поможет упрет плову. Затем накрыть плов. Время, необходимое для упревания (20—25 мин), зависит от количества и сорта риса.

Снимая крышку, следите, чтобы собравшиеся на ней от пара капельки не пролились на плов. Тщательно все перемешайте. Переложите в большое фарфоровое или глиняное блюдо, сверху разложите косточки с мясом.

Отдельно подайте салат из помидоров и лука.

## **2. Майиз палов (плов по-бухарски с изюмом)**

На 1 кг риса — 250 г жира, 150 г белого кишмиша (сушеный виноград без косточек), 2—3 луковицы, 500 г моркови, соль по вкусу.

Пережарить лук в сильно накаленном жире. Затем положить морковь, нарезанную соломкой, перемешать несколько раз, налить воды, дать закипеть и посолить.

Изюм перебрать, тщательно промыть в теплой воде, положить в казан.

Рис промыть в теплой подсоленной воде, уменьшив огонь, положить в казан.

В дальнейшем плов варят так же, как кофирна палов (рецепт 1-й).

Готовый плов переложить в большое блюдо.

Отдельно подать салат из редиски или маргеланской редиски.

## **3. Ивитама палов (плов из замоченного риса и гороха)**

На 1 кг риса — 500 г мяса, 150—200 г гороха, 300 г жира, 3—4 луковицы, 400 г моркови, соль и специи по вкусу.

Промыть рис три-четыре раза в подсоленной холодной воде и замочить в горячей. Горох замачивается примерно за 10 мин до приготовления. В перекаленном жире пережарить куски мяса, добавить лук и жарить до тех пор, пока не зарумянится. Нарезанную мелкими кубиками морковь положить в казан и тушить 10—15 мин. Когда морковь и лук обжарятся, налить воды, добавить приготовленный горох вместе со специями и варить 20—25 мин. По готовности зирвака посолить и засыпать ровным слоем рис. Воду в плов наливают несколько меньше нормы.

Плов варить на сильном огне; когда вся вода выпарится, закрыть казан крышкой на 20—25 мин, после чего переложить готовый плов на блюдо и подать к столу.

К плову подается салат из маргеланской редьки.

## **4. Каваток палов (плов с голубцами)**

На 1 кг риса — 250 г мяса, 250 г жира, 400 г моркови, 2—3 луковицы, по 1 ч. ложке зиры, красного молотого перца, соль по вкусу.

На голубцы — 250 г мяса, 4—5 головок лука, 1/2 ч. ложки черного молотого перца и зиры, соль, капустные листья.

Мясо, предназначенное для плова, разделить на 2 части, одну часть нарезать для поджарки, из другой — вместе с луком приготовить фарш. На приготовленные заранее листья разложить фарш (1 ст. ложку на лист) и сделать мелкие голубцы. Голубцы сложить в отдельную посуду, прокипятить.

Плов готовят так же, как кавирна палов. Перед закладкой риса в зирвак положить голубцы и варить вместе до готовности.

Готовый плов перемешать и переложить на блюдо, а сверху разложить голубцы.

## **5. Соримсок палов (плов с чесноком)**

На 1 кг риса — 300 г мяса, 200 г чеснока, 250 г жира, 400 г моркови, 3—4 луковицы, соль и специи по вкусу.

Плов с чесноком готовят обычным способом. Для этого срезать корешки чеснока, снять только первый слой чешуи, вынуть стебель из середины и сполоснуть в холодной воде.

Рис заложить в два приема: сначала половину риса, разровнять, затем круговую уложить головки чеснока, после чего засыпать остальной рис, залить водой и продолжить варку.

Чеснок можно положить и на поверхность риса. Для этого головки чеснока надо вдавить в рис.

Когда плов будет готов, чеснок вынуть, плов тщательно перемешать и переложить на блюдо, головки чеснока разделить на дольки, очистить, уложить на плов и подать к столу.

Отдельно подать помидорный сок.

## **6. Плов с фаршированными перепелками**

На 1 кг риса — 250 г жира, 5—6 перепелок, 300 г мякоти баранины, 500 г моркови, 500 г лука на фарш и зирвак.

На фарш — 1 яйцо, 1 ч. ложку черного молотого перца, зиры, соль по вкусу.

Ошпарить кипятком перепелок и очистить. Затем тщательно промыть холодной водой, обсушить салфеткой.

Приготовить фарш из баранины, с добавлением курдючного сала, лука и специй. Нафаршировать перепелок.

В сильно разогретом жире обжарить лук, морковь, затем положить перепелок, залить водой и варить на слабом огне. Добавить в зирвак соли и специи. После закладки риса в зирвак плов продолжать варить обычным способом.

Перед подачей к столу осторожно вынуть перепелок, плов перемешать, выложить на блюдо. Поверх плова положить перепелок.

К плову можно подать любой салат.

## 7. Плов по-самаркандски

На 1 кг риса — 450 г мяса, 400 г моркови, 400 г лука, 300 г жира, соль и специи по вкусу, растительное масло.

Рис промыть в холодной воде, положить в кастрюлю с соленой водой, дать закипеть, откинуть на дуршлаг.

Очистить морковь и в целом виде отварить вместе с мясом. Вареное мясо нарезать кусками, морковь — соломкой, все перемешать, добавить немного соли, молотого черного и красного перца. В сильно раскаленном жире обжарить лук. Когда лук подрумянится, вынуть его и смешать с мясом и морковью.

Перед подачей положить каждому в тарелку сначала рис, затем мясо, морковь, лук и все залить сильно разогретым маслом.

## 8. Плов на растительном масле с яйцами

На 1 кг риса — 300 г растительного масла, 400 г моркови, 4—5 луковиц, 8 яиц, по 1 ч. ложке зиры, черного перца, соль по вкусу.

Масло перекалить на умеренном огне, пока оно не перестанет пениться и не приобретёт ярко-красный цвет. После этого обжарить в нем лук. Затем добавить морковь, нарезанную соломкой, перемешать несколько раз и залить водой, дать закипеть. Заправить специями и половинной нормой соли. Когда морковь сварится, положить рис, а в него круто сваренные яйца, очищенные от скорлупы.

Перед подачей к столу вынуть яйца из плова, нарезать кружочками и уложить сверху.

К плову можно подать любой салат.

## 9. Плов с айвой

На 1 кг риса — 300 г мяса, 2—3 айвы, 250 г жира, 400 г моркови, 3—4 луковицы, заргава (пищевой краситель золотисто-желтого цвета), соль и специи по вкусу.

Плов с айвой готовить так же, как плов по-фергански (рецепт 1-й). Перед закладкой риса в зирвак положить айву, предварительно очищенную от пушка и седцевины и нарезанную на половинки. Одновременно добавить в плов заргаву на кончике ножа.

Готовый плов положить горкой в блюдо, сверху разложить нарезанную айву и подать на стол.

## 10. Плов с тыквой

На 1 кг риса — 300 г мяса, 300 г тыквы, 300 г жира, 3—4 луковицы, 300 г моркови, соль и специи по вкусу.

Тыкву нарезать на кусочки в виде спичечной коробки, прополоснуть в холодной воде и опустить в зирвак плова, варить до полуготовности. Затем засыпать рис, долить оставшуюся часть воды, посолить по вкусу и после упарки воды закрыть плов крышкой, чтобы дошел.

Готовый плов выложить в блюдо, тыкву подать отдельно.

## 11. Плов с мясными фрикадельками

На 1 кг риса — 500 г мякоти мяса, 300 г растительного масла, 400 г моркови, 3—4 луковицы, соль и специи по вкусу.

Мелко нарубить мясо, заправить солью и специями, перемешать с нашинкованным луком. Из этого фарша сделать фрикадельки.

В раскаленном масле обжарить фрикадельки до появления румяной корочки, сложить в миску, накрыть и отставить. Затем в масле обжарить до золотисто-коричневого цвета лук, добавить морковь и продолжать варить плов как обычно. В кипящий зирвак перед закладкой риса опустить фрикадельки.

Готовый плов тщательно перемешать, выложить на блюдо, фрикадельки разложить поверх плова.

К плову подается любой салат.

## 12. Пловпо-хорезмски

На 1 кг риса — 500 г мяса, 250 г жира, 1 кг моркови, 3—4 луковицы, по 1 ч. ложке соли, зиры и перца.

Большими кусками нарезать мясо, обжарить его в раскаленном жире. Затем положить в казан лук. Когда все обжарится, добавить немного воды, дать закипеть.

Морковь нарезать соломкой, положить в зирвак, добавить соль, специи, воду чтобы она покрывала содержимое казана. Казан плотно закрыть крышкой и томить содержимое на очень слабом огне в течение 8—10 ч. После этого засыпать рис, добавить немного воды и продолжать варить.

Готовый плов не размешивая переложить на блюдо: сначала рис, сверху мясо и морковь.

## 13. Плов на топленом масле

На 1 кг риса — 800 г мяса, 300 г топленого масла, 2—3 луковицы, 400 г моркови, 100 г изюма, соль и специи по вкусу.

Мясо нарезать большими кусками, варить в подсоленной воде 1,5—2 ч. Затем мясо вынуть, процедить бульон, положить в него морковь, нарезанную мелкими кубиками, и варить до полуготовности.

Положить в казан промытый в горячей воде изюм. Затем положить рис, прибавить огня, варить до выпаривания воды. На 1 кг риса — 1 л бульона.

В другой посуде растопить топленое масло и поджарить в нем лук. После упарки влаги полить плов маслом с обжаренным луком. Плов держать закрытым 35—40 мин.

## 14. Свадебный плов

На 1 кг риса — 500 г мяса, мясной бульон, 600 г моркови, 200 г жира, 3—4 луковицы, заргава, соль и специи по вкусу.

Мясо нарезать на большие куски, отварить. В казане перекалить жир, обжарить лук, морковь, залить половиной бульона, дать закипеть. После этого добавить заргаву на кончике ножа, соль и специи.

Промытый рис предварительно замочить на 2 ч в теплой воде. Рис положить в казан, добавить оставшийся бульон, посолить и довести до готовности.

Готовый плов выложить на блюдо и сверху положить отваренное мясо.

## 15. Пловкартофелем

На 1 кг риса — 500 г мяса, 400 г жира, 4—5 картофеля, 3—4 луковицы, соль и специи по вкусу.

В раскаленном жире обжарить лук. Мясо пожарить до румяной корочки, затем залить все водой, дать закипеть. Положить соль и специи, затем картофель, нарезанный крупной соломкой и, не доводя до кипения, засыпать рис. После упарки влаги закрыть тарелкой, довести до готовности.

При подаче на стол сначала положить рис на блюдо, сверху — картофель и мясо.

К плову можно подать салат из соленых или маринованных огурцов с луком.

## 16. Плов с сушеным урюком

На 1 кг риса — 250 г жира, 300 г мяса, 300 г урюка, 3—4 луковицы, 300 г моркови, соль и перец по вкусу.

В сильно нагретом жире обжарить лук, полить нарезанную на кусочки баранину, морковь, нашинкованную соломкой, заправить солью, специями, залить водой. Когда закипит зирвак, добавить тщательно промытый в холодной воде урюк.

Затем засыпать подготовленный рис и варить обычным способом.

## ПЛОВ РАЗНЫХ НАРОДОВ

### 17. Плов с курицей по-азербайджански

На 4 стакана риса — 1 кг курицы, 7 луковиц, 200 г сливочного масла, 300 кураги, 300 г кишмиша, лимонная кислота.

Для лепешки: 1,5 стакана пшеничной муки, 1 яйцо, 1 ст. ложка воды, 25 г сливочного масла,  $\frac{1}{2}$  ч. ложки соли.

Курицу разделить на части, посолить и обжарить. Отдельно обжарить нарезанный тонкими кружочками лук. Когда лук станет коричневым, слегка обсыпать его лимонной кислотой. Эту поджарку равномерно выложить на куски курицы, помещенные в кастрюлю, смазанную сливочным маслом. Влить 0,5 стакана горячей воды и тушить на маленьком огне около 40 мин.

Перед подачей блюда взбейте яйца (из расчета 1 яйцо на 1 человека), залейте ими курицу и плотно закройте крышкой на 5 мин.

Приготовьте сушеные фрукты: промойте их сначала холодной, затем горячей водой, поджарить на небольшом огне 10 мин.

Перебрать рис. За 3 ч до варки плова промойте его в холодной воде, оставить в холодной подсоленной воде. Вскипятить воду в большой кастрюле (из расчета на 1 стакан риса — 6 стаканов воды). Во время кипения положить 1 ч. ложку лимонной кислоты, посолить, положить рис. Через 2—3 мин кипения рис надо снять, пропустить через дуршлаг, обдав горячей водой.

Лепешка: смешать яйцо, воду, соль, добавить размягченное сливочное масло. Муку высыпать горкой на разделочную доску, сделать в ней углубление посередине и выложить туда приготовленную смесь. Замесить пресное тесто и раскатать толщиной 1,5 мм, смазать топленным сливочным маслом.

Смазать дно казана сливочным маслом, положить тонко раскатанную лепешку и на нее выложить рис, периодически смазывая его маслом. Сделать из риса небольшую горку. Закрыть плотно крышкой и тушить на маленьком огне 1,5 ч. После этого рис можно попробовать: если тает во рту, значит, плов готов.

В каждую тарелку кладут рис, сверху — курицу и фрукты.

### 18. Плов по-лезгински

На 2 стакана риса — 500 г баранины, 2—3 луковицы, 150—200 г топленого масла, 1—2 яйца, 1 стакан кислого молока, соль и специи по вкусу, сухофрукты.

Рис перебрать, промыть, отварить до полуготовности. Откинуть на дуршлаг и промыть холодной водой. На дно кастрюли налить слой масла с яйцами и кислым молоком. Положить рис, накрыть кастрюлю сухим полотенцем и крышкой, чтобы капельки воды, образовавшиеся от пара, не попали в кастрюлю. Довести рис до готовности.

Мясо нарезать кусочками, поджарить на топленном масле с репчатым луком, добавить сухофрукты и довести до готовности на медленном огне, добавить соль и перец по вкусу.

Готовый плов положить на блюдо, залить топленным маслом, мясо с сухофруктами положить сверху риса.

### 19. Плов с бараниной по-дагестански

На 2 стакана риса — 500 г баранины, 6 луковиц, 150 г растительного масла, 400 г помидоров, черный перец, зелень кинзы и укропа, 2 головки чеснока, соль по вкусу.

За полчаса до приготовления плова промойте рис и залейте его кипятком.

Баранину нарезать небольшими кусочками и обжарить в казане на масле. Затем добавить нашинкованный репчатый лук, черный перец, чеснок, помидоры, зелень кинзы и укропа. Довести мясо до образования румяной корочки, затем налить воды, чтобы она покрыла мясо, положить туда рис. На медленном огне довести до готовности.

Плов перемешать и выложить на блюдо.

### 20. Плов с фасолью по-дагестански

На 2 стакана риса — 500 г баранины, 200 г топленого масла, 1,5 стакана фасоли, 3 зубчика чеснока, соль, перец.

Фасоль замочить в холодной воде на 6—8 ч, после этого отварить, откинуть на дуршлаг и остудить.

Рис сварить в большом количестве воды, откинуть на дуршлаг и промыть горячей водой.

Баранину промыть, обсушить, нарезать на кусочки и обжарить на топленном масле. Затем переложить мясо в кастрюлю, залить кипятком, тушить до готовности.

Когда мясо станет мягким, положить сваренный рис, фасоль, растертый с солью чеснок, посолить, поперчить, добавить топленое масло, закрыть крышкой, тушить ещё 20—25 мин на слабом огне.

## 21. Плов по-аварски без мяса

На 2 стакана риса — 200 г топленого (или сливочного) масла, 4 яйца, 100 г изюма, 100 г кураги, сахар, соль по вкусу, соус из сухофруктов.

Промытый рис отварить в подсоленной воде. Затем его промыть и откинуть на дуршлаг.

На дно казана положить топленое масло, четверть сваренного риса, смешанного с сырыми яйцами, запечь на медленном огне до образования на дне казана поджаристой румяной рисовой корочки. Затем положить оставшийся рис. Кастрюлю закрыть крышкой и поставить на маленький огонь на 30 мин.

Курагу и изюм отварить в небольшом количестве воды с сахаром, добавить топленое (или сливочное) масло.

Выложить плов на блюдо, сверху положить кусочки жаренного риса с яйцами.

Отдельно подать сладкий соус из сухофруктов.

## 22. Классический плов по-армянски

На 1,5 стакана риса — 500 г баранины, 100 г сливочного масла, 1,5 стакана фасоли, 100 г растительного масла, 2 яйца, 2 луковицы, 100 г муки, 1 ч. ложка тимьяна, 1/4 ч. ложки шафрана, 1 ч. ложка молотой корицы, 3 - 4 дольки чеснока, 1/2 ч. ложки черного молотого перца, соль.

Фасоль замочить в воде на 8 ч, после чего отварить в той же воде. Рис перетереть, промыть несколько раз в холодной воде, затем отварить в подсоленной воде 10 мин, слить.

Баранину очистить, промыть, нарезать на большие куски. Тимьян, растертый с солью, чеснок и перец тщательно перемешать и натереть этой смесью мясо, после чего отложить мясо на 15 мин.

На сковороде разогреть растительное масло, положить мясо вместе с нарезанным кольцами репчатый лук и обжарить со всех сторон в течение 10 мин, прикрыть крышкой и тушить до готовности на слабом огне.

Из муки, яиц и щепотки соли замесить тесто, раскатать тонким слоем.

В казане растопить сливочное масло, выложить туда тонкую лепешку из теста, затем минуту подогреть ее на слабом огне. В это время залить половиной стакана кипящей воды шафран и проварить его 5 мин.

Рис смешать с фасолью и положить в тесто, сверху полить оставшимся растопленным сливочным маслом и шафраном и поставить в духовку на 15 мин.

Плов выложить на широкое блюдо, тесто разрезать на треугольники. Обложить рис кусочками мяса и теста. Сверху полить соусом, оставшимся после тушения мяса, и посыпать корицей.

## 23. Сладкий плов по-гурийски (Грузия)

На 2 стакана риса — 100 г топленого масла, соль по вкусу.

Для подливки: 100 г меда, 50 г изюма, 100 г воды,

Промыть рис и замочить его на 1 ч.

Варить рис в подсоленной воде в течение 20 мин, откинуть в широкое металлическое сито и остудить.

В широкой кастрюле распустить часть масла, засыпать полуваренный рис и залить оставшимся маслом. Кастрюлю плотно прикрыть крышкой и довести плов до готовности.

Приготовить подливку: мед развести равным количеством горячей воды, добавить промытый изюм и дать 2 раза вскипеть.

Готовый плов выложить на тарелку и полить медовой подливкой.

## 24. Плов «Душанбе» (Таджикистан)

На 2 стакана риса — 500 г жирной баранины (или говядины), 6 яиц, 4—5 зубчиков чеснока, 1/2 ч. ложки красного молотого перца, 1 ч. ложка порошка барбариса, 6 луковиц, 400 г растительного масла, 4 моркови, зелень петрушки или укропа, мука для обсыпки яиц, соль.

Пропустить мясо через мясорубку и смешать его с частью мелко нарубленного лука, растертым чесноком и одним сырым яйцом. Тщательно растереть фарш, посолить и поперчить. Остальные яйца сварить вкрутую.

Сделать из фарша лепешки и облепить ими крутые яйца. Обвалить их в муке и обжарить в казане в перекаленном масле до полуготовности до образования тонкой золотистой корочки. Вынуть фаршированные фрикадельки из казана, а туда положить нашинкованный кубиками репчатый лук, морковь,

нарезанную соломкой. Все обжарить до золотисто-коричневого цвета, посолить, поперчить, посыпать молотым барбарисом.

Обжаренные продукты залить водой, засыпать предварительно перебранный и промытый рис, добавить воды (чтобы она покрыла рис), разровнять шумовкой, сделать большой огонь и варить до полного выкипания жидкости. Когда вода выкипит, собрать рис горкой, уложить обжаренные фрикадельки с яйцом, плотно закрыть крышкой и довести до готовности на слабом огне в течение 35 мин.

Плов уложить горкой на блюдо, посыпать мелко нарезанной зеленью, сверху положить фрикадельки с яйцами, разрезанными на 2- 4 части.

## 25. Пловогурджалинский (Туркмения)

На 1,5 стакана риса — 750 г баранины, 4 луковицы, 3 моркови,  $\frac{3}{4}$  стакана растительного масла, 1 ч. ложка молотого красного перца,  $\frac{1}{5}$  стакана урюка, 1 ст. ложка настойки шафрана, по 2 ст. ложки рубленой зелени укропа и петрушки, 1 л кипяченой воды, соль.

Баранину промыть, обсушить и нарезать кусочками по 50—60 г, обжарить в казане в перекаленном масле. Добавить мелко нарезанный репчатый лук, нашинкованную соломкой морковь, тушить еще 20—30 мин.

Затем мясо переложить в посуду с кипящей водой и отварить до готовности. Мясо вынуть, а бульон вылить в казан. Довести до кипения, положить перебранный и хорошо промытый урюк, перец, добавить настойку шафрана, перебранный и промытый в нескольких водах рис и варить сначала при открытой, затем при закрытой крышке на слабом огне.

За 10 мин до готовности на рис положить кусочки баранины, посыпать половиной рубленой зелени и оставить на слабом огне еще на 20 мин.

Выложить рис на большое плоское блюдо, положить на него мясо и посыпать оставшейся зеленью.

## 26. Пловпо-киргизски «для бедняков»

На 5 стаканов риса — 300 г растительного масла, 6 морковок, 4 луковицы, 1 головка чеснока, черный и красный молотый перец, соль.

Перебрать, промыть рис и замочить его за 2 ч до приготовления плова в теплой воде. Нарезать лук кольцами, морковь — соломкой, очистить головку чеснока от верхнего слоя кожицы.

Перекалить в казане растительное масло и обжарить в нем кольца лука до золотистого цвета, а затем положить соломку моркови. Посолить, положить черный и красный перец, головку чеснока. Обжарить все вместе в течение 10 мин, залить водой, сделать сильный огонь, довести до кипения и проварить на слабом огне 20 мин. Затем выложить ровным слоем подготовленный рис и снова увеличить огонь. Когда вода в плове испарится, собрать плов горкой от стенок казана к середине, уменьшить огонь, закрыть плов крышкой и тушить 25 мин.

## 27. Пловпо-кабардински

На 2 стакана риса — 600 г мяса птицы, 200 г топленого масла, 3 луковицы, зелень кинзы, соль по вкусу.

Мясо — курицы, гуся или индейки — посолить, слегка обжарить. Лук мелко нашинковать, положить тонким слоем на дно гусятницы, затем мясо, чередуя таким образом слою 2—3 раза. Тушить на небольшом огне в течение 30 мин.

Рис промыть, залить водой, добавить масло, соль, варить 20 мин на небольшом огне с закрытой крышкой, не перемешивая, пока рис не сварится. Когда рис и мясо будут готовы, выложить плов на блюдо, украсив веточками кинзы.

## 28. Пловпо-кумыкски

На 2 стакана риса — 400 г баранины, 300 г картофеля, 3 луковицы, 1 стакан кишмиша (или кураги), 200 г топленого масла, перец, соль по вкусу.

Перебрать рис, промыть и отварить до полуготовности, откинуть на дуршлаг и промыть холодной водой.

В кастрюлю налить топленое масло, положить ряд нарезанного дольками картофеля, сверху картофеля положить рис. Полить все топленным маслом, поставить на медленный огонь, довести до готовности, не перемешивая.

Мясо нарезать на мелкие кусочки, репчатый лук — кольцами, все посолить, поперчить, залить кипятком, довести до готовности на медленном огне.

Кишмиш (или курагу) промыть, поджарить на топленном масле.

Готовый плов выложить на блюдо, залить мясным соусом с луком и курагой.

## **29. Плов с рыбой и приправами по-итальянски**

На 2,5 стакана риса — 400 г филе рыбы, 2 дольки чеснока, 1 кусочек корня петрушки, зелень базилика, 1 морковь, 2 корня сельдерея, томатный соус, несколько сухих грибов, сливочное и растительное масло, тертый сыр, черный молотый перец, соль.

Перебрать и промыть рис. Очистить корни петрушки, сельдерея и моркови. Сухие грибы замочить в теплой воде на 30 мин.

Перемешать мелко нарезанный чеснок, петрушку, базилик, морковь и сельдерей. Посолить, поперчить и обжарить в разогретом растительном масле на слабом огне. Затем добавить нарезанное кусочками филе рыбы. Чтобы рыба не пригорела, ее надо часто переворачивать. Когда у рыбы образуется золотистая корочка, добавить немного воды и томатный соус и тушить, пока рыба не разварится. Снять с огня, размять содержимое кастрюли до однородной массы.

Вскипятить воду, посолить, положить в нее рис и грибы. Сверху положить рыбно-овощную массу. Варить на слабом огне, постоянно помешивая, до полной готовности риса. Когда рис впитает всю влагу, положить сливочное масло и посыпать сверху тертым сыром.

## **30. Плов королевский без мяса по-индийски**

На 2,5 стакана риса — 1 стакан изюма, 1 стакан грецких орехов, 150 г топленого масла, соль, тмин, кориандр, корица, кардамон, черный перец горошком, красный перец, шафран.

Перебрать рис и промыть холодной водой. Промыть изюм и обсушить его. Растопить в казане топленое масло и положить специи. Затем положить рис, изюм и орехи. Все перемешать и слегка обжарить в течение 7 мин. Добавить корицу, шафран, тмин и соль по вкусу. Залить водой так, чтобы она на 3 см покрывала рис. Довести на сильном огне до кипения

и варить до тех пор, пока уровень воды не сравняется с уровнем риса. Сделать слабый огонь, закрыть крышкой и варить, пока рис не впитает в-себя всю воду.

Готовый плов выложить горкой на блюдо.

## **31. Плов по-египетски**

На 1,5 стакана риса — 6 штук куриных печенок, 2 луковицы, 120 г сливочного масла, 120 г ветчины, 200 г грибов, 3 стакана бульона, соль по вкусу.

Отварить рис в подсоленной воде и обжарить его на сковороде.

Отварить грибы и нарезать их ломтиками. Отварить ветчину и нарезать кубиками. Нарезать ломтиками куриную печенку и обжарить. Нарезанный ломтиками лук обжарить вместе с печенкой грибами и ветчиной.

Влить бульон, довести до кипения, затем положить рис и поставить в духовку на средний огонь на 20 мин.

## **32. Плов по-аргентински**

На 2 стакана риса — 100 г сливочного масла, 1 луковица, шафран, 1,5 л мясного бульона, 200 г зеленого горошка, 1 стручок зеленого сладкого перца, тертый сыр, соль.

Перебрать и промыть рис. Луковицу мелко нашинковать. Сладкий перец вымыть и нарезать полосками, удалив семена. Растопить в кастрюле 50 г сливочного масла и поджарить на нем нашинкованную луковицу. Добавить рис и прожарить еще 10 мин. Налить кипящий бульон и положить щепотку шафрана. Рис должен окраситься в желтый цвет. Когда рис впитает всю жидкость, положить в него зеленый горошек и стручки сладкого перца, нарезанные соломкой. Закрывать крышкой и подержать на слабом огне еще 10 мин. Затем положить на плов оставшееся масло, посыпать сверху тертым сыром, посолить и выложить на блюдо.

Можно подавать горячим.

## **33. Плов по-милански с говяжьими мозгами**

На 2,5 стакана риса — 100 г сливочного масла, 1 луковица, 2/3 стакана сухого белого вина, 40 г говяжьих мозгов, шафран, мясной бульон, тертый сыр, соль по вкусу.

Перебрать и промыть рис. Щепотку шафрана растолочь в металлической чашке и залить горячим бульоном. Мелко нашинковать лук и пожарить его вместе с говяжьими мозгами в растопленном сливочном масле (50 г). Когда лук приобретет золотистый цвет, а мозги — поджаристую корочку, засыпать рис, а через несколько минут влить вино и мясной бульон. Варить на слабом огне. Когда рис впитает всю жидкость, полить шафраном, разведенным в бульоне, и положить оставшееся сливочное масло. Посыпать тертым сыром и закрыть крышкой на 15 мин.

Подавать к столу горячим.

### **34. Плов по-арабски с говядиной**

На 1,5 стакана риса — 750 г говядины, 300 г цветной капусты (или 250 г белокочанной), 3 ст. ложки топленого масла, 3 ст. ложки растительного масла, соль и перец по вкусу.

Мясо нарезать по 2 кусочка на порцию, отбить, посолить, поперчить и обжарить до образования румяной корочки.

Цветную (или белокочанную) капусту обжарить во фритюре и посолить.

В казан сложить обжаренное мясо, капусту, сверху замоченный в течение 1—2 ч рис и залить холодной водой так, чтобы вода на 2 см покрыла рис, посолить, поперчить.

Накрыть крышкой и тушить на среднем огне до готовности. Затем переложить плов на раскаленную сковороду с топленым маслом и обжарить.

### **35. Плов по-афгански**

На 1,5 стакана риса — 1 цыпленок (750 г), 0,5 кг телятины, 4 луковицы, 150 г растительного масла, 4 моркови, 0,5 стакана изюма, соль, перец по вкусу.

Рис замочить на 2 ч в холодной воде.

Нарезать мясо телятины кубиками. Мясо цыпленка отделить от костей, нарезать кубиками. Перебрать изюм, промыть, обсушить. Морковь нарезать кружочками.

Мелко нарезанный лук обжарить в масле, выложить в тарелку. В масле, в котором жарился лук, обжарить телятину, также выложить в тарелку. Затем обжарить в масле кусочки цыпленка.

Сложить все в кастрюлю, залить водой, чтобы она покрывала содержимое кастрюли, посолить, поперчить, довести до

кипения и тушить на медленном огне 20–30 мин. После этого положить в кастрюлю морковь, долить 4 стакана воды, варить еще 10—15 мин. Затем всыпать рис, варить на слабом огне 20 мин. Добавить изюм, закрыть крышкой и томить на слабом огне еще 20 мин.

### **36. Плов Александра Македонского**

На 1 кг риса — 2 кг говядины, 1 кг моркови, 5 луковиц, 20 г соли, 2 г тмина, 5 г семян кориандра, 15 г молотого барбариса, 3 г черного (или красного) перца.

Рис замочить в подсоленной воде. В казан положить нарезанное крупными кусками мясо, нарезанный кольцами лук и залить 1,5 л холодной кипяченой воды.

Когда вода закипит, снять пену, положить нарезанную соломкой морковь, дать сильно закипеть и, не перемешивая, посолить, поперчить, положить специи. Убавить огонь, тушить 1,5 ч. Если вода испарится, добавить.

Промытый рис положить в казан ровным слоем. Вода должна закрыть рис. Во время варки 2—3 раза перемешать верхний рисовый слой. После того как вода испарится, сделать в слое риса несколько проколов деревянной палочкой, а затем плотно закрыть крышкой казан и продержать плов на малом огне 20 мин.

На блюдо выложить сначала рис, затем мясо.

Отдельно подать помидоры с луком, гранаты или вишню.

### **37. Плов из баранины по-гречески**

На 800 г баранины — 400 г риса, 0,5 стакана изюма, 1/2 ст. ложки топленого масла, растительное масло.

Баранину, вырезанную от грудинки, нарезать небольшими кусочками, пожарить на сковороде так, чтобы куски подрумянились со всех сторон.

Отварить рис, откинуть на сито и обдать холодной водой. Это делается для того, чтобы рис был рассыпчатый. Смешав рис с бараниной и отобраным, промытым изюмом, сложить в кастрюлю, стенки которой хорошо смазать натопившимся бараньим жиром. К плову прибавить 1/2 ст. ложки топленого масла, покрыть кастрюлю крышкой и тушить в духовке в течение 30 мин.

Подавая на стол, плов надо высыпать на подогретое блюдо.

### **38. Плов с говядиной по-румынски**

На  $\frac{3}{4}$  стакана риса — 1 кг говядины, 2 ст. ложки сливочного масла, 1 ст. ложка томатной пасты, 1,5 л воды, 2 луковицы, соль, перец.

Говядину — лопаточную часть или огузок — нарезать на равные куски, обжарить вместе с нарезанным луком, следя, чтобы лук не зарумянился. Залить водой, добавить томатную пасту, соль, перец и варить около часа.

Готовое мясо переложить в другую кастрюлю, а бульон уварить на медленном огне до 1/4 л, затем процедить его через сито в кастрюлю с мясом и поставить на плиту. Когда уваренный бульон с мясом закипит, положить промытый рис, закрыть кастрюлю крышкой и поставить в духовку на 20 мин.

Когда рис впитает всю воду, вилок осторожно перемешать верхний слой плова и на несколько минут оставить его для «вздоха», после чего подавать к столу.

### **39. Плов с цыпленком по-сирийски**

На 0,5 стакана риса — 1 цыпленок (750 г), 3 ст. ложки топленого сливочного масла, 2 луковицы, 5 помидоров, 5 бутонов гвоздики, зелень кинзы, соль, черный молотый перец.

Промыть и выпотрошить тушку цыпленка и запечь ее в духовке, добавив сливочное масло (сверху цыпленка тоже обмазать сливочным маслом). Когда цыпленок приобретет приятную золотистую корочку, вынуть его из духовки, разрезать на кусочки и удалить косточки. Печень цыпленка поджарить отдельно.

Поджарить на топленом масле в глубокой кастрюле на тертый на мелкой терке лук, вместе с 0,5 рисом (промытым и обсушенным). После того как рис поджарится, налить 2 стакана воды и посолить, положить черный молотый перец, нарезанные дольками помидоры и гвоздику. Закрывать крышкой и тушить на слабом огне в течение 20 мин. Затем добавить заранее поджаренные кусочки цыпленка и печень, перемешать все и прогреть на слабом огне еще 10 мин.

Выложить на большое блюдо и посыпать сверху мелко нарезанной зеленью кинзы.

### **40. Плов из курицы с рисом по-китайски**

На 1 кг риса — 1 курица (1,5 кг), 2—3 луковицы, 3—4 сухих гриба, 2 ст. ложки крахмала, 2 ст. ложки соевого соуса, 1 ч. ложка растительного масла, 3 ст. ложки свиного нутряного жира, 1 ч. ложка сахара, 1 ч. ложка молотого красного перца, 1 ст. ложка вина, соль по вкусу.

Снять с курицы кожу, вынуть крупные кости, остальное (жир, мясо, хрящи, тонкие мелкие кости) порубить небольшими кусочками. Влить вино, растительное масло, поперчить, добавить сахар, посолить, перемешать и дать постоять. Через 15 мин посыпать крахмалом, перемешать, добавить ложку свиного жира и еще раз перемешать.

Грибы размочить в 0,5 стакана воды, нашинковать (грибной настой сохранить). Рис отварить в котелке до полуготовности, добавить куриную смесь (не перемешивая) и тушить около 30 мин на среднем, а затем на слабом огне. Содержимое котелка не мешать, а кастрюлю все время поворачивать на огне в разные стороны, чтобы плов не подгорел. Готовый рис отделить от кусочков курицы, смешать с луком, поджаренным на свином жире отдельно. Кусочки курицы смешать с соевым соусом и прокипяченным грибным настоем. Выложить рис и курицу на тарелку рядом, не смешивая.

## АССОРТИ ИЗ ПЛОВА

### 41. Плов с кабачками

На 5 стаканов риса — 5—6 кабачков, по 150 г сливочного и растительного масла, 1 л мясного бульона, 200 г сметаны, 1/2 ст. ложки муки, 0,5 стакана молока, 1 луковица, зелень петрушки, укропа, белый молотый перец, соль.

Свежие кабачки очистить от кожицы, ошпарить кипятком и нарезать ломтиками толщиной 3—4 мм. Положить в дуршлаг и дать стечь воде. Припустить кабачки в 50 г сливочного масла.

Промытый рис пожарить, не зарумянивая, на оставшемся сливочном масле с мелко нарезанным луком, затем залить горячим бульоном, поперчить белым молотым перцем и поставить в духовку на 25—30 мин.

В смазанный маслом сотейник сложить, чередуя кабачки и готовый рис так, чтобы сверху был рис. Смешать муку с растительным маслом, развести молоком и сметаной. Полученным соусом залить кабачки с рисом. Накрыть сотейник крышкой и поставить в разогретую духовку на 15 мин.

Подавать к столу плов горячим, посыпав мелко нарезанной зеленью петрушки и укропа.

### 42. Плов спотрохами домашней птицы

На 1 стакан риса — 3 стакана бульона, 400 г потрохов цыпленка, 200 г жареного или отварного мяса цыпленка, 50 г грибов, 20 изюминок, 60 г сливочного масла, 3 яйца, тертый сыр, соль, перец, томатный соус.

Хорошо промытые потроха цыпленка отварить до мягкости в 1 стакане бульона (или в подсоленной воде). Добавить грибы и мясо, посолить, довести до готовности и вынуть шумовкой. Бульон процедить и долить кипяченой водой до получения 2,5 стаканов жидкости.

Рис спассировать до прозрачности в небольшом количестве масла, затем залить бульоном и подержать на слабом огне до набухания (несколько минут). Добавить потроха, грибы,

нарезанные на мелкие кусочки, и изюм. Хорошо перемешать и выложить в смазанную маслом и посыпанную молотыми сухарями форму, посыпать тертым сыром, сбрызнуть сливочным маслом и поставить на 15 мин в духовку на средний огонь.

Готовый плов выложить на блюдо, вокруг полить томатным соусом и украсить разрезанными на 4 части сваренными вкрутую яйцами.

### 43. Плов с баклажанами

На 2,5 стакана риса — 4 баклажана, 2 сладкого перца, 250 г белых грибов, 3 помидора, 150 г сливочного масла, 3 луковицы, зелень петрушки и укропа, соль и перец по вкусу.

Перебранный и промытый рис положить в кипящую подсоленную воду и варить при слабом кипении. Когда зерна набухнут и станут мягкими, откинуть рис на дуршлаг и облить горячей водой. После того как вода стечет, положить рис на сковороду, добавить растопленное сливочное масло и прогреть, помешивая, на слабом огне 10 мин.

Нагреть в кастрюле сливочное масло и спассировать на нем нарезанный кружочками репчатый лук, добавить разрезанные на 8 частей очищенные стручки сладкого перца, нарезанные на кусочки белые грибы, на кубики — баклажаны, на дольки — помидоры и немного зелени петрушки. Все перемешать, посолить, закрыть посуду крышкой и тушить до готовности, периодически помешивая.

Уложить на блюдо готовый рис, сделать в середине углубление, наполнить его тушеными овощами и посыпать сверху мелко нарезанной зеленью укропа.

### 44. Плов с бараниной и гранатами

На 1,5 стакана риса — 500 г баранины, 2 луковицы, 2 граната, 0,5 стакана топленого масла, соль по вкусу.

Отварить рис в слегка подсоленной воде. Баранину разрубить на небольшие кусочки, посыпать солью и перцем, обжарить на масле или сале вместе с мелко нарезанным луком. Как только лук и баранина поджарятся, залить их водой так, чтобы она чуть покрыла содержимое кастрюли. Затем положить зерна граната, закрыть кастрюлю и тушить мясо, пока оно не делается мягким.

Выложить мясо на большое блюдо, засыпать его рисом и полить сверху соком, в котором тушилось мясо.

## 45. Плов фруктовый сладкий

На 1,5 стакана риса — 200 г кураги, 200 г изюма, 1 стакан свежей алычи, 100 г очищенного миндаля, 150 г сливочного масла, 2—3 персика, 1 ст. ложка настоя шафрана, 50 г сахара, 0,5 стакана сока граната, 0,5 стакана меда, 1 ч. ложка корицы, 2 бутона гвоздики, 1,5 стакана муки, 1 яйцо, 1 ст. ложка воды, 200 г слив.

Для лепешки: 1,5 стакана пшеничной муки, 1 ч. ложка сахара, 30 г масла, 1 яйцо, 2 ч. ложки молотой корицы.

Приготовить плов и окрасить часть его настойкой шафрана.

Лепешка (казмаг) готовится так: взбить 1 яйцо с 1 ч. ложкой сахара, добавить 1 ст. ложку воды и размягченное сливочное масло, еще раз взбить. Пшеничную муку смешать с молотой корицей, высыпать горкой на разделочную доску. В середине горки сделать углубление, положить подготовленную яично-маслянную смесь и замесить тесто. Раскатать в пласт толщиной 1,5 мм и смазать топленным сливочным маслом.

Фрукты (кроме алычи) и орехи обжарить в глубокой сковороде на сливочном масле. В эмалированной чашке растопить на медленном огне сахар, добавить в него мед и сок фаната. Когда все закипит, положить корицу и гвоздику, обжаренные фрукты и орехи и слегка уварить на слабом огне.

Казан смазать топленным маслом, положить пресную лепешку, на нее рис, добавить уваренные в медово-сахарном сиропе фрукты с орехами, закрыть крышкой и поставить упревать на слабый огонь 15—20 мин.

При подаче плова на тарелку горкой положить рис, сбоку поместить корочки лепешек, сверху положить фрукты и свежие сливы.

## 46. Плов грибами

На 1 стакан риса — 1 кг свежих грибов, 0,5 л воды, 3 луковицы, 4 ст. ложки растительного масла, соль и перец по вкусу.

Перебрать, промыть и замочить рис в теплой подсоленной воде на 30 мин.

Грибы нашинковать соломкой, положить в сковороду и тушить до полного выпаривания выделившегося сока. К грибам добавить рубленый репчатый лук, растительное масло, посолить, поперчить и пожарить в течение 5 минут. Затем

грибы с луком положить в кастрюлю, добавить горячую воду, засыпать замоченный рис, довести до кипения и, закрыв кастрюлю крышкой, поставить ее в нагретую духовку на 30 мин.

## 47. Плов с курицей и свиной

На 1 стакан риса — 1 курица, 20 г куриного бульона, 3 ст. ложки томатной пасты, 5 ст. ложек растительного масла, 200 г консервированного зеленого горошка, 200 г свинины (окорок), 1 луковица, 150 г красного маринованного перца, соль и перец по вкусу, зелень петрушки.

Перебрать и промыть рис, обжарить его в растительном масле в течение 7 мин. Свинину нарезать кубиками и обжарить вместе с томатной пастой. Курицу рубить на порционные кусочки и обжарить на растительном масле вместе с мелко нарезанным луком и томатной пастой.

На глубокую сковороду положить обжаренный рис, свинину и курицу с луком и томатом, залить бульоном, закрыть крышкой и тушить на слабом огне в течение 30 мин. За 10 мин до готовности добавить зеленый горошек, маринованный перец (или лечо). Выложить готовый плов на блюдо и посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки.

## 48. Плов диетический с мясом кролика

На 1,5 стакана риса — 600 г кролика, 100 г сливочного масла, 4 луковицы, 0,5 стакана кишмиша, лавровый лист, соль по вкусу.

Нарубить подготовленного кролика и поджарить на сливочном масле вместе с нашинкованным репчатым луком. Затем переложить в кастрюлю, залить до половины горячей водой, добавить лавровый лист и тушить под крышкой до полуготовности.

Положить перебранный и промытый рис и кишмиш. Добавить горячую воду, чтобы она покрыла рис на 1 см, закрыть крышкой и тушить на слабом огне до тех пор, пока рис не станет мягким и рассыпчатым.

## 49. Плов с бараньей грудинкой

На 4,5 стакана риса — 1 кг бараньей грудинки, 1,5 л воды, 200 г жира, 3 луковицы, бульон, томатная паста, соль, перец.

Баранью грудинку разрезать вдоль по костям, каждую косточку — на 3 части в поперечном направлении. Разогреть в казане топленое масло, положить в него нарезанный кольцами репчатый лук. Когда лук зарумянится, добавить кусочки бараньей грудинки и обжарить до румяной корочки, залить бульоном.

Затем засыпать перебранный и вымытый рис, добавить бульон (чтобы рис покрылся доверху), соль, перец, закрыть крышкой, поставить тушить в духовку, пока рис не станет мягким и рассыпчатым. После добавить спассированную на жире томатную пасту, осторожно перемешать, чтобы не помять рис, и снова прогреть в духовке несколько минут.

## 50. Плов с бараниной и щавелем

На 2 стакана риса — 600 г баранины, 3 луковицы, 200 г щавеля, 200 г топленого масла, бульон, шафран, корица, соль, специи.

Приготовить плов из 400 г риса.

Баранину нарезать на кусочки, обжарить в топленом масле, посолить, поперчить. Поджарится — добавить нарезанный тонкими кольцами лук, пряности, нашинкованный щавель, пожарить еще немного и влить бульон. Тушить на слабом огне до готовности.

Выложить плов на большое блюдо, сверху — куски тушеной баранины с луком и щавелем.

## Издательская группа АСТ

Издательская группа АСТ, включающая в себя около **50 издательств** и редакционно-издательских объединений, предлагает вашему вниманию **более 20 000 названий книг** самых разных видов и жанров.

Мы выпускаем классические произведения и книги современных авторов.

В наших каталогах — интеллектуальная проза, детективы, фантастика, любовные романы, книги для детей и подростков, учебники, справочники, энциклопедии, альбомы по искусству, научно-познавательные и прикладные издания, а также широкий выбор канцтоваров.

### В числе наших авторов мировые знаменитости:

Сидни Шелдон, Стивен Кинг, Даниэла Стил, Джудит Макнот, Бертрис Смолл, Джоанна Линдсей, Сандра Браун, создатели российских бестселлеров Борис Акунин, братья Вайнеры, Андрей Воронин, Полина Дашкова, Сергей Лукьяненко, братья Стругацкие, Фридрих Незнанский, Виктор Суворов, Виктория Токарева, Эдуард Тополь, Владимир Шитов, Марина Юденич, Виктория Платова, Чингиз Абдуллаев; видные ученые деятели академик Мирзакарим Норбеков, психолог Александр Свияш, авторы книг из серии «Откровения ангелов-хранителей» Любовь Панова и Ренат Гарифзянов, а также любимые детские писатели Самуил Маршак, Сергей Михалков, Григорий Остер, Владимир Сутеев, Корней Чуковский.

### Издательская группа АСТ

129085, Москва, Звездный бульвар, д. 21, 7-й этаж

Справки по телефону:

(095) 215-01-01, факс 215-51-10

E-mail: [astpub@aha.ru](mailto:astpub@aha.ru) <http://www.ast.ru>

Книги издательской группы АСТ вы сможете заказать и получить по почте в любом уголке России. Пишите:

**107140, Москва, а/я 140**

Звоните: (095) 744-29-17

**ВЫСЫЛАЕТСЯ БЕСПЛАТНЫЙ КАТАЛОГ**

[www.natahaus.ru](http://www.natahaus.ru)

Электронная версия данной книги создана исключительно для ознакомления! Реализация данной электронной книги в любых интернет-магазинах, и на CD (DVD) дисках с целью получения прибыли, незаконна и запрещена! По вопросам приобретения печатной или электронной версии данной книги обращайтесь непосредственно к законным издателям, их представителям, либо в соответствующие организации торговли!

[www.natahaus.ru](http://www.natahaus.ru)