

СКОРАЯ КУЛИНАРНАЯ ПОМОЩЬ

ПРЕДСТАВЛЯЕТ

Илья
Лазерсон

КУХНИ
НАРОДОВ
МИРА



АРМЯНСКАЯ
КУХНЯ

СКОРАЯ КУЛИНАРНАЯ ПОМОЩЬ
ПРЕДСТАВЛЯЕТ

КУХНИ
НАРОДОВ
МИРА



Илья Лазерсон

АРМЯНСКАЯ КУХНЯ



Москва — Санкт-Петербург
ЦЕНТРОЛИГРАФ
МиМ-Дельта
2004

ББК 36.997
Л17

Охраняется Законом РФ об авторском праве.
Воспроизведение всей книги или любой ее части
воспрещается без письменного разрешения издателя.
Любые попытки нарушения закона
будут преследоваться в судебном порядке.

Серия «Скорая кулинарная помощь»
выпускается с 2003 года

*Разработка серийного оформления
художника И.А. Озерова*

Рисунки Е. Шенца

Л17 Лазерсон И.И.
Армянская кухня. — М.: ЗАО Центрполиграф, 2004. — 47 с. — (Скорая кулинарная помощь).

ISBN 5-9524-1332-3

Вкус армянской еды напоминает библейские сказания и очарование восточных поэм. В грандиозном разнообразии блюд каждый может найти ароматные, сытные, необычные и очень полезные супы, вторые блюда и экзотические сладости на свой вкус. Простые советы и рекомендации, оригинальные рецепты и технологии помогут вам в создании этих чудес в домашних условиях.

ББК 36.997

© И.И. Лазерсон, 2004
© ООО «Мир-Дельта», 2004
© Художественное
оформление серии,
ЗАО «Центрполиграф», 2004

ISBN 5-9524-1332-3

По преданию на горе Арарат до сих пор стоит Ноев ковчег. Можно отправиться на его поиски. Но даже если вы его не найдете, вас ждет знакомство с одной из самых древних культур Закавказья, ведь Армения как государство сложилось уже в VI в. до н. э. Правда, потом много чего произошло. И арабы ее завоевывали, и монголы, и турки, и иранцы. Тяжелые были времена. Но, несмотря на это, армяне сохранили свою культуру и, соответственно, национальную кухню тоже.

На Кавказе любят и умеют вкусно поесть, но армяне относятся к приготовлению своих национальных кушаний особенно трепетно. И процесс этот как правило сложен и трудоемок. Взять, например, *кололак*. Мясо для него отбивается до пюреобразного состояния, а затем варится в бульоне. А толма — рубленая баранина в виноградных листьях.

И ведь не лень тратить столько времени и сил, обжаривать многочисленные компоненты, варить и пропускать через мясорубку, ошпаривать кипятком, растирать и толочь, чтобы все это сложить в одну посуду и получить нечто изумительно вкусное, ароматное и нежное.

А ароматное, кстати, потому, что в Армении знают и ценят пряности, травы и приправы. Насчитывается их (по очень скромным подсчетам) около трехсот. Излюбленными являются черный перец, кинза, мята, эстрагон, базилик, чабрец и, конечно же, чеснок и лук, а для кондитерских изделий — корица, кардамон, гвоздика и ваниль.

Набор пряностей не сильно отличается от используемых в грузинской и азербайджанской кухнях. Тут главное — соотношение применяемых компонентов. Лук, например, добавляется почти во все блюда и в значительных количествах, тогда как чеснок — умереннее, причем больше в маринованном, а не в свежем виде.

Хотелось бы развеять устоявшееся представление, что на Кавказе едят только баранину. А вот и нет. Армяне всегда разводили и разводят коров, буйволов, свиней (благо — христиане), индеек, кур, гусей и уток. Употребляют и дичь. В национальной армянской

кухне можно встретить чрезвычайно редкое для других кухонь сочетание различных видов мяса в одном блюде. *Арганак* сочетает куриное и оленье мясо, сваренные в курином бульоне.

Правда, и не оспорить умения виртуозно приготовить барашка. Да с овощами: с баклажанами, помидорами, капустой, фасолью, картофелем. Зелень, опять же... Мацун * с чесночком. Ну и, конечно, не повредят «Одна звездочка, две звездочки... лучше всего, конечно, пять звездочек...»

А что, может, попробовать? Почему бы и нет, если рецепты можно прочитать в этой книге.

БЛЮДА ИЗ ОВОЩЕЙ

Борани из овощей

Картофеля 800 г, баклажанов 500 г, помидоров 400 г, перца сладкого 120 г, лука репчатого 80 г, масла топленого 120 г, зелень.



Вымытый и очищенный картофель, баклажаны, репчатый лук нарезать кубиками

* Мацун — сквашенное молоко.

и обжарить. Затем положить разрезанные на четыре части помидоры, сладкий перец и все припустить до готовности.

Перед подачей на стол посыпать зеленью.

Салат лобуц



Фасоли красной 350 г, лука репчатого 100 г, масла растительного 60 мл, уксуса 3%-го 60 мл, специи, зелень, соль.

Перебранную и вымытую красную фасоль залить холодной водой и варить до готовности, после чего фасоль остудить и заправить солью, перцем, зеленью кинзы, полить уксусом, растительным маслом и хорошо перемешать. Подавать в салатнике, посыпав сверху нарезанным кольцами репчатым луком и веточками зелени.



Тыква жареная

Тыквы 1 кг, масла сливочного 50–75 г, муки 3 ст. ложки, чеснока 0,5 головки, мацуна 1 стакан.

Тыкву вымыть и нарезать тонкими ломтиками, затем посолить, дать полежать пять

минут, после чего запанировать в муке и обжарить на разогретой сковороде.

Мацун заправить толченым чесноком и перед подачей на стол полить им жареную тыкву.

Схторац бадражан (баклажаны с чесноком)

Баклажанов 1 кг, чеснока 40 г, масла растительного 120 мл, корня сельдерея или петрушки 15 г, помидоров 200 г, зелени кинзы и укропа 30 г, перец, соль — по вкусу.



Баклажаны промыть, очистить от плодоножек, обсушить салфеткой или полотенцем и снять кожицу. Затем с одной стороны сделать надрез и ложкой удалить мякоть с семечками. Подготовленные таким образом баклажаны опустить в остывшую кипяченую и подсоленную воду на 10–15 мин, после чего откинуть и слегка отжать.

Измельчить мякоть баклажанов, добавляя мелко нарезанный чеснок, промытые и мелко нашинкованные корни петрушки или сельдерея, зелень укропа и кинзы, посолить, посыпать перцем, все перемешать и обжарить на растительном масле.

Полученной массой нафаршировать подготовленные баклажаны и уложить их в один ряд надрезанной стороной вверх на сковороду с разогретым растительным маслом. Затем добавить очищенные от кожицы и разрезанные пополам помидоры, посолить, долить немного воды, посыпать мелко нарезанной зеленью кинзы и укропа. Припустить на слабом огне под закрытой крышкой в течение 10–15 мин. При подаче на стол полить соком, образовавшимся при припускании. Блюдо, можно подавать как в горячем, так и в холодном виде.

Толма из гороха в виноградных листьях



Гороха лущеного 50 г, крупы рисовой 60 г, лука репчатого 100 г, масла растительного 100 г, кураги 60 г, альбухеры (желтой сливы) 80 г, изюма 50 г, виноградные листья, перец, кинза, чабрец, мята, соль.

Перебранный и промытый горох отварить и откинуть на дуршлаг. Промыть и отварить рисовую крупу. Альбухару промыть, ошпарить кипятком, удалить косточки и мелко нарезать. Нарубить мелко репчатый лук и

обжарить его на растительном масле. Промыть изюм. Горох, рис, лук, альбухару, изюм, кинзу, чабрец, мяту перемешать, заправить солью и перцем.

Свежие виноградные листья промыть, ошпарить кипятком, после чего аккуратно удалить стебельки. (Можно применять и засоленные виноградные листья, они сейчас продаются на рынках и северных городов).

На каждый виноградный лист положить приготовленный фарш и свернуть лист в форме конверта. Затем уложить толму в кастрюлю рядами, обложить предварительно промытой курагой, залить водой так, чтобы она покрыла продукты, добавить растительное масло. Кастрюлю накрыть крышкой и довести толму до готовности на слабом огне. Готовую толму выложить на блюдо, перед подачей на стол посыпать зеленью петрушки.

Это блюдо можно приготовить также в капустных листьях.

Айлазан

Баклажанов 500 г, картофеля 500 г, лука репчатого 4 шт., масла растительного 100 мл, перца сладкого 4 стручка, помидоров 3–4 шт.,





фасоли стручковой 1 стакан, пряная зелень базилика, чабреца, кинзы, петрушки 1 стакан, чеснока 0,5—1 головка, перца черного 1 ч. ложка, перца красного 0,5 ч. ложки.

Баклажаны вымыть, нарезать кружочками, посолить и дать полежать 10—15 мин, после чего отжать.

Остальные овощи нарезать примерно одинаковыми дольками, пряности мелко нарубить.

Все подготовленные овощи, включая баклажаны, выложить в кастрюлю слоями в 1—2 см и повторять эти слои, пересыпая их солью и пряностями. Затем все залить маслом, прикрыть сверху тарелкой, закрыть крышкой и на слабом огне довести до готовности на плите или в духовке.

При приготовлении айлазана на плите долить в кастрюлю еще 0,5 стакана воды.

Мшош фасолевый



Для горячего мшоша: фасоли красной 1 стакан, кизила сушеного 0,5 стакана, миндаля 0,5 стакана, изюма 0,25 стакана, отвара фасоли

0,25 стакана, соли 0,5 ч. ложки. Для холодного мшоша: фасоли 1 стакан, лука репчатого 3—4 шт., грецких орехов толченых 0,5 стакана, петрушки 2 ст. ложки, чабреца 1 ст. ложка, перца черного молотого 1 ст. ложка.



Фасоль промыть и отварить в большом количестве воды. Отвар слить в отдельную посуду, готовую фасоль размять.

Миндаль ошпарить, очистить, измельчить. Кизил замочить на 15 мин, затем протереть. Репчатый лук пропустить через мясорубку.

Соединить все продукты, долить фасолевый отвар и прогреть, помешивая, на слабом огне 20 мин.

Если готовят холодный мшош, то блюдо не подогревают, а просто перемешивают все компоненты до пюреобразного состояния.

СУПЫ

Таронский суп

Воды 2 л, курица — 1 шт., лука репчатого 4 шт., моркови 1 шт., 1 корень сельдерея, крупы перловой



*0,5 стакана, яичных желтков 2 шт.,
1 лимон, перца черного 4–5 горошин.*

Курицу отварить до готовности с целой луковицей и разрезанными вдоль морковью и сельдереем. Затем вынуть ее из бульона, снять мясо, нарезать его кубиками по 1 см, отложить. После этого достать вареные овощи, бульон процедить.

Засыпать в кипяток промытую перловую крупу, отварить ее до мягкости, слить отвар.

Отваренную перловую крупу, мелко нарезанный лук, перец засыпать в бульон, немного проварить, затем добавить куриное мясо, посолить, добавить в суп отдельно цедру лимона и нарезанную кубиками очищенную от кожуры и семян мякоть одного лимона. Снять суп с огня. Растереть в чашке яичные желтки и, постепенно добавляя по ложечке, развести их в 0,5 стакана бульона, после чего влить в суп, размешать и подать готовое блюдо на стол.

Суп рисовый

Говядины 500 г, масла топленого 50 г, крупы рисовой 120 г, лука репчатого 80 г, яиц 3 шт., специй, соль.



Сварить бульон из говядины с добавлением костей. В готовый процеженный кипящий бульон опустить промытую рисовую крупу, мелко рубленный предварительно пассерованный репчатый лук и варить до готовности риса. Перед подачей на стол заправить яичным желтком.

Бозбаш ереванский

Баранины (грудинки) 500 г, масла топленого 50 г, лука репчатого 50 г, гороха лущеного 150 г, картофеля 500 г, яблок 150 г, чернослива 50 г, пюре томатного 50 г, специй, соль.



Баранью грудинку вместе костями промыть, нарезать, положить в кастрюлю и варить. В готовый бульон всыпать горох и варить до его готовности. Затем добавить нарезанный дольками картофель, предварительно пассерованные репчатый лук и томатное пюре, промытый чернослив, разрезанные на четыре части и очищенные от сердцевинки яблоки, соль, перец и варить еще 10–15 мин.

Бозбаш эчмнадзинский

Баранины (грудинки) 500 г, масла топленого 50 г, лука репчатого 70 г,





баклажанов 200 г, помидоров 500 г, фасоли стручковой 150 г, перца сладкого 150 г, бамии 150 г, картофеля 400 г, зелени петрушки, кинзы, базилика 50 г, специй, соль.

(Плоды бамии по внешнему виду напоминают стручки горького перца и представляют собой 4–8-гранные коробочки, суживающиеся к концу; используются в 3–5-дневном возрасте в качестве приправы к мясным блюдам и супам в смеси с другими овощами, а также в отварном и жареном виде).

Баранью грудинку вместе с костями промыть, нарезать на куски, залить холодной водой и варить до полуготовности. Сваренную баранину вынуть и обжарить на масле, бульон процедить. Куски баранины залить горячим процеженным бульоном, добавить обжаренный мелко нарезанный репчатый лук, нарезанный кубиками картофель, нарезанные дольками баклажаны, очищенные и нарезанные поперек стручки фасоли, очищенную от стеблей мелкую бамию, нарезанный крупной соломкой сладкий стручковый перец и варить до готовности.

За 15 мин до подачи на стол суп посолить, добавив нарезанные дольками помидоры и пряную зелень.

Кололик

Баранины 500 г, масла топленого 50 г, риса 200 г, лука репчатого 150 г, яиц 5 шт., зелени эстрагона и петрушки по 50 г, специй, соль.



Котлетное мясо баранины пропустить через мясорубку дважды. В полученную массу ввести яйца, соль, мелко нарезанный репчатый лук, зелень петрушки, перец. Фарш тщательно перемешать и сформировать из него небольшие фрикадельки.

В горячий процеженный костный бульон опустить пассерованный на масле мелко нарубленный репчатый лук, фрикадельки, перебранную и промытую рисовую крупу, зелень эстрагона и варить до готовности крупы. Взбить яйца, добавив холодную воду.

Перед подачей на стол тонкой струей влить разведенные водой взбитые яйца, непрерывно помешивая, подогреть, не давая закипеть.

Воспапур (суп с чечевицей)

Говядины 500 г, чечевицы 150 г, картофеля 500 г, орехов грецких 80 г,



лука репчатого 100 г, чернослива или урюка 50 г, масла топленого 50 г, муки пшеничной 20 г, укропа 20 г, специи.

Предварительно замоченную чечевицу опустить в бульон и варить до мягкости. После этого добавить нарезанный кубиками картофель, пассерованный лук, фрукты, пассерованную муку, обжаренные измельченные орехи и варить до готовности.

При подаче на стол посыпать укропом и черным перцем.



Хаш

Ноги говяжьи или бараньи — 1 кг, рубца 500 г, чеснока 20 г.

Обработанные говяжьи или бараньи ножки и рубцы выдержать в холодной воде 8–10 ч, сменяя ее 3–4 раза, после чего рубцы и ноги варить по отдельности. Рубцы залить холодной водой и варить без соли до тех пор, пока не исчезнет специфический запах. После этого отвар слить, рубцы залить свежей водой и варить на слабом огне без соли, периодически снимая пену, до тех пор, пока не станут очень мягкими. Ноги варить до отделения мякоти от костей. Затем их вынуть, снять мякоть с

костей, нарезать, вновь опустить в бульон и варить. Во время варки добавить нарезанные отваренные рубцы. Хаш подают очень горячим. Отдельно к нему подают соль и измельченный чеснок, разбавленный бульоном.

Спас (суп из мацуна)

Мацуна 1 л, крупы рисовой 150 г, яиц 4 шт., муки пшеничной 50 г, лука репчатого 80 г, масла топленого 50 г, зелень кинзы или мяты.



Муку соединить с яйцом и тщательно взбить. Мацун разбавить водой из расчета 1:1. В яично-мучную смесь, помешивая, влить разведенный водой мацун и, не переставая перемешивать, на медленном огне довести до кипения. После этого добавить предварительно отваренный рис, мелко нарезанный пассерованный лук, зелень кинзы или мяты. Затем перемешать и довести суп до кипения. Вместо мацуна можно использовать свежую пахту.

Сарнапур

Гороха 0,5 стакана, риса 0,25 стакана, мацуна 0,75 л, зелени кинзы 3 ст.



ложки, зелени мяты 1 ст. ложка, ботвы свекольной молодой 1 пол-литровая банка.

Горох промыть и сварить в 1 л воды. Незадолго до готовности добавить рис. Отдельно в 0,5 л воды припустить свекольную ботву.

Соединить все, заправить пряной зеленью, посолить, проварить в течение еще 3 мин, затем охладить и развести мацуном.

Анушапур



Воды 1,5 л, кураги 200 г, лука репчатого 3 шт., масла сливочного 75 г, сахара 75 г.

Засыпать в кипящую воду промытую курагу и варить 20 мин. Затем добавить сахар.

Обжарить мелко нарезанный лук, соединить его с супом, довести суп до кипения.



Чирапур

Воды 2 л, гороха-нута 0,5 стакана, кураги 200 г, сахара 100 г.

Горох замочить на 10 ч, затем промыть, освободить от шелухи и отварить до готовности.

Добавить курагу, сахар, продолжать варить до готовности кураги, после чего охладить суп под крышкой.

БЛЮДА ИЗ РЫБЫ

Форель на вертеле

Форели порционной 1 шт, масла сливочного 20 г, зелени 50 г, лимона 70 г или зерен граната 150 г, специи, соль.



Рыбу очистить, выпотрошить со стороны головы, не разрезая брюшка, через отверстие, оставшееся после удаления жабр, тщательно промыть и обсушить полотенцем. Чтобы во время жарки рыба не деформировалась, следует сделать надрезы на коже в нескольких местах. Затем форель посыпать солью, красным перцем, надеть на вертел и жарить над раскаленными углями без пламени, периодически поворачивая и смазывая сливочным маслом.

Подавать форель на блюде, украсив кружочками лимона и зеленью эстрагона. Зерна граната подать отдельно.



Форель припущенная

Форели 1,5 кг, воды 200 мл, 1 лимон, масла сливочного 150 г, зелень эстрагона.

Подготовленную рыбу посолить, уложить в сотейник, предварительно смазанный сливочным маслом и обложенный зеленью эстрагона. Сверху положить кусочки сливочного масла, влить немного воды и припустить под крышкой на слабом огне в течение 15–18 мин. Готовую форель выложить на блюдо, полить жидкостью, в которой она припускалась, украсить ломтиками лимона и зеленью эстрагона.

Форель с ореховым соусом



Форели 1 кг, воды 200 мл, соуса орехового или уксуса винного 150 мл. Для соуса: орехов грецких 600 г, сахара 50 г, воды 1,5 л, соль, перец, уксус, зелень.

Подготовленную рыбу припустить в течение 15–18 мин, затем осторожно переложить на блюдо, украсить зеленью эстрагона. От-

дельно подать ореховый соус или белый винный уксус.

Приготовление соуса. Ядра грецких орехов ошпарить, удалить пленку и тщательно измельчить. Затем залить горячей водой, добавить соль, перец, сахар и варить 15 мин. За 5 мин до окончания варки добавить винный уксус и мелко нашинкованную зелень кинзы и мяты.

Форель с яйцом

Форели 1,5 кг, масла топленого 100 г, яиц 4 шт., перец, зелень эстрагона, соль.



Подготовленную рыбу нарезать на куски и обжарить на масле с обеих сторон до образования золотистой корочки. Обжаренную рыбу залить взбитыми яйцами и запечь в духовке.

Подавать на сковороде, посыпав зеленью эстрагона.

Кутап

Форели 1,5 кг, масла сливочного 100 г, риса 0,5 стакана, изюма 0,5



стакана, зелени петрушки или кин-
зы 3 ст. ложки, имбиря 1 ч. ложка.

Выпотрошить рыбу, не разрезая брюшка, нафаршировать ее отваренным рисом, изюмом, маслом и имбирем. Затем запечь в духовке на противне, смазанном маслом.

Кчуч рыбный

Рыбы (филе с кожей) 1 кг, лука репчатого 5 шт., масла сливочного 100 г, помидоров 4 шт., перца болгарского 3–4 шт., вина белого виноградного 0,5 стакана, перца черного 12 зерен, перца ямайского 6 зерен, перца красного молотого 0,5 ч. ложки, эстрагона 2–3 ст. ложки, соли 2 ч. ложки.



В смазанную сливочным маслом глиняную посуду уложить слоями мелко нарезанные овощи: помидоры, репчатый лук, болгарский перец и поперчить их всеми видами перца. Сверху уложить рыбу крупными кусками, вновь покрыть слоями овощей, сдобрить пряностями, посолить, залить вином, закрыть посуду крышкой и обмазать края тестом. Запечь кчуч в духовке в течение 30–40 мин.

Ишхан в вине

Форели 1 кг, вина сухого белого виноградного 1 стакан, алычи 0,5 стакана, эстрагона мелко рубленного 3 ст. ложки, шалота 4–5 луковиц или лука зеленого 0,5 стакана, граната (сока и мякоти) 1 шт., перца черного 10–12 горошин.



Рыбу выпотрошить, не разрезая брюшка, промыть, посолить и поперчить изнутри.

Приготовить начинку из алычи, граната, лука и эстрагона, измельчив и перемешав эти продукты. Нафаршировать ею рыбу.

Припустить рыбу в вине на слабом огне в течение 8–10 мин. Остаток начинки подать как салат к готовой форели.

БЛЮДА ИЗ МЯСА И ПТИЦЫ

Бастурма (маринованный шашлык)

Говядины (вырезки) 1 кг, лука репчатого 100 г, уксуса винного 150 мл, лука зеленого 200 г, зелени базилика



50 г, кресс-салата 100 г, зелени кинзы 20 г, 1 лимон, перец, соль.

Мясо очистить от пленок, нарезать на куски, положить в фарфоровую или глиняную посуду, посолить, посыпать перцем, добавить уксус, мелко нарезанный репчатый лук и перемешать. Затем посуду с мясом накрыть крышкой и поставить в холодное место на 5–6 ч. Подготовленное маринованное мясо нанизать на шампуры и жарить над раскаленными углями без пламени. Шампуры периодически поворачивать, чтобы мясо прожарилось равномерно.

Подавать бастурму на блюде, уложив вокруг мяса различную зелень. В качестве гарнира можно подать помидоры, разрезанные пополам и поджаренные на углях вместе со стручками сладкого перца, крупно шинкованный лук-порей, огурцы, лимон, нарезанный дольками, и т. д.

Толма ереванская



Баранины 500 г, крупы рисовой 100 г, лука репчатого 100 г, зелени разной 50 г, перец черный, листья виноградные свежие или соленые, чеснока 10 г, мацуна 200 мл, корица, сахар.

Нарезанную на куски мякоть баранины пропустить через мясорубку. В измельченную массу добавить сваренный до полуготовности рис, мелкорубленый репчатый лук, соль, перец, зелень кинзы, мяты, базилика, чабреца. Затем фарш тщательно перемешать.

Виноградные листья опустить в кипяток на 2–3 мин, после чего удалить стебли. Далее фарш завернуть в виноградные листья, придав толме форму колбасок.

Рубленые кости, оставшиеся после отделения от них мякоти, опустить в кастрюлю, сверху рядами плотно уложить подготовленную толму, добавить немного бульона или воды, закрыть крышкой и припустить на слабом огне до готовности. При подаче на стол толму полить соком, образовавшимся от припускания.

Отдельно подать мацун с измельченным чесноком и солью или с сахаром и корицей.

Толма с капустой

Баранины 500 г, крупы рисовой 100 г, лука репчатого 100 г, зелени разной, капусты свежей 600 г, урюка или кураги 50 г, айвы 200 г, пюре томатного 20 г.



Подготовленное мясо пропустить через мясорубку, добавить отваренный до полуготовности рис, мелко нарезанный репчатый лук, зелень, перец и тщательно перемешать.

Капустные листья ошпарить кипятком, удалить утолщения и завернуть в листья фарш. На дно кастрюли уложить кости и слой капустных листьев, а сверху рядами толму, в промежутках между ними — курагу, айву или яблоки, нарезанные дольками. Затем добавить предварительно пассерованное томатное пюре, разведенное горячим бульоном или горячей водой, и припустить на небольшом огне под крышкой до готовности.

При подаче на стол готовую толму полить соком, образовавшимся от тушения, рядом с толмой выложить курагу и айву.

Кололак из баранины



Баранины 500 г, крупы рисовой 20 г, яиц 4 шт., масла топленого 100 г, 1 лимон, сухарей 50 г, зелень, перец.

Подготовленное мясо пропустить через мясорубку, добавить в измельченную массу отваренный рис, зелень кинзы и тщательно

перемешать. Из приготовленного фарша сформировать шарики, смочить их в яйце, разведенном водой (в соотношении 1:1), запанировать в сухарях и обжарить на топленном масле.

Подавать кололик, полив маслом, с жареным картофелем и лимоном, посыпав зеленью.

Цыплята с фруктами

Цыпленок — 1 шт., масла топленого 100 г, изюма 200 г, чернослива 150 г, лука репчатого 150 г, сметаны 20 г, зелени петрушки 50 г.



Цыпленка опалить над огнем, вымыть и придать тушке плоскую форму. Затем посолить, смазать сметаной и обжарить на масле с обеих сторон. Обжаренного цыпленка разрубить на две или четыре части, положить в кастрюлю, добавить мелко нарезанный поджаренный лук, изюм, чернослив, влить немного горячей воды и тушить под крышкой 15–20 мин.

При подаче на стол цыпленка полить соусом из фруктов, в котором он тушился и посыпать зеленью.

Мусака с овощами

Говядины 0,5 кг, масла топленого 150 г, риса 150 г, лука репчатого 100 г, помидоров 200 г, тыквы 0,7 кг или капусты 0,6 кг, или картофеля 0,5 кг, или баклажанов 0,6 кг, специй, соль.

Мусаку можно готовить с различными овощами: тыквой, капустой, баклажанами, картофелем.

Мясо нарезать мелкими кубиками и обжарить на масле. Рис промыть и отварить до полуготовности. Репчатый лук мелко нарезать и обжарить. Подготовленное мясо смешать с рисом и луком, посыпать солью и перцем. Тыкву очистить от кожуры и семян, нарезать тонкими ломтиками и обжарить. Очищенные баклажаны нарезать кружочками, посыпать солью и дать полежать 10–15 мин, после чего промыть, слегка обсушить и обжарить с обеих сторон. Картофель, нарезанный ломтиками, обжарить, капусту опарить кипятком.

В горшочек уложить слой овощей, слой мяса, смешанного с луком и рисом, а сверху половинки помидоров. Затем залить бульо-

ном так, чтобы продукты были им покрыты, и тушить до готовности.

Кололак гехаркуни

Говядины 1 кг, крупы пшеничной 200 г, лука репчатого 150 г, масла топленого 200 г, молока 250 мл, мука, яиц 4 шт., водки или коньяка 50 мл, зелень, специй, соль.



Мясо обмыть, очистить от пленок и отбивать до тех пор, пока не образуется тестообразная масса. Затем посыпать мясо солью, перцем и продолжать отбивать, пока масса не приобретет беловатый цвет. Подготовленную массу переложить в широкую посуду, добавить водку или коньяк и продолжать взбивать, пока она не станет слегка разжижаться. Затем добавить взбитые яйца, кинзу, муку, влить молоко, тщательно перемешать и вновь взбивать до тех пор, пока она не превратится в однородную тягучую массу.

Приготовленную массу опускать в костный бульон деревянной ложкой, стараясь придать каждой порции полукруглую форму. Варить на слабом огне, пока не всплывут на поверхность.

Из пшеничной муки на костном бульоне сварить полужидкую кашу. Репчатый лук мелко нарезать и обжарить.

Кололак подавать в тарелке, полив маслом, вместе с обжаренным луком. Отдельно подать кашу из пшеничной муки.

Шашлык по-карски

Баранины 1,5 кг, сала курдючного 100 г, лука репчатого 100 г, коньяка или водки 50 мл, перец красный, кислоты лимонной или уксуса винного 10 мл, зелень сушеная. Для гарнира: лука репчатого 100 г, зелени свежей 40 г.



Мякоть жирной баранины нарезать крупными кусками. На такие же куски нарезать курдючное сало. Мясо и сало уложить в глиняную или фарфоровую посуду, посыпать солью, перцем, мелко нарезанным или пропущенным через мясорубку репчатым луком, добавить уксус или лимонную кислоту, коньяк или водку, пряную зелень, перемешать и поставить в холодное место на 6–7 ч.

Куски маринованной баранины нанизать на вертел, чередуя с кусками курдючного сала, и обжарить над раскаленными углями

или на мангале, расположенном вертикально, периодически поворачивая вертел для того, чтобы мясо прожаривалось равномерно. При обжарке следует срезать внешний слой мяса и курдюка тонкими ломтиками на подставленную тарелку.

Подают шашлык по-карски с нарезанным кружочками репчатым луком, зеленью укропа, кинзы, петрушки.

Казани хоровац (шашлык на сковороде)

Баранины 1 кг, масла топленого 100 г, граната 200 г или гранатового сока 100 мл, лука репчатого 200 г, зелень, специи.



Баранину нарезать небольшими кусками выложить на сковороду, посыпать солью, перцем и обжарить на масле почти до готовности. Затем добавить нарезанный кольцами репчатый лук и жарить еще 5 мин. После этого влить свежий гранатовый сок и все перемешать.

Подавать шашлык, посыпав зеленью петрушки, зернами граната или полив гранатовым соком.

Борани из цыплят с баклажанами



Цыпленок — 1 шт. (1 кг), баклажанов 0,6 кг, масла сливочного 20 г, мацуна 400 мл, чеснока 15 г.

Подготовленной тушке цыпленка придать плоскую форму, посолить, обжарить на масле с обеих сторон и разрубить на небольшие куски.

Баклажаны очистить от кожицы и, нарезав на куски, посыпать солью. Затем дать им отстояться в течение 10–15 мин, после чего промыть и припустить в небольшом количестве воды.

Куски жареного цыпленка переложить в посуду с припущенными баклажанами и тушить под крышкой до готовности.

Отдельно подать мацун с измельченным чесноком.

Борани из цыплят со стручковой фасолью



Цыпленок — 1 шт. (1 кг), фасоли стручковой 0,7 кг, масла топленого 50 г, лука репчатого 150 г, мацуна

400 мл, чеснока 15 г, корица, шафран, зелень.

Стручки фасоли перебрать, очистить от прожилок, нарезать соломкой, положить в кастрюлю, добавить масло, немного воды и припустить на небольшом огне, после чего добавить обжаренный репчатый лук.

Подготовленной тушке цыпленка придать плоскую форму, посолить, обжарить в масле с обеих сторон, разрубить на небольшие куски, переложить их в кастрюлю с фасолью и тушить под крышкой до готовности.

Подавать борани на блюде, посыпав зеленью. Мацун окрасить крепким водным настоем шафрана, добавить порошок корицы с сахарной пудрой, растертый чеснок.

Курица с яблоками

Курица — 1 шт. (1–1,5 кг), яблок 0,5 кг, 1 лимон, риса 0,5 стакана, корицы 1–1,5 ч. ложки, крахмала 1 ст. ложка, сахарного песка 1–2 ч. ложки.



Отваренную курицу надо разрезать на куски, обжарить и облить лимонным соком.

Приготовить подливку из яблок. Облить курицу подливкой. Рис отварить и подать с курицей.

Приготовление подливки. Яблоки очистить от сердцевин и кожицы. Очистки залить двумя стаканами воды, сварить и процедить через сито. Полученным отваром залить очищенные яблоки, разварить их до пюреобразного состояния, добавив сахар и корицу.

Крахмал развести в 1 ст. ложке воды, влить в яблочное пюре за 2–3 мин до конца варки, размешать и довести до кипения.

Амич

Курица или индейка — 1 шт. (1,5–2 кг), риса 0,5 стакана, миндаля очищенного или ядер абрикосовых косточек 0,5 стакана, кураги 0,25 стакана, изюма 0,25 стакана, фиников 5–6 шт., базилика 1 ст. ложка, гвоздики 4 бутона, корицы 1 ч. ложка, масла топленого 75 мл.



Отваренный до полуготовности рис слегка обжарить на масле, добавить 1 ст. ложку масла кусочком, хорошо посолить. Сухо-

фрукты и орехи обжаривать на масле в течение 5 мин.

Рис перемешать с обжаренными сухофруктами, добавить молотые пряности, полученным фаршем наполнить курицу и зашить ее суровой ниткой.

Курицу обжарить на сковороде вначале слегка, до легкого подрумянивания, затем смазать маслом, поместить в духовку и, долив 0,5 стакана воды, жарить около 30–40 мин на умеренном или медленном огне, периодически поливая соком, до готовности.

Тжвжик

Сердца 400 г, печени бараньей 300 г, легкого 350 г, сала курдючного 100 г, лука репчатого 150 г, пюре томатного 60 г, зелень петрушки, специи, соль.



Подготовленные субпродукты и курдючное сало разрезать на одинаковые куски, положить на сковороду и жарить до полуготовности. Затем добавить нарезанный репчатый лук, томатное пюре, соль и перец. Сковороду закрыть крышкой и довести блюдо до готовности.

Тжвжик можно готовить и без томата. На стол подавать, посыпав зеленью петрушки.

Плав с гранатом



Баранины 500 г, масла растительного 100 мл, лука репчатого 100 г, сока гранатового 200 мл, крупы рисовой 400 г.

Баранину нарезать мелкими кусками, обжарить, а затем тушить с луком и гранатовым соком. Подавать баранину на блюде, полив образовавшимся при тушении соком.

Отдельно на блюде подают откидной плав (см. рецепт).

ИЗДЕЛИЯ ИЗ КРУП И ТЕСТА

Бораки

Для теста: муки 200 г, 1 яйцо, воды 1–2 ст. ложки. Для начинки: говядины 300 г, лука репчатого 3 шт., перца черного молотого 1 ч. ложка, зелени пряной 3 ст. ложки. Для обжаривания лука и бораки: масла 100–150 г.



Бораки — это армянские пельмени. Основное их отличие состоит в том, что фарш для них предварительно обжаривается, а самим пельменям придают цилиндрическую форму и оставляют их открытыми сверху. Бораки не отваривают, а припускают и затем обжаривают.

Замесить крутое тесто, раскатать его в лист толщиной 2–3 мм, нарезать квадратами примерно 5 × 6 см. Говядину пропустить через мясорубку, добавить лук, перец и зелень. Начинку обжарить и положить в квадраты из теста, сформовав бораки так, чтобы фарш на 1 см не доходил до открытого верха «стаканчиков» из теста.

Поместить бораки в эмалированную кастрюлю стоя открытой частью кверху. Влить в кастрюлю немного бульона (1–1,5 стакана), плотно закрыть крышкой и припустить до полуготовности на очень слабом огне. Вынуть бораки, выложить на сито, дать стечь бульону и обжарить их на предварительно разогретой сковороде до образования золотистой корочки.

Плав откидной

Риса 400 г, масла топленого 100 г, соль — по вкусу.



Промытый рис засыпать в кипящую подсоленную воду и варить до тех пор, пока крупинки риса не станут снаружи мягкими, а внутри сохраняют некоторую упругость. Затем рис откинуть, промыть горячей водой и дать ей стечь. В глубокой кастрюле растопить масло, положить немного риса, слегка перемешать, после чего засыпать оставшийся рис, полить маслом, закрыть крышкой и поставить на слабый огонь примерно на 40–45 мин.



Плав припускнуой (кашови)

Риса 400 г, воды 1 л, масла топленого 100 г, соль.

В кипящую подсоленную воду влить часть растопленного масла, засыпать предварительно промытый рис (воды взять в два раза больше по объему, чем риса) и варить при слабом кипении. После того как на поверхности риса не останется воды, полить его оставшимся маслом, кастрюлю плотно закрыть крышкой и поставить на слабый огонь еще на 30–40 мин.

Плав с сушеными фруктами

Риса 600 г, масла топленого 200 г, кураги 100 г, изюма 50 г, чернослива 100 г, миндаля 50 г, гвоздика, корица.



Приготовить откидной плав. Сушеные фрукты перебрать, промыть в горячей воде, выложить на сковороду с разогретым маслом, добавить гвоздику, очищенный от кожицы мелко нарезанный миндаль, закрыть крышкой и слегка обжарить на слабом огне.

Подавать плав на блюде вместе с обжаренными сушеными фруктами, полив маслом и посыпав корицей.

Фрукты можно подать отдельно.

Члав

Риса 400 г, лука репчатого 250 г, яиц 4 шт., масла топленого 150 г.



Отдельно приготовить рассыпчатый рис кашови (см. рецепт). В кастрюле обжарить мелко нарезанный репчатый лук, после чего всыпать немного готового кашови, перемешать, влить взбитые яйца, размешать, а через 5 мин добавить оставшийся кашови.

Полив члав маслом, посуду плотно закрыть крышкой и поставить на слабый огонь примерно на 20–30 мин.

СЛАСТИ

Гата арцахская

Для опары: муки 250 г, дрожжей 15 г, воды 200 мл. Для теста: муки 750 г, масла топленого 200 г, яиц 5 шт., сахара 200 г, соль, ванилин. Для начинки: муки 800 г, масла топленого 350 г, сахарной пудры 300 г. Для смазки: яиц (желток) 2 шт., масла растительного 5 мл.



Приготовить опару: соединить дрожжи, воду и муку и выдержать в течение 2 ч. В отдельную посуду положить размягченное масло и растерать его 5–7 мин, затем добавить сахар, яйца, ванилин, соль и продолжить растирать до получения однородной массы. Полученную массу добавить в опару и перемешивать 3–4 мин. После чего, добавляя равномерными частями муку, непрерывно помешивая, замесить тесто и поставить его в теплое место для расстойки на 35–40 мин.

Для приготовления начинки растереть топленое масло, добавить муку, тщательно перемешать, всыпать сахарную пудру и тщательно растереть до получения однородной рассыпчатой массы.

Подготовленное тесто выложить на стол, слегка вымесить и разделить на куски массой примерно 250 г каждый. Куски теста раскатать в круглые лепешки толщиной 5–6 мм. Поверхность лепешек смазать маслом, положить начинку (около 200 г). Края теста соединить и придать изделию круглую форму, затем перевернуть на другую сторону и раскатать лепешку до толщины 1,5–2 мм.

Готовые лепешки швом вниз выложить на смазанный растительным маслом лист, дать расстояться. Поверхность изделий проколоть в нескольких местах, смазать яичным желтком и выпекать в духовке в течение 30–35 мин вначале на умеренном огне, затем на слабом.

Гата степанаванская

Для опары: муки 350 г, дрожжей 20 г, воды 200 мл. Для теста: муки 1 кг, сахара 0,6 кг, молока 0,5 л, масла сливочного 200 г, соль. Для начинки:



муки 0,7 кг, масла 350 г, сахарной пудры 100 г, ванилин. Для смазки: яиц (желтки) 3 шт., масла растительного 5 мл.

Опару, тесто, начинку приготовить, как для гаты арцахской. Подготовленное тесто разделить на куски, придать им шарообразную форму. Каждый кусок раскатать на пласты толщиной 1,5–2 мм. Поверхность пластов смазать растопленным маслом. Затем пласт сложить в виде конверта и вновь смазать маслом. На подготовленное тесто выложить начинку, края теста соединить с четырех сторон, придав изделию круглую форму. Затем перевернуть на другую сторону и слегка раскатать так, чтобы весь пласт теста был одинаковой толщины. Края защипать, поставить на расстойку, поверхность смазать яичным желтком и проколоть в нескольких местах. Гату выложить на лист, смазанный маслом, и выпекать в нагретой духовке 30–35 мин.



Гата кироваканская

Для опары: муки 350 г, дрожжей 20 г, воды 200 мл. Для теста: муки 1 кг, сахара 0,6 кг, молока 0,5 л, мас-

ла топленого 200 г, соль. Для начинки: муки 750 г, масла топленого 350 г, сахарной пудры 100 г, ванилин. Для смазки: яиц (желток) 3 шт., масло растительное.



Тесто приготовить опарным способом и поставить в теплое место на 30–35 мин. Для начинки муку растереть с топленным маслом, добавить сахарную пудру, ванилин и растирать до тех пор, пока не получится рассыпчатая масса.

Готовое тесто еще раз вымешать, разделить на куски, придать каждому округлую форму и раскатать в пласты толщиной 5 мм. Поверхность пласта смазать маслом и на него ровным слоем толщиной 2–3 мм положить начинку, затем тесто свернуть в рулет.

Рулет разрезать на куски массой около 400 г, концы теста с обеих сторон защипать и раскатать изделие в виде круглой лепешки толщиной 14–16 мм. Края лепешки слегка приподнять и защипать так, чтобы образовался бортик.

Готовую лепешку выложить на смазанный маслом лист, сверху смазать яичным желтком, проколоть в нескольких местах и выпекать

в нагретой до 170–190 °С духовке примерно 30–35 мин.

Гата ереванская

Для теста: муки 1,2 кг, масла топленого 200 г, дрожжей 15 г, соль, воды 400 мл. Для начинки: муки 0,8 кг, сахарной пудры 400 г, масла топленого 400 г. Для раскатки теста: муки 100 г. Для прослойки теста: масла топленого 200 г. Для смазки: яиц (желтки) 4 шт., масло растительное.



Тесто замесить безопарным способом и оставить для расстойки на 30–35 мин. Начинку приготовить так же, как для гаты кирово-армянской.

Подготовленное тесто разделить на куски (по 500 г), придать им шарообразную форму, раскатать в пласты толщиной 1,5–2 мм, смазать маслом, сложить вдвое, вновь раскатать и смазать маслом. Эту операцию повторить 4–5 раз.

Тесто свернуть в рулет, разрезать на куски массой 200 г и раскатать в круглые лепешки. В центр лепешки положить начинку

(170 г), края соединить, придавая изделию круглую форму, и слегка раскатать. Толщина лепешки не должна превышать 1,5–2 см.

Гату выложить швом вниз на смазанный маслом лист, дать расстояться, поверхность смазать яичным желтком и проколоть в нескольких местах.

Выпекать в духовке 30–35 мин.

Дерзайте!

С гастрономическим приветом,
Илья Лазерсон, шеф-повар

СОДЕРЖАНИЕ

БЛЮДА ИЗ ОВОЩЕЙ

Борани из овощей	5
Салат лобуц	6
Тыква жареная	6
Схторац бадрджан (баклажаны с чесноком)	7
Толма из гороха в виноградных листьях	8
Айлазан	9
Мшош фаселевый	10

СУПЫ

Таронский суп	11
Суп рисовый	12
Возбаш ереванский	13
Возбаш эчмиадзинский	13
Кололик	15
Воспапур (суп с чечевицей)	15
Хаш	16
Спас (суп из мацуна)	17
Сарнапур	17
Анушапур	18
Чирапур	18

БЛЮДА ИЗ РЫБЫ

Форель на вертеле	19
Форель припущенная	20
Форель с ореховым соусом	20
Форель с яйцом	21
Кутап	21
Кчуч рыбный	22
Ишхан в вине	23

БЛЮДА ИЗ МЯСА И ПТИЦЫ

Бастурма (маринованный шашлык)	23
Толма ереванская	24
Толма с капустой	25
Кололак из баранины	26
Цыпята с фруктами	27

Мусака с овощами	28
Кололак гехаркуни	29
Шашлык по-карски	30
Казани хоровац (шашлык на сковороде)	31
Борани из цыплят с баклажанами	32
Борани из цыплят со стручковой фасолью	32
Курица с яблоками	33
Амич	34
Тжвжик	35
Плав с гранатом	36

ИЗДЕЛИЯ ИЗ КРУП И ТЕСТА

Бораки	36
Плав откидной	37
Плав припускной (кашовой)	38
Плав с сушеными фруктами	39
Члав	39

СЛАСТИ

Гата арцахская	40
Гата степанаванская	41
Гата кироваканская	42
Гата ереванская	44

Илья Лазерсон
АРМЯНСКАЯ КУХНЯ

Редактор *Е.А. Кюберсепп*

Верстка *Т.А. Шамаевой*

Корректор *М.В. Чебыкина*

Подписано к печати с готовых диапозитивов 13.10.2004.
Формат 70×100^{1/2}/8. Бумага газетная. Гарнитура «Журнальная».
Печать офсетная. Усл. печ. л. 1,95. Уч.-изд. л. 1,44.

Тираж 10 000 экз. Заказ № 1803.

Изд. лиц. ИД № 02456 от 27.07.2000 г.

ООО «Мим-Дельта»

Для писем: Санкт-Петербург,
ул. Фурштатская, д. 19, пом. 35Н
E-MAIL: MIMDEL@COMSET.NET

ЗАО «Центрполиграф»
125047, Москва, Оружейный пер., д. 15, стр. 1,
пом. ТАРП ЦАО

Для писем:
111024, Москва, 1-я ул. Энтузиастов, 15
E-MAIL: CNPOL@DOL.RU

WWW.CENTRPOLIGRAF.RU

Отпечатано в ФГУИПП «Курск»
305007, г. Курск, ул. Энгельса, 109

СКОРАЯ КУЛИНАРНАЯ ПОМОЩЬ ПРЕДСТАВЛЯЕТ
КУХНИ НАРОДОВ МИРА

Илья Лазерсон

АРМЯНСКАЯ КУХНЯ

Президент «Санкт-Петербургского клуба шеф-поваров», организатор фестивалей русской кухни в Париже и Лондоне Илья Лазерсон предлагает вам знакомство с древней, но по-прежнему прекрасной кухней Армении.

Армянская кухня — отражение богатой истории этого древнего народа. В грандиозном разнообразии блюд каждый может найти ароматные, сытные, необычные и очень полезные супы, вторые блюда и экзотические сладости.

Молочная и овощная, мясная и постная пища армян связана с их обычаями и традициями и несет в себе отголоски многих культур. Вкус этой еды напоминает библейские сказания и очарование восточных поэм.

Простые советы и рекомендации, оригинальные рецепты и технологии помогут вам в создании этих чудес в домашних условиях.

ISBN 5-9524-1332-3



9 795952 413329

ЦЕНТРОЛИГРАФ®