

❖ КУЛИНАРНЫЕ ЭНЦИКЛОПЕДИИ ❖

ЭЛГА БОРОВСКАЯ

Мусульманская кухня

БОЛЕЕ 500
РЕЦЕПТОВ

ВОСТОЧНЫЕ УГОЩЕНИЯ,
КОТОРЫЕ ВСЕГДА ХОЧЕТСЯ ПОПРОБОВАТЬ

❖ 50 ❖
СЛАДОСТЕЙ:
ПАСТИЛА, ХАЛВА,
РАХАТ-ЛУКУМ, НУГА,
ЧАК-ЧАК, ШЕРБЕТ,
ПАХЛАВА

Элга Боровская
Мусульманская кухня

Мусульманская кухня



© Э. Боровская, 2020

© ООО «Издательство «Эксмо», 2020

Вступление

Мусульманская кухня невероятно разнообразна и включает в себя множество традиций.

Кулинарные традиции мусульман впитали национальные особенности не только арабской кухни, но и персидской, тюркской, греческой, римской, индийской и африканской. В ней можно найти даже такие блюда, которые восходят к китайской традиции.

История приверженцев ислама богата завоевательными войнами, в процессе которых происходила ассимиляция культурных традиций покоренных стран, в том числе и гастрономических. Более того, практически все страны, граничащие с мусульманскими государствами, оставили отпечаток на исламских кулинарных привычках.

Единства в кулинарных пристрастиях и правилах поведения за столом у приверженцев ислама не было с самого начала.

Так, например, персы презирали своих братьев по вере – арабов – за то что они, живя в пустыне, употребляли в пищу все, что можно было найти в ней съедобного: скорпионов, ящериц, собак, дикобразов, ослов и т. д.

Арабы в свою очередь говорили, что их мутит от одного упоминания о рисе и рыбе, которые составляли основу персидской кухни, и, ничуть не смущаясь, перевозносили свои любимые лакомства: грубый хлеб, ослиное сало и финики.

Аравийский поэт Абу аль-Хинди в одном из своих произведений даже восклицал: *«Ничто не сравнится со старой ящерицей!»* – потому что, по его мнению, ее яйца – это пища настоящих арабов.

Несмотря на такое разнообразие вкусов и непримиримость взглядов, уже в то время в мусульманской кухне было немало черт, объединяющих все ее разновидности. И одна из них – это широкое применение многочисленных пряностей.

Исследователи обнаружили более 40 натуральных ароматов, источниками которых были местные и привозные травы, листья деревьев, семена, ягоды, коренья, смолы, кожа и бутоны роз.

Современная исламская кухня сохранила это пристрастие к пряностям, хотя и с поправкой на региональную специализацию.

Например, редкое блюдо на Среднем Востоке готовится без кардамона и имбиря, а вот в странах Магриба к ним совершенно равнодушны.

До сих пор мусульмане всего мира любят приправлять свои блюда кориандром, тмином, кумином (римским тмином), куркумой, корицей, гвоздикой, сумахом и шафраном. Однако из-за дороговизны последнего, вместо него все чаще стали использовать более дешевый сафлор.

Что касается мускатного ореха мускатного цвета и аравийской камеди, их популярность со временем уменьшилась. Перцы длинный и сычуаньский, которые так любили добавлять в пищу в Средние века, уступили место перцу горошком.

Средневековые халифы традиционно начинали трапезу с фруктов, главными из которых считались финики.

На закуску они предпочитали холодные соленые блюда. Затем подавались горячие (а точнее теплые) блюда из баранины, мяса ягненка, домашней птицы или рыбы с гарниром из маринованных или соленых овощей.

Неизменным атрибутом мусульманского стола являлись лепешки, рецептов выпечки которых было великое множество. Ими зачастую пользовались в качестве столовых приборов и брали еду с тарелки. А заканчивалось застолье сладкими блюдами и сиропами.

Мусульманская кулинарная традиция легко впитывала и быстро ассимилировала гастрономические традиции других народов. Ярким примером может послужить тот факт, что любимым блюдом пророка Мухаммеда считается сарид – похлебка из мяса и хлеба, которая в то же время является ритуальным блюдом христиан и иудеев.

Основными продуктами в мусульманской пище считаются баранина и рис, а главными блюдами – плов и шурпа.

Шурпа – это суп, однако назвать его таковым с точки зрения европейца довольно трудно, поскольку он скорее напоминает подливку.

Что же касается баранины, то ее предпочтение, например, говядине, которую ислам также не запрещает употреблять в пищу, объясняется тем фактом, что турки, игравшие главную историческую роль в жизни многих средневековых государств западной Азии, были кочевыми овцеводами.

Именно из баранины готовятся основные ритуальные блюда мусульман, которые принято есть, например, в день празднования

жертвоприношения. Кроме того, баранина традиционно входит в состав таких популярных на Востоке блюд, как долма и шаурма (шаверма).

Ислам запрещает мусульманам есть свинину и употреблять алкогольные напитки.

Нехарактерными для мусульманской кухни являются такие продукты, как рыба, сыр и яйца.

Популярными напитками считаются чай и кофе, а также кисломолочные, например айран. К кофе или чаю принято подавать всевозможные сладости, приготовленные из фруктов и орехов: шербет, рахат-лукум, халву и пахлаву.

Жаркий климат, царящий в большинстве мусульманских стран, стал причиной появления в мусульманском меню множества охлаждающих десертов на основе фруктов. И та же жара, которая вызывает порчу продуктов, привела к широкому использованию в пище острых приправ.

Традиционным хлебом у мусульман является лаваш или лепешки, которые, помимо своей основной роли продукта питания, играют еще и дополнительную: служат салфеткой и, как уже упоминалось, столовым прибором.

В этой книге вас ждут очень интересные рецепты восточной мусульманской кухни. Некоторые блюда, безусловно, будут вам хорошо знакомы, поскольку они давно и прочно вошли в практику европейской кухни, а со многими вы познакомитесь впервые, и они приятно удивят вас своей оригинальностью, компоновкой ингредиентов и неожиданным сочетанием специй.

Интервью с шеф-поваром ресторана «Караван-сарай» Акрамом Мансуровым

*Хочу выразить
свою
признательность и
благодарность
шеф-повару
ресторана
«Караван-сарай»
Акраму Азеровичу
Мансурову,
который любезно
согласился дать
интервью для
наших читателей
и нашел время на
консультации по
подбору рецептов
для этой книги.*

Элга Боровская

Уважаемый Акрам Азерович, готовясь к нашей встрече, я узнала, что в переводе на русский язык Ваше имя – Акрам – означает «щедрый».

Надеюсь, что Вы щедро поделитесь с нашими читателями своими знаниями и кулинарными секретами удивительной восточной кухни.

Что подразумевается под общим термином «восточная кухня»?

Термин «восточная кухня» объединяет гастрономические традиции арабско-мусульманских стран, азиатские, турецкие, а также, в некоторой мере, кавказские и балканские.

Понятие восточной кухни весьма относительно, поскольку охватываются кулинарные тенденции многих стран, зачастую противоположные.

В пустынных местностях чаще используют кулинарные рецепты мясных блюд с гарнирами (Йемен, Иордания, страны Персидского залива).

В тех странах, где процветает рыболовство, кухня богата на разнообразные кулинарные рецепты блюд из морепродуктов и рыбы. А в странах, которые расположены возле Средиземного моря, готовят много блюд из средиземноморской кухни.

Каковы традиции мусульманской кухни?

Понимание исламской кулинарной традиции зачастую путают с этническими кухнями народов, исповедующих ислам.

Например, на постсоветском пространстве – это узбекская, азербайджанская, казахская, татарская, башкирская и прочие национальные кухни, за пределами СНГ – турецкая, арабская, персидская.

Каждая нация имеет свои корни, условия жизни и уникальный ход исторического и культурного развития, которые, несомненно, наложили отпечаток на кулинарные предпочтения тех или иных народов.

Географическое положение тоже играет немаловажную роль в данном вопросе.

Поэтому говорить о чисто исламских традициях в кулинарии было бы некорректно. Ведь народов, исповедующих религию Творца, много, и у каждого есть свои особенности.

С другой стороны, исламские каноны предписывают определенные требования к употребляемой пище, выделяя запретные и разрешенные продукты, а ахляк (нравственность) регулирует, к примеру, правила приема пищи.

При выборе ингредиентов для приготовления пищи действует принцип дозволенности – халяль. Это не только правильно забитое согласно Шариату животное или продукты, которые не содержат запрещенных веществ, но и упор на полезную для здоровья человека еду, которая не наносит ему вреда. Именно стремлением обезопасить жизнь человека обусловлены многие запреты и правила в исламе.

Насколько экзотична мусульманская кухня?

К большому сожалению, рецепты очень многих мусульманских блюд история не сохранила. Так, например, были безвозвратно утрачены секреты приготовления таких соусов, как *мурри* и *камак*, приготовление которых длилось несколько месяцев. Однако отголоски древних традиций легко угадываются в современной мусульманской кулинарии, даже в самых экзотических ее проявлениях.

Если взять, например, характерное для средневековой кухни сочетание меда и соленых продуктов, то очевидно, что оно до сих пор сохранилось в начинках сладких пирогов, которые, наряду с сухофруктами и орехами, включают в себя мясо и рыбу.

А соус *шикку* (рассол из рыбы и раков) легко идентифицируется со средневековым соусом под названием «гарум», который получался в результате брожения рыбьих потрохов.

Супы из сушеных овощей или злаков практически не изменились, а современные арабы вручную, как и их далекие предки, готовят ароматические эссенции из роз, флердоранжа, мяты и шиповника.

Какие продукты чаще всего используются в мусульманской кухне?

Основные продукты, применяемые в восточной кухне: рис, баранина, козлятина, кисломолочные продукты, бобовые, овощи, фрукты, мучные изделия.

Рыба, морепродукты, говядина, яйца и сыр (за редкими исключениями) употребляются мало.

В исламских странах запрещены алкоголь и свинина.

Как правило, восточная пища – острая и пряная, за исключением кухни среднеазиатских кочевников, поэтому огромное значение во многих блюдах придается специям и пряностям.

Какие блюда мусульмане готовят на первое?

Особенностью восточной кухни является отсутствие супов в европейском понимании. Общим для кухонь многих восточных народов является жирный и густой суп *шурпа* (в разных странах его называют *сорпо*, *шорпа*, *шорпо*, *чорпо*, *чорба* и готовят его из разных ингредиентов, чаще всего из обжаренного мяса и овощей).

В традиционной мусульманской кухне супы готовят густые и сытные. Их варят на мясном бульоне, мясо перед этим немножко прожаривают.

Еще супы могут варить на рыбном бульоне и бульоне из птицы.

Молочные супы также иногда используются в питании арабов. Их заправляют тестом, бобовыми, крупами, овощами.

Но какой же может быть суп без пряностей?

В супы на Востоке добавляют: перец (черный, красный, белый), тмин, гвоздику, шафран, корицу, имбирь, лавровый лист, мускатный орех. Сверху супы обильно присыпают зеленью и добавляют предварительно растертый чеснок.

Что мусульмане предпочитают на второе?

В меню вторых блюд входят: жареное и тушеное мясо, куры, тушеные в томате, пловы, кукурузная и пшеничная каши.

Кашу часто поливают сверху кислым молоком. Иногда ее выкладывают в форме пирамиды и укладывают сверху кусочки мяса.

Популярным в мусульманской кухне является кушанье из молодого барашка, фаршированного изюмом, миндалем, рисом и пряностями.

В отдельных местностях традиционными являются такие блюда, как куббе (вареные или жареные шарики из рыбы или мяса, с добавлением разных приправ); жареная баранина; фаршированные мясом овощи; яхни (мясо, тушеное с овощами).

Самым популярным среди молочных продуктов считается лябан хамид, то есть варенец. Из него готовят сыр, творог, прохладительные напитки, которые называются хунейна.

Самое любимое национальное второе блюдо – это плов из риса и баранины, в который добавляют инжир, изюм и миндаль.

Помимо плова характерны для восточной кухни долма, шаурма, шашлык.

Из хлеба предпочтение отдается лавашу, лепешкам, особенно пшеничным, приготовленным на кислом молоке.

Следующий вопрос, раз вы улыбаетесь, наверное, уже ожидаем? Конечно же, он будет о знаменитых восточных сладостях.

Понятие «восточные сладости» включает большое количество весьма разнородных кондитерских изделий турецкой, закавказской и среднеазиатской кухонь. Это всевозможные типы печенья, все виды халвы, изделия из мармелада, сахарной патоки, орехов и изюма,

мармеладно-ореховые и крахмало-сахарные изделия.

С кондитерской точки зрения объединять эти изделия под одним названием неверно, ибо некоторые из них (пахлава, шакер, курабье, кята) изготавливают обычно кондитеры-пекари, а другие (чурчхела, цукаты, рахат-лукум, козинаки, бадам) – можно приготовить в домашних условиях, в процессе заготовки плодов и орехов на зиму.

К восточным сладостям относятся все виды халвы – тахинная, ореховая, подсолнечная, кос-халва, айла, альвица; разные виды нуги – сбитой, литой, тянутой; все сахарные изделия – кристаллический сахар, сахарная «вермишель» – нишалло, аморфный сахар с пряностями (ногул, постный, помадки) и др. Это, конечно же, и знаменитые восточные карамели, к которым относятся козинаки и грильяж.

К группе восточных мучных сладостей принадлежат изделия, изготовленные из муки с добавлением сахара, жира, орехов, сухих фруктов, пряностей и других видов сырья.

К восточным сладостям типа мягких конфет относятся изделия, изготовленные из сахара с добавлением или без добавления патоки, сбитых белков или крахмала, с применением различных видов сырья, вкусовых или ароматических веществ.

К восточным сладостям типа карамели относятся изделия, изготовленные на основе полуфабрикатов карамельного производства с различными добавлениями, а также изделия на основе ядер орехов или ядер косточковых плодов, обсыпанных сахаром или солью.

Одним из самых известных восточных лакомств являются лукум и рахат-лукум.

Лукум начали изготавливать на Востоке еще 400 лет назад, в период расцвета Османской империи. Сначала лукум подавали как особое лакомство при дворе падишаха, позже его стали готовить повсеместно, и лукум сделался традиционным лакомством Востока.

Не менее известен и божественный по вкусовым ощущениям шербет – сливочно-помадная масса с добавлением орехов, изюма, ванили.

О восточных сладостях можно говорить долго и много, поэтому лучше один раз попробовать, чем десять раз прочитать.

Каким напиткам отдается предпочтение?

Излюбленный напиток восточной кухни – неповторимый кофе по-восточному. Также популярны кисломолочные напитки типа айрана. Народы Средней Азии, индусы, китайцы и японцы предпочитают чай.

Действительно ли ислам запрещает алкоголь во всех видах?

В основу ислама положены неизменные принципы, продиктованные свыше и соответствующие внутренней сущности самой человеческой природы. Те принципы, по которым и должно жить любое здоровое человеческое общество. Они выражены в категоричной форме, не нуждаются ни в каких обсуждениях и в то же время приемлемы для каждого здравомыслящего человека.

Запрет на алкоголь, существующий в исламе, был принят мусульманами без всякой пропаганды и рекламы, ибо он представлял собой Божественное установление, переданное устами Пророка. В отказе от спиртных напитков мусульманами руководит не страх перед наказанием, а любовь к Богу, хранящему и оберегающему их в различных затруднительных обстоятельствах.

Однако, несмотря на запреты, в современных светских кулинарных рецептах допускается использование небольшого количества алкоголя (белого или красного вина, коньяка) в блюдах и напитках, если это прописано в рецептуре и необходимо для вкусового акцента блюда. Некоторые такие рецепты с добавками минимального количества алкоголя будут приведены и в этой книге.

В исламе существуют определенные предписания в области соблюдения правил приема пищи. Не могли бы вы немного рассказать об этом?

Перед началом трапезы мусульмане произносят: «Во имя Аллаха милосердного и милостивого» или же «О, Аллах, благослови эту пищу и упаси нас от ада».

Закончив еду, говорят: «Благодарение Аллаху, который послал нам пищу, питье и сделал нас мусульманами».

Как до, так и после еды надо обязательно мыть руки. Причем в отличие от западных стран на мусульманском Востоке гости обычно не удаляются для мытья рук в специальное помещение, а моют их, не вставая с места, над тазиком.

Как правило, воду из кувшина на руки гостям льют дети хозяина.

Согласно мусульманским традициям хозяин первым начинает трапезу и заканчивает ее последним.

Брать пищу полагается ложкой, вилок (столовый прибор надо держать в правой руке) или руками, только не двумя пальцами.

Как только на столе появляется хлеб или лепешки, его начинают неспешно есть, не дожидаясь другого блюда. Резать хлеб ножом не принято, поэтому его разламывают руками.

Если из одной большой тарелки едят несколько человек, то каждый должен брать пищу с ближайшей к себе стороны, а не с середины блюда. Однако если подан поднос или ваза со сладостями, орехами либо фруктами, гости и хозяева могут выбирать любые из них.

Перед началом чаепития следует сказать: «Во имя Аллаха», а по окончании: «Слава Аллаху».

Сосуд для питья надо держать правой рукой. Воду или какой-либо прохладительный напиток рекомендуется пить маленькими глотками. Запрещено пить из горлышка бутылки или кувшина. На очень горячий чай или кофе не принято дуть, следует подождать, пока он остынет.

Уважаемый Акрам Азерович, благодарю Вас за подробные ответы и интересную информацию.

Я уверена, что нашим читателям будет очень полезно узнать об особенностях и традициях мусульманской кухни перед тем, как приступить к знакомству с кулинарными рецептами.

Тем более, Вы приготовили для них еще один сюрприз – небольшой рассказ о восточных пряностях и фирменные рецепты от шеф-повара.

Подарок от шеф-повара

В качестве подарка от знатока мусульманской кухни – шеф-повара ресторана «Караван-сарай» Акрама Азеровича Мансурова примите два рецепта традиционных национальных блюд и увлекательный рассказ о восточных пряностях и тонкостях их выбора и применения.

Лагман

Лагман – одно из самых популярных национальных блюд центральной Азии. По-узбекски его также называют «лагмон».

Готовится он из мяса (преимущественно баранины), овощей и специальной длинной лапши. Лапшу тянут особым способом, получая из куска теста одну длинную нить.

При большом количестве бульона лагман похож на суп, при других способах приготовления – на лапшу с подливой и сложной начинкой.

Из овощей при приготовлении в основном используют редьку, лук, морковь, засоленный болгарский перец, в качестве приправы добавляют лазы (смесь красного, горького, молотого перца с чесноком, залитую кипящим растительным маслом).

В лагман также добавляются пряности и зелень. В некоторых мусульманских странах его едят палочками.

Свою популярность это блюдо завоевало достаточно просто: обычные продукты, легкость и быстрота приготовления, а главное – замечательный вкус!

Вариантов приготовления лагмана несчетное количество. Каждая хозяйка имеет в запасе маленький секрет (или несколько), который делает именно ее лагман неповторимым.

Сейчас я расскажу вам, как приготовить лагман в домашних условиях и поделюсь некоторыми «восточными секретами».

Что вам понадобится

- 1 кг баранины или говядины
- 1 л мясного бульона
- 3 моркови
- 2 репчатые луковицы
- 3 болгарских перца
- 3 ст. л. приправы зира
- 2 ст. л. томатной пасты или 3—5 свежих помидоров
- 300 г гороха нут
- 1 кг длинной лапши или спагетти

5 ст. л. растительного масла
соль, перец по вкусу
соль, перец по вкусу
свежая зелень

Последовательность приготовления

Обжарить мелко нарезанное мясо в разогретом растительном масле в широком казанке.

Добавить к нему нарезанный кольцами лук и пережарить.

Затем добавить нарезанные соломкой морковь и перец и продолжать обжаривание.

Посолить, поперчить, добавить зиру, растертую в пиале.

Положить томатную пасту или помидоры и тщательно пережарить.

Высыпать предварительно замоченный горох (замачивать желательно заранее в воде часов примерно на 12).

В конце приготовления залить все 1 л мясного бульона, чтобы покрыть овощи с мясом. Можно сделать по своему вкусу: кто любит погуще, тот добавляет жидкости поменьше. Плотно закрыть крышкой и оставить томиться на 30 минут.

Тем временем отварить самодельную лапшу-лагман или за неимением времени плоские спагетти.

При подаче на стол в глубокую тарелку или миску положить сначала спагетти, затем залить бульоном с мясом и овощами и посыпать мелко нарезанной свежей зеленью. Подавать горячим.

Сахарная халва

Халва – самая популярная восточная сладость – известна с V века до н. э. Родина халвы – Иран, откуда разнообразные способы ее изготовления распространились по всему Среднему и Ближнему Востоку. Пожалуй, это самая популярная восточная сладость в Европе.

Настоящая халва готовится вручную. Существует даже особая поварская специализация: повар, умеющий готовить халву, называется кандалатчи. Основные компоненты халвы – это сахар (или мед), мыльный корень (корень солодки) и маслянистые семена или плоды: грецкие орехи, миндаль, семена подсолнечника, кунжута (тахинная халва), арахиса, конопли и т. п.

Ну а я, традиционно, расскажу вам, как приготовить халву в домашних условиях.

Что вам понадобится

10 ст. л. сахара

2,5 ст. л. воды

2 ст. л. муки

1 ч. л. топленого масла

1 ч. л. лимонного сока или лимонная кислота на кончике ножа

Последовательность приготовления

В кастрюлю с водой всыпать сахар и довести до кипения.

Затем добавить лимонный сок или кислоту и продолжать варить, помешивая, до образования густой карамельной массы.

После этого вылить ее на противень или мраморную плиту и вытягивать до появления белого цвета.

Одновременно с приготовлением карамели в отдельной посуде растопить масло, всыпать в него просеянную муку и, помешивая,

варить до тех пор, пока смесь не приобретет светло-желтый цвет.

Подготовленную муку распределить ровным слоем по горячей растянутой карамельной массе, стараясь перемешать их как можно лучше.

Затем халву вытянуть в тонкие нити, нарезать их небольшими кусочками и свернуть в виде колбасок.

Восточные пряности: феерия вкусов и ароматов

Специи и пряности известны человечеству с давних времен. Все эти ароматные травы, плоды, корни и кора растений, цветы и смолы с самых древних времен использовались в религиозных ритуалах практически всех известных религий, начиная с шаманов первобытных племен и заканчивая миропомазанием европейских императоров. Но свое главное и основное употребление специи и пряности обрели в кулинарии. Правильно подобранный букет пряностей и ароматных трав легко поможет выявить самые тонкие и незаметные на первый взгляд нюансы вкуса даже хорошо известных блюд.

В течение многих веков пряности попадали в Европу из Азии и Индии, а практически вся торговля пряностями была монополизирована арабами. В Средние века специи ценились так же высоко, как драгоценные металлы, и играли немалую роль в становлении и крушении государств и империй. Именно торговля пряностями помогла Венеции стать центром европейской коммерции. Христофор Колумб открыл целый неизвестный материк лишь благодаря тому, что пытался найти более короткий путь в Индию и возможность облегчить и удешевить способ доставки ценных восточных пряностей в Европу.

Не менее высоко ценятся пряности и сегодня. Конечно, в наши дни их ценность выражается не в баснословной стоимости, а, прежде всего, во вкусовых и ароматических качествах, в удовольствии и радости, которое доставляет даже небольшое количество пряностей, добавленное в современные блюда. В кулинарном искусстве Индии и Индонезии, тех стран, где выращивается большая часть самых ароматных пряных растений, специи и пряности используются наиболее широко.

В современной кулинарии практически всех стран специи, приправы и пряности используются повсеместно. Трудно себе представить не только человека увлеченного кулинарией, но даже простую домохозяйку, готовящую обед для своей семьи и не использующую хотя

бы минимальный набор пряностей. В большинстве случаев в наши дни дело не ограничивается солью и черным перцем. Возможность без особого труда приобрести практически любые восточные специи волей-неволей заставляет любителей кулинарии экспериментировать со специями и приправами и удивлять друзей и близких разнообразием вкусов и ароматов своих блюд.

Однако, несмотря на кажущуюся легкость использования пряностей, требуется немало умений и знаний для того, чтобы полностью раскрыть весь их богатый потенциал и подарить те незабываемые вкусовые ощущения, за которые мы их так ценим. Крайне важно уметь правильно выбирать и хранить пряности, знать, как и в каких блюдах их использовать, и уметь правильно их сочетать. Именно в этом мы и попробуем сейчас разобраться.

Выбор пряностей

В идеале следует стараться покупать целые пряности и перемалывать их непосредственно перед употреблением. Если же вы покупаете уже смолотые пряности, то следите, чтобы они были герметично упакованы. Все дело в том, что молотые пряности очень быстро теряют вкус и аромат из-за того, что эфирные масла, содержащиеся в них, начинают испаряться сразу же после помола. Именно по этой причине молотые специи и пряности, купленные на рынке, где они лежат в открытых емкостях, часто приносят разочарование отсутствием ожидаемого вкуса и аромата.

Старайтесь покупать пряности в специализированных магазинах, где они хранятся в плотно закрытых емкостях или герметично упакованы производителем. Лучше всего приобретать специи в небольших количествах, чтобы использовать их в кратчайшие сроки, ведь самым ярким вкусом и ароматом обладают именно свежие пряности.

Хранение пряностей

Храните все пряности в плотно закрытых емкостях или специальных герметичных контейнерах, в прохладном, темном месте.

Излишняя влажность, высокая температура и прямые солнечные лучи разрушают ароматические вещества и нередко непоправимо меняют вкус специй.

При правильных условиях хранения целые пряности можно хранить около года, молотые же пряности сохраняют свои вкусовые качества не более полугода.

Подготовка пряностей к использованию

Для того чтобы измельчить небольшое количество пряностей, необходимое для приготовления вашего блюда, используйте ступку и пестик.

Самыми лучшими считаются ступки и пестики, изготовленные из цельного куска камня или мрамора, также хороши для пряностей

ступки и пестики из плотного фарфора, их единственным недостатком является хрупкость.

Если же вы предпочитаете смолоть часть специй заранее, чуть в больших количествах, чем требуется для приготовления одного блюда, то вы можете использовать электрическую кофемолку или специальные электрические grinderы – приборы, разработанные для наилучшего перемалывания специй и пряностей.

Использование пряностей

Чтобы полностью раскрыть аромат пряностей, их следует слегка (в течение 1—2 секунд) прожарить на сухой, сильно нагретой сковороде. Если вы используете целые специи, то прогревать их рекомендуется обязательно, молотые же специи можно добавлять в блюдо без предварительной прожарки.

В индийской кухне большинство специй прогревается перед закладкой продуктов непосредственно в том масле, в котором будут в дальнейшем готовить блюдо – это позволяет полностью раскрыть весь спектр вкусов и ароматов, свойственных пряностям и передать его блюду еще на стадии приготовления.

Независимо от того, собираетесь ли вы просто прогревать пряности перед употреблением или будете ароматизировать с их помощью масло, обращайтесь особое внимание на то, чтобы ваши пряности не перегрелись и, уж тем более, не пригорели.

Для того чтобы лучше понять вкусовые и кулинарные особенности восточных пряностей, давайте попробуем ознакомиться с каждой пряностью отдельно. Конечно, здесь не представляется возможным рассказать обо всех восточных специях, поэтому поговорим о наиболее популярных и часто встречающихся в наших магазинах.

Гвоздика. Эти высушенные цветочные почки тропического гвоздичного дерева всегда составляли основу торговли пряностями. Хорошая гвоздика должна быть маслянистой на ощупь и иметь красновато-коричневый цвет. Употребляется как в сладких блюдах, так и в блюдах из мяса и птицы, широко используется в консервировании. Масло гвоздики обладает сильным антисептическим действием.

Имбирь. Продается как в свежем виде, так и в сушеном, в виде порошка или кусочков. Сушеный имбирь гораздо острее свежего. Одна чайная ложка сушеного имбиря равна одной столовой ложке свежего. Покупая свежий имбирь, обращайте внимание на то, чтобы корень был гладким, не сморщенным и плотным на ощупь. Имбирь употребляют в широком спектре блюд, в выпечке, в маринованном и свежем виде в салатах и даже в напитках.

Кардамон. Бледно-зеленые стручки кардамона применяют главным образом для ароматизации сладких блюд и напитков. Иногда по рецепту требуется использовать только черные семена кардамона, имеющие острый вкус. В этом случае извлеките семена из стручка и растолките их в ступке.

Кориандр. У нас это растение больше известно под названием «кинза». В пищу широко используют свежую зелень, а также высушенные семена. Старайтесь купить именно целые семена кориандра, так как в молотом виде он очень быстро теряет свои вкусовые качества.

Корица. Настоящую корицу получают из внутреннего слоя коры вечнозеленого дерева *Cinnamomum zeylanicum*. Вместо молотой корицы лучше купить целые палочки, прожарить их на сухой сковороде и размалывать по мере необходимости.

Куркума. Представляет собой ярко-желтый порошок из высушенного корня растения семейства имбирных. Применяется в небольших количествах для окраски блюд из риса, а также для придания свежего, слегка острого аромата овощным блюдам, супам и закускам. С куркумой надо обращаться крайне осторожно, поскольку она оставляет трудно выводимые пятна на одежде и легко возгорается.

Индийский тмин (кумин, зира). Семена белого индийского тмина – важный компонент в рецептах многих блюд восточной кухни. В России и Азии эта пряность более известна под названием «зира». Чаще всего зерна кумина используют целиком, предварительно слегка прожарив их на сухой сковороде. Если по рецепту нужно использовать молотый

кумин, то рекомендуется сначала прожарить целые зерна и лишь затем смолоть или растолочь его в ступке.

Фенхель. Известен также под названием «сладкий тмин». Эти длинные бледно-желтые семена по вкусу напоминают анис или лакричник. Используют фенхель в выпечке, блюдах из мяса и птицы, а также в маринадах.

Мускатный орех. Лучше покупать только целые, круглые, плотные, маслянистые орехи. Молотый мускатный орех покупайте только в крайнем случае, когда нет возможности достать целый. Натертый мускатный орех используют для придания аромата пудингам, молочным сладостям, а также мясным блюдам и паштетам. Лучше всего натирать мускатный орех на мелкой терке непосредственно в блюдо, поскольку, он очень быстро теряет свой аромат.

Семена черной горчицы. Очень популярная в индийской кулинарии пряность. Семена черной горчицы мелкие (меньше, чем у белой европейской горчицы), круглой формы, красновато-коричневого цвета. Острые на вкус, они имеют яркий ореховый аромат.

Шамбала. Плоские, квадратные по форме, мелкие семена растения семейства бобовых. Используются в овощных блюдах и закусках, а также являются обязательным компонентом смеси пряностей «*Карри*». Семена шамбалы имеют горьковатый вкус, поэтому их не рекомендуется использовать в больших количествах. Прожаривая семена шамбалы, нужно быть особенно аккуратным – они должны оставаться светло-коричневыми. Если при поджаривании семена приобрели красно-коричневый оттенок, они могут испортить ваше блюдо, сделав его чрезвычайно горьким. В магазинах шамбала встречается очень редко, но ее можно найти в специализированных магазинах индийских пряностей.

Шафран. Эти сушеные рыльца шафранового крокуса не зря называют царем пряностей. В каждом цветке крокуса только три шафрановые жилки, поэтому для получения одного килограмма шафрана требуется порядка 300 000 цветков, причем жилки

выбираются вручную. Шафран стоит баснословно дорого, но даже самое малое его количество в блюде достаточно ощутимо. Шафран лучшего качества – темно-красный и мягкий на ощупь. При старении он бледнеет, высыхает и теряет большую часть своего аромата. Аромат шафрана несравним ни с чем, он тонок и удивительно приятен. Применяют шафран для окрашивания и ароматизации блюд из риса, сладостей и напитков.

Будьте внимательны!

Не спутайте шафран с его дешевыми заменителями, например сафлором. Нельзя сказать, что сафлор – плохая специя, но он не идет ни в какое сравнение с шафраном и полностью лишен характерного для шафрана аромата. Сафлор употребляют как дешевый заменитель шафрана в том случае, когда нужно просто окрасить блюдо в золотистый, шафрановый цвет.

Листья карри. Используют как в свежем, так и в сухом виде. Сухие листья легче достать, чем свежие, но они и менее ароматны. Применяют для ароматизации и придания своеобразного вкуса супам, овощным и мясным блюдам, а также соусам. Также высушенные и смолотые листья карри являются основным компонентом ставшей весьма популярной на Западе и в Европе смеси пряностей с одноименным названием.

Праздничные традиции мусульманской кухни

За всю многовековую историю ислама в странах, традиционно придерживающихся этого вероисповедания, сложились свои специфические особенности приготовления и правила приема пищи.

Ислам – мировая религия. Потому следует учитывать, что в разных мусульманских странах эти обычаи, в целом общие для всех мусульман, могут иметь и некоторые местные особенности.

Как и в других национальных кухнях, праздничный стол народов, исповедующих ислам, заметно отличается от повседневной трапезы. Причем каждый праздник обязательно сопровождается приготовлением определенных яств.

Разумеется, помимо ритуальных блюд, приготовляемых накануне той или иной знаменательной даты, на праздничном столе присутствуют и другие традиционные мусульманские кушанья: плов, манты, таджин, кускус, различные блюда из мяса, овощей, фруктов, орехов и, конечно, сладости.

Ни одна праздничная трапеза не обходится без соблюдения определенных норм и правил поведения за столом и приема пищи. Крайне важное значение для мусульманской кухни имеют налагаемые исламом пищевые запреты. И хотя в настоящее время эти ограничения соблюдаются далеко не в полной мере, тем не менее в целом их придерживается большинство мусульман.

Так, еще в доисламский период арабы, убивая животное, торопились перерезать ему горло и слить кровь, произнося при этом имя своего божества.

Впоследствии этот древний обычай освятил пророк Мухаммед. В одном из его хадисов написано: *«Мертвые животные, кровь, мясо свиньи, а также те животные, что были убиты без упоминания имени Аллаха, – все это запрещено...»*. Однако далее сказано, что тот, кто

нарушит этот запрет не намеренно, а вынужденно, виновным не считается.

Также в соответствии с догматами ислама мусульманин может есть лишь мясо животных, забитых мусульманином, что в современных условиях не всегда выполнимо.

Во всех случаях мусульманин должен стойко сохранять свою веру в Аллаха и в каждой конкретной ситуации, включая и приемы пищи, не утрачивать дарованный ему Аллахом здравый смысл.

Одно из главных пищевых ограничений ислама касается употребления алкогольных напитков. Согласно Корану, сатана (шайтан) возбуждает в людях через вино ненависть и вражду, и поэтому мусульмане не должны его пить.

Однако в современной мусульманской кухне допускается использовать небольшое количество белого или красного вина для приготовления некоторых блюд и напитков. Хотя, например, в Ливии запрет на употребление спиртных напитков имеет силу закона. Производство и ввоз в эту страну алкогольной продукции категорически запрещены.

Этикет праздничной мусульманской трапезы

Традиции гостеприимства

Какова же специфика встречи гостей и приема пищи в мусульманских странах? Давайте посмотрим, что предписывают по этому поводу мусульманские традиции.

Предупредительность и исключительная заботливость по отношению к гостям обязательны для хозяев в течение трех дней; начиная с четвертого – можно уже несколько меньше заботиться о гостях.

С приходом гостя, подавайте угощение как можно скорее, не заставляйте его долго ждать; не следует подавать лишней еды сверх того, что гость в состоянии съесть. Хлеба (лепешек) на столе должно быть в нечетном количестве, ровно столько, сколько нужно по числу гостей; и если один хлеб разломан для угощения, не следует ломать другой, пока не съеден первый – это была бы непозволительная трата.

Когда кушанье подано, хозяин приглашает гостя начать трапезу, однако правила приличия требуют, чтобы именно хозяин первым протянул руку к блюду. А вот вытирать руки после еды хозяин, наоборот, должен после того, как это сделает гость. Не следует особенно назойливо угощать гостя, достаточно повторить предложение три раза.

За столом хозяин должен составлять компанию гостю сообразно его аппетиту и вкусу. Закончил гость трапезу, и хозяину следует перестать есть.

Во время угощения гостей хозяину дозволяется держать пост (ураза-нафиль), если он начал соблюдать такой пост до их прихода. Самые вкусные и изысканные блюда следует предложить гостю, хозяин же ест то, что похуже и попроще.

Если еды приготовлено мало и видно, что гость обладает хорошим аппетитом, то хозяину следует есть как можно меньше, чтобы

побольше досталось гостю.

Если гость пожелает удалиться по окончании угощения, не надо слишком настаивать на том, чтобы он остался. Последуйте за ним, проводите до выхода и перед его уходом выразите ему признательность за посещение следующей фразой: *«Вы оказали нам честь своим посещением, да воздаст вам за это Аллах своею милостью»*.

Не следует допускать особенной роскоши в угощении, чтобы не создало впечатление, что вы хвастаетесь своим гостеприимством или пытаетесь затмить других.

А как подобает вести себя при получении приглашения на угощение? Принять приглашение нужно обязательно, даже если вам известно, что приглашающий вас в состоянии купить, к примеру, только одну баранью ногу. Будь то обеспеченный человек или бедняк – никого нельзя обижать отказом, а следует принять приглашение и пойти туда, куда вас зовут.

Неприлично прийти на угощение, не получив на то приглашения. Если два человека одновременно приглашают вас к себе, то нужно идти к тому из них, кто ближе живет; если же оба живут одинаково близко, то вам следует отдать предпочтение тому с кем вы ближе знакомы или дружите. Неприлично, будучи приглашенным в гости, привести с собой того, кто не получил приглашения.

Если же какой-нибудь человек, не будучи приглашенным, по своему почину последует в гости за тем, кто был приглашен, то последний у входа в дом должен сказать хозяину: *«Этот человек пришел по своей воле, без моего приглашения. Если вам угодно, пусть войдет, если же вы этого не желаете, то пусть удалится»*. Этим снимается нравственная ответственность с гостя за то, что с ним пришел человек, которого не приглашал сам хозяин. Отправляясь в гости, следует несколько утолить свой голод дома, чтобы не выделяться из среды прочих гостей торопливостью в еде.

Придя в гости, займите место, которое будет указано вам хозяином. Следует принимать все, что предложит хозяин, неприлично озиаться по сторонам и рассматривать находящиеся в помещении вещи. Также не следует давать указания хозяину относительно приготовления пищи и прочих действий. Свое мнение можете высказать только в том случае, если между вами и хозяином давно существуют дружеские отношения. Неприлично передавать друг другу пищу руками, взяв кушанье с блюда.

По окончании угощения не принято без разрешения хозяина уносить домой что-нибудь из того, что еще осталось на столе. Когда хозяин по окончании трапезы станет свертывать разостланную скатерть, следует помолиться о благополучии хозяина: *«О Аллах! Пошли изобилие хозяину дома, предложившему угощение, и увеличь его достояние своею милостью к нему»*.

После молитвы обязательно попросите у хозяина разрешения удалиться, но помните, что долгие беседы в дверях перед уходом неуместны. Из предания известно, что Мухаммед говорил: *«После принятия пищи расходитесь поскорей»* (на русский язык это переводится поговоркой *«Не бойся гостя сидящего, бойся гостя стоящего»*).

Какими правилами следует руководствоваться мусульманину во время еды

Нужно приступать к еде только тогда, когда сильно проголодался, а лучше есть не досыта, умеренно.

Следует остерегаться есть пищу, о которой нельзя с уверенностью сказать, что она, несомненно, чистая: такой сомнительной пищи (шубха) ешьте как можно меньше – даже когда заставляет голод – с чувством стыда и раскаяния в душе.

Аналогично поступайте и в том случае, если нет оснований считать пищу недозволенной, но предлагается она человеком жестоким или не соблюдающим всех законов ислама.

Не следует постоянно есть мясные блюда, но также не рекомендуется и совсем обходиться без мяса сорок дней подряд.

После рыбы не следует пить молоко и наоборот.

Вареное мясо не нужно смешивать с жареным, а сушеное или вяленое – со свежим.

Если пища готова, и вы к этому времени достаточно проголодались, принимайте пищу раньше обязательной повседневной молитвы, но так, чтобы ко времени намаза закончить еду и идти молиться.

Начиная трапезу, старший из присутствующих должен протянуть руку к пище, и только тогда остальные могут начать есть, однако и старшему не следует медлить – он не должен заставлять ждать других, чтобы кушанье не остыло.

Прежде чем приступить к еде, необходимо прочесть установленную для того молитву или хотя бы произнести вслух: *«Во имя Аллаха, милостивого, милосердного»*.

Начинать и заканчивать трапезу нужно, непременно, солью – таков обычай.

Приступая к еде, возьмите щепотку соли и вновь произнесите: *«Во имя Аллаха, милостивого, милосердного»*. Если кто-нибудь по забывчивости перед началом еды не произнесет положенной молитвенной фразы и вспомнит об этом за едой, ему следует исправить свою ошибку и сказать: *«Во имя Аллаха и начало, и конец еды»*.

Еду и питье нужно брать непременно правой рукой.

Брать пищу с блюда следует прямо перед собой, не выбирая лакомых кусочков, лежащих на другой стороне блюда, так дозволяется брать только понравившиеся фрукты.

Следует относиться с особенным вниманием к хлебу и крошкам – мусульмане признают хлеб продуктом священным и принимают все меры к тому, чтобы хлеб не падал со стола на пол.

Хлеб, прежде чем начать его есть, полагается разломать на куски – будь это лепешка или весовой хлеб – непременно обеими руками, не торопясь. Честь преломить хлеб для гостей принадлежит хозяину угощения.

Ножом хлеб не режут, от целой лепешки зубами не откусывают – все это считается неприличным.

Не следует хлебом обтирать жир с рук после мясной пищи.

Следует подобрать и съесть случайно выпавшие изо рта во время еды хлебные крошки – это приносит много счастья.

Выбросить крошки – значит обнаружить свою гордость и самонадеянность.

Не следует дуть на слишком горячую пищу, нужно есть, когда она остынет сама.

Рекомендуется есть медленно, не торопясь, так как торопливость в еде вредит пищеварению, не класть в рот слишком большие куски и стараться прожевать все как можно лучше.

Неприлично протягивать руку к блюду за следующим куском, пока не пережеван и не проглочен предыдущий. Откусив от своего куска, не следует класть вновь на блюдо оставшуюся его часть или стряхивать приставшую к руке пищу в посуду, из которой берут еду остальные присутствующие.

Во время еды не следует повышать голос, говорить неприятные присутствующим вещи или критиковать предложенное угощение.

По возможности не следует есть одному, потому что чем больше рук протянется к пище, тем больше Аллах посылает ее на пользу людям, и благосостояние хозяина дома увеличивается.

До самого окончания трапезы следует поддерживать мир, согласие и веселое расположение духа у собравшихся, а вставать – не раньше, чем хозяин свернет скатерть, на которой подавалось угощение; встать раньше дозволяется только ввиду какой-нибудь уважительной причины.

Вежливость требует, чтобы каждый, кто берет еду из общей посуды, старался лучшие куски предоставлять другим, и не протягивал руку за лучшими кусками для себя.

Не следует до краев наполнять ложку – это говорит о чрезмерном увлечении пищей, а также и брать на ложку слишком мало – это свидетельствует о гордости.

Очищая фрукты, не следует класть снятую кожицу, зерна и косточки на то же блюдо, где лежали плоды, а сложить все это в посуду, предложенную хозяином специально для таких целей.

Еду, оставшуюся в ложке, недопустимо класть обратно в посуду, из которой едят другие.

Перед принятием пищи и после еды всем гостям необходимо совершить омовение рук с соблюдением всех формальностей, которые, как правило, довольно точно исполняются во всех мусульманских домах.

После омовения рук, перед угощением и после его окончания, произносятся особо установленные молитвы, в которых благодарят Аллаха за посланную пищу и просят прощения грехов хозяину дома, всем присутствующим, всем мусульманам.

Молитву произносит кто-то из старших по возрасту гостей про себя, подняв перед собой руки ладонями вверх, а закончив, проводит ладонями рук по лицу и подбородку. Этот жест молча повторяют за ним все присутствующие.

Какими правилами следует руководствоваться мусульманину во время питья воды

Воду по возможности следует пить сидя.

Имеются два исключения из этого правила: стоя пьют воду из источника Зам-Зам во время хаджа, и воду, оставшуюся после омовения, если человеку захочется напиться, а в его кувшине будет вода.

На воду не следует дуть.

Неприлично пить воду из чашки залпом, без перерыва, а следует делать это в три приема, каждый раз отрываясь от края посуды – в первый прием делают только один глоток, во второй – три, в третий – пять; и далее, придерживаясь нечетного числа глотков.

Перед первым глотком следует произнести: «Во имя Аллаха, милостивого, милосердного», а по окончании питья: «Слава Аллаху, Господу миров».

Мусульманские праздники и их традиции

Новый год по хиджре

Новый год по хиджре – это 1-й день месяца мухаррам. И хотя этот день не включен в число официальных мусульманских праздников, большинство мусульман отмечают наступление Нового года довольно широко, а имамы в своей проповеди обязательно напоминают верующим, что в этот день 16 июля 622 года в Медине образовалась первая община мусульман, переселившихся («хиджра» в переводе с арабского означает «переселение») сюда из Мекки.

Шестнадцать лет спустя эпохальное событие хиджры было признано обозначающим первый год мусульманской эры.

По арабскому летоисчислению она начинается в первый день первого месяца лунного года, что соответствует 16 июля 622 года, и счет годам в хиджре ведется именно от этого события. Каждый новый год хиджры начинается на 11 дней раньше предыдущего, потому что хиджра – лунный календарь и год в нем – это продолжительность 12 оборотов Луны вокруг Земли.

Первые 10 дней нового года считаются в мусульманском мире благословенными для всех хороших начинаний. В это время у мусульман принято играть свадьбы, приступать к строительству домов, строить планы на будущее и т. п.

Точно так же, как и священный Рамадан, это месяц раздачи милостыни, покаяния и молитв.

На протяжении всего месяца верующим рекомендуется соблюдать пост в четверг, пятницу и воскресенье. Кроме того, мухаррам – один из четырех запретных для войн и кровной мести месяцев.

Новогодняя мусульманская трапеза включает продукты и блюда, имеющие ритуально-символическое значение.

Накануне праздника принято готовить традиционный кускус с бараниной, а в день Нового года на обед подают суп из баранины и мясное блюдо, в состав которого обязательно должны входить баранина или жирная говядина, растительное масло, томатная паста (помидоры), много зелени (чтобы новый год был зеленым) и различные пряности.

Начало нового года символизируют приправа млюхия, приготавливаемая из сорго (вид проса) и большого количества зелени, а также вареные куриные яйца, окрашенные в зеленый цвет – цвет плодородия и зарождения новой жизни.

В первые несколько дней нового года подают различные блюда из риса, сухих бобов (они символизируют окончание прошлогодних запасов), баранины, овощей, пряностей и зелени.

В качестве закусок для праздничной трапезы готовят различные салаты: овощные, фруктовые, мясные (желательно с бараниной) и рыбные, которые украшают зернами граната и маслинами.

На протяжении всего месяца нельзя добавлять в пищу чеснок. Считается, что от людей, которые едят на новогодний праздник блюда с чесноком, отворачивается удача.

Ашура

Праздник Ашура – день поминовения пророков и посланников Аллаха – отмечается в мусульманском мире 10 мухаррама, то есть на 10-й день мусульманского нового года.

Этот праздник для всех мусульман считается особенным, потому что, согласно преданию, в этот день Мухаммед произнес памятные слова: *«О люди, спешите делать добро в этот день, ибо этот день великий, благословенный. Аллах благословил в этот день Адама»*. Считается, что именно в этот день Всевышний сотворил небо, землю и ангелов, а также ниспослал великую благодать десяти пророкам.

По мусульманским преданиям суннитов, множество чудес, связанных с жизнью пророков, приходится именно на день Ашура. Так, 10 мухаррама родился пророк Ибрахим, спасся пророк Муса, вознесся на небо пророк Иса, корабль Нуха после Всемирного потопа причалил к

горе Джуди и др.

В Коране написано, что Ашура является «самым ценным днем месяца мухаррам, ибо много пророков спаслись в этот день от бед и несчастий».

В день Ашура желательно соблюдать пост. В одном из хадисов сказано, что «пост в день Ашура очищает мусульманина от грехов за предыдущий и последующий годы, а за крупницу подаяния (садака) в день Ашура Аллах даст вознаграждение величиной в гору Ухуд».

Большинство мусульман в день Ашура соблюдают пост, однако после захода солнца во всех семьях начинается праздничная трапеза, состоящая из нескольких салатов и закусок, а также супа, второго блюда, всевозможной выпечки и фруктов, десерта и, разумеется, традиционного чая, подаваемого в пиалах.

В отличие от блюд, приготовляемых на новогодний праздник, в блюда, подаваемые на 10-й день мухаррама, можно добавлять небольшое количество чеснока, однако закусок, в которых основным ингредиентом является чеснок, на праздничном столе быть не должно. Хорошей приметой считается наличие на столе блюд из сухофруктов, орехов, гороха и фасоли.

Как правило, в день Ашура готовят салаты и закуски из мяса курицы (цыпленка) и баранины (реже говядины), в которые добавляют всевозможные пряности. Их украшают оливками, зернами граната, фигурно нарезанными овощами и большим количеством зелени.

В качестве первого блюда на праздник принято подавать хлалим, шорбу или мерка харра с лепешками или кульчей, а на второе готовят кабоб, плов, пельмени или манты и другие традиционные мясные и овощные блюда с обилием пряностей и зелени.

Для детей на 10-й день мухаррама пекут чареки – сладкие печенья в форме полумесяца – и варят шербет.

Навруз

Слово «навруз» состоит из двух персидских слов – «*ноу*» (новый) и «*руз*» (день). Навруз ошибочно относят к мусульманским праздникам, и хотя его широко отмечают в мусульманском мире, он не связан с исламом, а дошел до нас из глубины веков (этот праздник известен еще с дозораастрийских времен).

Происхождение Навруза связано с древними земледельческими культами. Поскольку дата праздника приходится на день весеннего равноденствия, Навруз знаменует приход весны и начало земледельческих работ. Кроме того, это начало нового года по восточному календарю.

Несмотря на то что название мусульманского Нового года на языках разных народов звучит с различными интонациями («*ноуруз*», «*навруз*», «*наурыз*»), традиции его празднования во всех странах примерно одинаковы. Так, в Киргизии, Казахстане, Таджикистане и Узбекистане существует традиция окуривать жилища в ночь накануне праздника дымящимися веточками арчи, дабы изгнать злых духов.

Все домашние хлопоты (уборка, приготовление праздничных блюд, украшение жилища зелеными ветками яблони и граната), связанные с празднованием Навруза, необходимо завершить накануне.

Мусульмане отмечают этот праздник при полном свете дня. Все члены семьи собираются за праздничной трапезой, которая называется «*хафт-син*». На стол обязательно ставят зеркало, а по обе стороны от него – светильники с горящими свечами, число которых должно соответствовать числу членов семьи. Причем свечи должны догореть сами, на них ни в коем случае нельзя дуть: считается, что если свечу задуть, то укоротится жизнь кого-либо из членов семьи.

На празднично накрытом столе, помимо традиционных блюд из баранины и курицы, обязательно должно быть ритуальное лакомство сумаляк (солодовая халва), сваренное из сока пророщенных зерен пшеницы с добавлением сахара и муки.

Кроме того, на столе должны находиться семь яств, название которых начинается с буквы «син»: сабзи (пророщенные зерна), себ (яблоко), сир (чеснок), сумах (барбарис), сирко (уксус), сипанд (шпинат), сонджит (маслина).

Также на столе должны быть домашний хлеб, орехи, миндаль, молоко, сыр, рыба, крашеные в зеленый цвет яйца, сосуд с розовой водой, пиала с водой, в которой плавают зеленые листья. И, конечно, на столе должен лежать Коран.

К празднику готовят разнообразные блюда из баранины, рыбы, курицы и яиц, обильно приправленные различными пряностями и украшенные зеленью. Во многих семьях в этот день подают традиционный лагман, а также плов, тастир из рыбы, большие лепешки, хлеб, сладкие блюда из орехов и фиников.

Лейлят Мавлид

Лейлят Мавлид – день рождения пророка Мухаммеда – отмечается в мусульманском мире 12 числа месяца раби аль-авваль. Поскольку точная дата рождения пророка неизвестна, Мавлид приурочен ко дню его смерти. Кстати, в исламе дни рождения празднуются весьма скромно, тогда как даты смерти, трактуемые как рождение для вечной жизни, отмечаются очень торжественно и сопровождаются веселыми гуляньями и праздничными застольями.

Считается, что этот праздник мусульмане стали отмечать только через 300 лет после возникновения ислама. И хотя, по мнению некоторых исследователей, Мавлид возник под влиянием христианского праздника Рождества, это нововведение получило одобрение у всех авторитетных ученых ислама, и традиция отмечать рождение Мухаммеда широко распространилась.

В некоторых мусульманских странах этот день объявлен нерабочим, а, например, в Пакистане день рождения пророка официально празднуется в течение трех дней. Довольно широко Мавлид отмечается в Сирии, Алжире, Тунисе и Марокко.

Помимо чтения Корана, молитв и раздачи милостыни, мусульмане исполняют посвященные Мухаммеду поэмы, а также специальные стихотворные повествования-песнопения, называемые *мадихами*, или *мунаджатами*, устраивают праздничные факельные шествия, участники которых несут изображения матери пророка, Амины. Во всех мечетях проходят богослужения в честь рождения пророка.

За несколько дней до Мавлида люди покупают хлопушки и петарды, и праздничные гулянья проходят под грохот взрывов и сверкание разноцветных огней фейерверков.

Как и все мусульманские праздники, Мавлид сопровождается праздничными угощениями. Во многих арабских странах уже накануне этой даты на улицах городов появляются украшенные цветными флажками и фонариками павильончики, где продаются сахарные фигурки «невесты пророка» с бумажным пестрым веером за спиной и

всадника с саблей в руке.

Все мусульмане в этот день накрывают праздничный стол, на котором, помимо неизменных кушаний из баранины со специями, домашнего хлеба, лепешек и блюд из бобов, присутствует в изобилии различная выпечка, сладости, фрукты и зелень.

Традиционными блюдами, подаваемыми в этот день, являются салаты и закуски из брынзы, рулет из печени, шашлык, асып, жута-нан, лаасида, асида ореховая, балуза с крахмалом, буза и миндальный крем.

Из напитков на Мавлид готовят традиционный зеленый чай, а также сладкие кисели.

День рождения пророка Мухаммеда отмечают не только в узком семейном кругу. Как правило, в этот день семья собирается за завтраком и обедом, а на ужин приглашаются близкие друзья и родственники.

Мирадж

Согласно мусульманскому преданию, однажды Мухаммед уснул возле мекканской мечети, а ночью к нему явился ангел Джабраил с крылатым животным Бураком (в переводе с арабского «бурак» означает «молниеносный») и предложил совершить путешествие в Иерусалим.

Над местоположением древнего иудейского храма на горе Сион небеса разверзлись, и пророку открылся путь к трону Аллаха. Однако ни Мухаммеду, ни сопровождавшему его ангелу Джабраилу так и не удалось ступить в запредельные области. Мухаммеду было лишь дозволено увидеть рай и ад, после чего он предстал на седьмом небе перед троном Аллаха, достигнув тем самым величайшего для человека духовного состояния...

В настоящее время мусульмане празднуют ночь вознесения (Мирадж) 27 числа месяца раджаба. Эту ночь принято проводить в молитвах и чтении Корана.

В разных мусульманских странах праздник Мирадж имеет свои ритуалы проведения: с постом в течение дня и праздничной вечерней

трапезой или без воздержания от еды и питья днем. Но даже если в течение дня мусульмане не воздерживаются от принятия пищи, то стараются не предаваться излишествам, а отдают предпочтение овощным блюдам и фруктам.

После захода солнца во всех мусульманских семьях начинается праздничное застолье с обилием мясных и рыбных кушаний, овощных салатов и острых закусок, а также разнообразных сладостей. Праздничный стол обязательно украшают спелыми фруктами и зелеными ветками.

Накануне праздника хозяйки готовят манты или пельмени, плов, наваристый суп из баранины, сладкий компот из ягод и другие традиционные блюда мусульманской кухни. В этот день принято приглашать на ужин родственников и друзей.

Лейлят аль-Бараат

Праздник Лейлят аль-Бараат отмечается в ночь с 14 на 15 число месяца шаабан. В доисламском календаре древних арабов на месяц шаабан приходилось летнее солнцестояние, с которого начинался отсчет нового года. В этот день арабы возносили молитвы идолам и поминали усопших.

В настоящее время мусульманский праздник Лейлят аль-Бараат отчасти сохранил черты древнего новогоднего торжества: после ночной молитвы и посещения могил родных у мусульман начинается праздничное застолье, во время которого принято веселиться, танцевать и петь песни.

Согласно мусульманским преданиям, в эту ночь происходит сотрясение древа жизни, на листьях которого написаны имена живущих. Считается, что люди, чьи имена отмечены на опавших листьях, умрут в течение года...

В ночь Лейлят аль-Бараат (эта ночь упоминается в Коране как священная) Аллах опускается на нижнее из семи небес, чтобы услышать молитвы грешников. Поэтому в эту ночь все мусульмане

возносят особые молитвы за умерших, прося Аллаха отпустить грехи, совершенные ими в земной жизни.

Ночь с 14 на 15 шаабана мусульмане проводят в молитвах, а утром отправляются в мечеть, по дороге раздавая милостыню и угощая детей сладостями. В день праздника верующие посещают могилы родных и близких людей, а затем отправляются домой или проводят время на шумных уличных ярмарках.

Вечером в каждой мусульманской семье накрывается праздничный стол, на котором обязательно должны быть блюда из баранины (плов, шима, мошбиринч), курицы и всевозможная выпечка из пресного и сдобного теста.

Из напитков в этот день принято подавать чай и кофе.

Для детей готовят традиционный чак-чак, ягодно-фруктовые муссы и варят компот из чернослива.

Рамадан

Месяц Рамадан считался священным еще в доисламские времена. Согласно мусульманским преданиям, в этот период все демоны связаны, двери ада закрыты, а семь ворот рая открыты и одни из них предназначены для тех верующих, кто соблюдает пост.

По замыслу пророка Мухаммеда цель соблюдения поста состоит в том, чтобы приучить человека бороться со страстями и тем самым приблизить свою душу к Аллаху.

Пост начинается в новолуние и длится до следующего новолуния, то есть 29—30 дней. В течение всего лунного месяца Рамадан мусульмане в светлое время суток воздерживаются от еды и питья, а пищу принимают только после захода солнца, отдавая предпочтение овощам и фруктам и стараясь избегать блюд из мяса.

Кроме того, во время поста нельзя курить, вдыхать запах табака, употреблять спиртные напитки, сквернословить, пробовать приготовляемую пищу и даже сглатывать слюну.

Исключение делается только для маленьких детей, стариков, беременных и кормящих женщин, больных и воинов, участвующих в «священной войне».

Все, кто вольно или невольно нарушил пост, обязаны в течение года поститься столько дней, сколько пропустили в месяц Рамадан.

В некоторых мусульманских странах существует традиция, по которой, прежде чем приступать в месяц Рамадан к первой трапезе (футур), надо выпить три глотка воды и съесть несколько фиников или других сладких фруктов, а по прошествии трех четвертей ночи съесть легкий ужин (сахур), состоящий из овощного блюда и лепешки. Однако следуют этому обычаю не все мусульмане.

Большинство людей приступают к ужину, состоящему из нескольких блюд (включая супы), уже сразу после захода солнца.

Во время Рамадана в мусульманских странах меняется весь ритм жизни: днем на улицах пустынно, закрыты кафе и закусочные, а вечером и ночью улицы заполняются людьми, повсюду звучит музыка и идет оживленная торговля фруктами, сладостями, всевозможной выпечкой и закусками.

Среди самых разнообразных блюд, которые готовят в Рамадан, наиболее популярны харира, чекчука и брики как с овощной, так и с мясной начинкой.

Из напитков к столу подают кофе и чай.

Лейлат аль-Кадр

В настоящее время праздник Лейлат аль-Кадр отмечается в мусульманских странах 27 числа месяца Рамадан. В этот день мусульмане совершают пропущенные намазы, читают Коран, просят друг у друга прощения, анализируют свои ошибки и строят планы на будущее.

Считается, что в ночь на 27 число Рамадана Аллах принимает решение о судьбе каждого человека, учитывая совершенные им поступки, а также желания, высказанные в молитвах. Согласно мусульманским преданиям, в ночь Лейлат аль-Кадр могут происходить всевозможные чудеса и знамения.

Лейлат аль-Кадр отмечается в большинстве мусульманских стран: нарядные толпы людей всю ночь гуляют по городу, поперек улиц и на фасадах домов накануне праздника развешивают гирлянды цветных лампочек. Всю ночь не закрываются кафе и рестораны, а на площадях идет торговля фруктами, сладостями и безалкогольными напитками.

Этот день принято проводить в молитвах и, разумеется, в течение всего светового дня воздерживаться от еды и питья, а к торжественной трапезе приступать только после захода солнца.

Праздничная трапеза, как правило, состоит из овощных и фруктовых салатов, супа-пюре, плова и всевозможных сладких блюд.

На стол обязательно ставят вазы с фруктами.

Ураза-байрам

Праздник разговения – Ид аль-фитр – известен больше под тюркским названием Ураза-байрам. Этот один из самых крупных мусульманских праздников знаменует окончание поста в месяце Рамадан. Праздник разговения отмечается в первый день месяца шавваля и длится 3 дня.

В день праздника мусульмане встают до восхода солнца, съедают на завтрак немного фиников или других сладких фруктов, надевают нарядную одежду и отправляются в мечеть, чтобы совершить праздничную коллективную молитву – намаз.

По дороге в мечеть люди приветствуют друг друга словами: *«Да ниспошлет Аллах милость свою и вам, и нам!»*, *«Да примет Аллах наши и ваши молитвы!»*, а также раздают милостыню.

После молитвы мусульмане задерживаются на некоторое время возле мечети, чтобы поздравить друг друга с праздником, раздать милостыню и угостить сладостями детей.

В некоторых мусульманских странах существует обычай разводить вечером костер, водить вокруг него хоровод и прыгать через огонь.

В этот день принято дарить подарки женам и детям, а накануне праздника обмениваться традиционными блюдами с ближайшими соседями. Мусульмане стараются собрать вместе всех членов своих семей и никуда не выпускать их из дома, поскольку, согласно преданиям, в этот день в дом приходят души умерших родственников.

Помолившись в мечети и наведив старших родственников и могилы родных, каждая мусульманская семья собирается за праздничным столом. Причем праздничная трапеза затягивается на много часов, продолжаясь порой до утра следующего дня.

На столе обязательно должны быть традиционные блюда из баранины, а также хлеб, зеленые оливки, черные маслины, финики,

изюм, инжир, фисташки и миндаль.

Как правило, на Ураза-байрам готовят несколько овощных, рыбных и мясных салатов и закусок, бульон или суп из баранины, а также не менее 3—4 блюд из жареной или тушеной баранины с гарниром из картофеля, кабачков или риса.

Ураза-байрам – это праздник сладостей. Накануне хозяйки пекут различные пирожные, печенья, бисквиты, готовят фруктово-ягодные и молочные десерты, варят сладкие компоты и сиропы.

Курбан-байрам

Курбан-байрам – праздник жертвоприношения – начинается 10-го числа месяца зу-ль-хиджжа, то есть через 70 дней после окончания поста в месяце Рамадан, длится 3—4 дня и совпадает с днем завершения паломничества в Мекку.

Курбан-байрам считается главным исламским праздником и отмечается во всем мусульманском мире. Он установлен в память о жертвоприношении пророка Ибрахима.

К празднику жертвоприношения мусульмане готовятся заранее. За 20 дней до наступления торжественной даты не полагается веселиться, надевать новые одежды, стричься и т. д.

Отмечать Курбан-байрам мусульмане начинают уже с раннего утра: совершив омовение и нарядно одевшись, они отправляются в мечеть, где совершают коллективную молитву и слушают проповедь имама-хатиба.

После праздничной молитвы мусульмане приступают к главному обряду этого праздника – жертвоприношению. Над приготовленным на заклание животным произносится молитва, затем его кладут на землю головой в сторону Мекки, и хозяин барана (овцы, козы, верблюда, коровы) или специально нанятый для этого человек перерезает жертве горло.

Ритуальный обряд мусульмане совершают как в первый, так и в последующие дни праздника, однако оставлять мясо жертвенного

животного на послепраздничные дни запрещено.

Из мяса принесенного в жертву животного готовят традиционные блюда, которые съедают за праздничной трапезой, а также раздают друзьям, соседям и малоимущим.

Накануне праздника хозяйки пекут хлеб, лепешки, пироги и бисквиты, а также готовят десерты из изюма и миндаля. Праздничный стол включает разнообразные блюда из всех видов пищевых продуктов, но прежде всего, из мяса жертвенного животного.

Как правило, в первый день готовят сердце и печень.

На второй день в большинстве мусульманских семей варят супы из бараньей головы и ножек и подают традиционные блюда из мяса с гарниром из бобов, овощей и риса.

На третий и четвертый день едят супы из костей и жареные бараньи ребрышки.

Рецепты мусульманских салатов и закусок

Салат «Шерги»

150 г редиса
10 зеленых маслин
10 черных маслин
2 лимона
1,5 ст. л. растительного масла
1 болгарский перец
1 огурец
1 апельсин
1 пучок зелени петрушки
1 пучок листового салата
корица на кончике ножа
соль по вкусу

Листья салата посолить, сбрызнуть растительным маслом и положить на блюдо.

Лимоны нарезать небольшими дольками, очистить от кожуры.

Лук, редис, огурец и болгарский перец мелко нарезать, перемешать с лимонными дольками и выложить на листья салата.

Салат заправить растительным маслом и украсить маслинами.

Апельсин разрезать на крупные дольки, посыпать корицей и положить по краям блюда.

Салат «Сфакский»

300 г кислых яблок
200 г огурцов
200 г помидоров
100 г репчатого лука
3—5 веточек петрушки
3—5 веточек кинзы
100 г болгарского перца
3 ст. л. оливкового масла
сок 0,5 лимона
0,25 ч. л. молотой сухой мяты
соль по вкусу

Очищенные яблоки, огурцы, помидоры, перец и лук мелко нарезать, посолить, перемешать, полить соком лимона, заправить оливковым маслом.

Подать к столу, посыпав мятой и украсив веточками петрушки и кинзы.

Салат из огурцов со сливками

100 г взбитых сливок

5—6 огурцов

0,5 пучка зелени кинзы

0,5 пучка зелени петрушки

соль по вкусу

Огурцы очистить от кожуры, нарезать тонкими кружочками, посолить и оставить на 15 минут.

Затем промыть холодной водой, положить в салатницу, заправить взбитыми сливками и поставить в прохладное место на 1,5 часа.

Подать к столу, украсив зеленью кинзы и петрушки.

Лимонный салат

2 очищенных лимона
2 ст. л. оливкового масла
1 пучок зелени петрушки
0,25 ч. л. тмина
зерна граната для украшения
0,25 ч. л. черного молотого перца
0,25 ч. л. молотого красного перца
соль по вкусу

Лимоны положить в подсоленную воду на 10—15 минут, затем выжать из них сок и мелко нарезать мякоть.

Смешать мелко нарезанную зелень петрушки, перец, тмин, оливковое масло, сок и мякоть лимона, соль. Украсить зернами граната.

Подать к столу сразу после приготовления.

Апельсиновый салат

5 очищенных апельсинов
5 ст. л. растительного масла
2 пучка листового салата
1 ст. л. лимонного сока
1 ст. л. апельсинового сока
1 ст. л. сахарной пудры
0,5 ч. л. черного молотого перца
зерна граната для украшения

Листья салата уложить в салатницу. Апельсины разделить на маленькие дольки, положить на листья салата и сбрызнуть 1 ч. л. лимонного сока.

В отдельной посуде смешать лимонный и апельсиновый сок, сахарную пудру, черный молотый перец и растительное масло.

Заправить салат приготовленной смесью и украсить зернами граната. Подать к столу охлажденным.

Салат «Орзу»

100 г редьки
100 г редиса
100 г зерен граната
2 яблока
1 репчатая луковица
1 ст. л. сметаны
1 пучок зелени базилика
0,5 пучка зелени кинзы
соль по вкусу

Редьку, редис и яблоки нарезать кубиками, смешать с кольцами репчатого лука, зернами граната, посолить, перемешать, уложить горкой в салатницу, заправить сметаной и украсить веточками базилика и кинзы.

Миндальная закуска

300 г ядер миндаля

100 мл растительного масла

0,25 ч. л. черного молотого перца

0,25 ч. л. красного молотого перца

1 ч. л. лимонного сока

соль по вкусу

Миндаль положить в кипящую воду и варить 15 минут, после чего промыть ядра холодной водой, снять с них кожицу и обсушить на салфетке.

Опустить миндаль в кипящее растительное масло и обжарить до образования румяной корочки.

Готовые ядра выложить на блюдо, посолить, поперчить, сбрызнуть лимонным соком и подать к столу.

Салат «Фарогат»

200 г отварной баранины

100 г редьки

100 г консервированного зеленого горошка

100 г майонеза

2 помидора

1 ч. л. столового уксуса

0,5 пучка зелени петрушки

0,5 пучка зеленого лука

соль по вкусу

Редьку нарезать кубиками и посолить. Мясо нарезать соломкой, перемешать с редькой и зеленым горошком.

Готовую массу уложить в салатницу, полить уксусом, заправить майонезом, украсить веточками петрушки, мелко нарубленным зеленым луком и фигурно нарезанными помидорами.

Зеленый салат

300 г зеленого салата

3 ст. л. оливкового масла

1 ст. л. столового уксуса

0,25 ч. л. черного молотого перца

соль по вкусу

Листья салата нарезать поперек полосками шириной 2 см, полить смесью оливкового масла и уксуса, посолить, поперчить, перемешать и подать к столу.

Капоната

300 г баклажанов
300 г помидоров
200 г кабачков
10 зеленых маслин
5—6 ст. л. оливкового масла
1 пучок петрушки
соль по вкусу

Баклажаны, кабачки и помидоры очистить, нарезать ломтиками, посолить, полить оливковым маслом и тушить в течение 30 минут.

Затем добавить очищенные от косточек маслины, перемешать, тушить в течение 2 минут, после чего охладить.

Подать к столу, украсив веточками петрушки.

Закуска из айвы

500 г спелой айвы

100 г сахара

1 лимон

1 ч. л. столовой горчицы

1 ч. л. столового уксуса

0,5 ч. л. пшеничной муки

Очищенную айву разрезать на две части, удалить сердцевину, натереть лимоном, положить в кастрюлю, залить 0,5 л воды, довести до кипения и варить на среднем огне в течение 15 минут.

Затем положить сахар и варить еще 10 минут, после чего добавить разведенную уксусом смесь муки и горчицы, довести до кипения, дать остыть.

Готовое блюдо поставить на 30—40 минут в прохладное место и затем подать к столу.

Салат из цикория

500 г молодых листьев цикория

5 зеленых маслин

5 черных маслин

3 ст. л. оливкового масла

1 ч. л. столового уксуса

1 ч. л. лимонного сока

0,5 ч. л. молотого черного перца

соль по вкусу

Листья цикория крупно нарезать, посолить, поперчить, сбрызнуть лимонным соком и уложить в салатницу.

Полить смесью уксуса и оливкового масла, перемешать и украсить маслинами без косточек.

Салат из мяса цыпленка

350 г отварного мяса цыпленка

100 г зеленого горошка

100 г майонеза

1 яблоко

3 яйца, сваренные вкрутую

1 ч. л. лимонного сока

0,5 пучка зелени петрушки

соль по вкусу

Мясо цыпленка мелко нарезать, яйца нарубить, яблоко очистить, удалить из него сердцевину и натереть на крупной терке.

Соединить все ингредиенты, добавить соль, лимонный сок и оставить на 15 минут, после чего заправить салат майонезом, выложить в салатник и украсить зеленым горошком и мелко нарубленной зеленью петрушки.

Салат с бараниной и сухофруктами

300 г отварной баранины
200 г майонеза
150 г кураги
150 г чернослива
100 г очищенных грецких орехов
1,5 ч. л. сахара
0,5 граната
соль по вкусу

Баранину нарезать небольшими кубиками.

Предварительно замоченную курагу и чернослив нарезать тонкими полосками.

Грецкие орехи измельчить.

Все ингредиенты соединить, добавить сахар, соль, заправить майонезом и выложить в салатник.

Подать к столу, украсив зернами граната.

Салат мясной с черносливом

250 г отварного мяса цыпленка
3—4 ст. л. гранатового сока
100 г чернослива
50 г очищенных грецких орехов
соль по вкусу

Мясо цыпленка нарезать небольшими ломтиками, предварительно замоченный чернослив – тонкими полосками.

Мясо соединить с черносливом, добавить толченые грецкие орехи и соль. Заправить салат гранатовым соком, выложить в салатник и подать к столу.

Салат из мяса цыпленка с грецкими орехами

400 г отварного мяса цыпленка
100 г майонеза
50 г сметаны
10 черных оливок
1 стакан очищенных грецких орехов
0,5 ч. л. молотого кориандра
соль по вкусу

Мясо цыпленка мелко нарезать, грецкие орехи измельчить. Сметану и майонез смешать, добавив в смесь кориандр.

Соединить мясо и орехи, заправить приготовленным соусом, посолить, переложить в салатник и украсить оливками.

Салат с бараниной и картофелем

300 г отварной баранины

150 г сметаны

3 шт. картофеля, отваренного в мундире

3 яйца, сваренные вкрутую

1 сырой яичный желток

1 ч. л. сахара

0,5 ч. л. горчицы

соль и молотый черный перец по вкусу

Мясо нарезать ломтиками, картофель и яйца мелко нарубить, оставив один яичный желток для соуса.

Для приготовления соуса вареный яичный желток протереть через сито, смешать с сырым желтком, добавить перец, соль, сахар, горчицу и растереть до получения однородной массы.

В полученную смесь положить сметану и тщательно перемешать.

Смешать нарезанные мясо, картофель, лук и яйца, заправить приготовленным соусом и подать к столу.

Салат из мяса курицы с апельсинами

300 г отварного мяса курицы

100 г майонеза

2 апельсина

1 ч. л. аджики

1 сваренное вкрутую яйцо

0,5 яблока

0,5 ч. л. лимонного сока

Мясо курицы нарезать ломтиками.

Добавить мелко нарезанные очищенные апельсины и яблоко, рубленый яичный желток и лимонный сок.

Майонез смешать с аджикой, салат заправить полученным соусом, выложить в салатник, украсить рубленым яичным белком.

Салат из мяса курицы и риса

200 г отварного мяса курицы

150—200 г майонеза

100 г риса

50 г сливочного масла

3 яйца, сваренные вкрутую

2 репчатые луковицы

соль и черный молотый перец по вкусу

Рис отварить в подсоленной воде и остудить.

Мясо пропустить через мясорубку и выложить на дно салатника, покрыв слоем майонеза.

Поверх мяса положить слой мелко нарезанного лука, сверху – майонез.

Затем равномерно распределить слой риса, полив его майонезом.

Яйца разрезать на две части, отделить желтки от белков.

Белок мелко нарезать и, положив поверх слоя риса, залить майонезом.

Сливочное масло нарубить и уложить следующим слоем, покрыв майонезом.

Готовый салат посыпать перцем и украсить рубленым яичным желтком.

Салат с говядиной и козьим сыром

200 г отварной говядины
200 г козьего сыра
150 г майонеза
100 г консервированных черных оливок
3 яйца, сваренные вкрутую
1 вареная морковь
1 пучок листового салата
соль по вкусу

Мясо мелко нарезать и нашпиговать им оливки. Яйца разрезать на две части, отделить желтки от белков. Белок мелко нарезать.

Морковь и сыр натереть на крупной терке, листья салата мелко нарезать.

Соединить нашпигованные оливки, яичный белок, морковь, сыр и листья салата, заправить майонезом, посолить и выложить в салатник.

Готовый салат украсить рубленым яичным желтком.

Салат с гранатом и копченой курицей

1 копченая курица
250 г майонеза
4 шт. картофеля, отваренного в мундире
3 репчатые луковицы
4 яйца, сваренные вкрутую
1 гранат
0,5 ч. л. молотого черного перца

Мясо копченой курицы мелко нарезать, выложить на дно салатника и покрыть слоем майонеза.

Сверху положить слой нарезанного кубиками картофеля и также смазать его майонезом.

Затем поместить мелко нарубленные яйца и кольца лука, покрыть их слоем майонеза и посыпать перцем.

Украсить салат зернами граната, поставить на 1 час в прохладное место, затем подать к столу.

Салат «Сад аль-Ахбия»

300 г баранины

150 г риса

150 г сметаны

4 помидора

3 репчатые луковицы

2 ст. л. 3 %-го уксуса

черный молотый перец и соль по вкусу

Отварить до готовности и остудить нарезанную соломкой и вымоченную в уксусе баранину.

Рис отварить в подсоленной воде.

Помидоры нарезать тонкими кружками, лук – кольцами.

Соединить подготовленные ингредиенты, посолить, поперчить, заправить сметаной и перемешать.

Острая закуска из моркови

500 г моркови

2 ст. л. растительного масла

1 долька чеснока

0,5 ч. л. тмина

соль и красный молотый перец по вкусу

Чеснок растолочь с тмином и красным перцем, добавить 1,5—2 ст. л. воды.

Вылить смесь в кастрюлю, добавить растительное масло и припустить в течение 1—2 минут на слабом огне.

Затем влить 1 стакан воды, добавить нарезанную соломкой морковь, соль и варить на среднем огне до готовности моркови.

Салат «Ясмина»

500 г репчатого лука
100 г отваренных шампиньонов
2 ст. л. растительного масла
1 ст. л. цветочного меда
сок 0,5 лимона
соль по вкусу

Лук очистить, мелко нарезать и отварить в небольшом количестве подсоленной воды, затем размять до пюреобразного состояния.

Добавить мед и перемешать.

Шампиньоны очистить, нарезать и посолить.

Поместить в центр большого блюда луковое пюре, вокруг разложить грибы и полить их смесью лимонного сока и растительного масла.

Салат с говяжьим языком

200 г отварного говяжьего языка

100 г майонеза

2 шт. отварного картофеля

2 яйца, сваренные вкрутую

1 соленый огурец

соль по вкусу

Язык, картофель, соленый огурец и белки яиц мелко нарезать и перемешать.

Добавить растертые с майонезом яичные желтки, посолить и выложить в салатник.

Острая закуска из бараньей печени

500 г бараньей печени
100 мл растительного масла
1 ст. л. 3 %-го уксуса
1 стручок острого перца
1 ч. л. бараньего жира
1 ч. л. черного молотого перца
соль по вкусу

Печень нарезать ломтиками, посолить, поперчить, положить в смазанную растительным маслом сковороду и жарить в течение 7—10 минут на сильном огне.

Стручок острого перца растолочь в кастрюле, посолить, добавить жир и обжаривать в течение 5 минут на умеренном огне.

Влить в кастрюлю с перцем 0,5 л воды, довести ее до кипения, затем положить обжаренную печень, тушить на умеренном огне в течение 25 минут, добавить уксус и тушить еще 5 минут.

Подать к столу как холодную закуску.

Салат «Бахрия»

200 г помидоров
200 г болгарского перца
100 г сыра
100 г консервированной рыбы в масле
5—7 черных маслин
5—6 ст. л. оливкового масла
2 репчатые луковицы
2 дольки чеснока
1 сваренное вкрутую яйцо
1 ст. л. каперсов
1 ч. л. аджики
сок 1 лимона
0,5 ст. л. столового уксуса
0,5 батона
0,5 ч. л. молотого тмина
0,5 ч. л. молотой сушеной мяты
0,5 ч. л. молотого кориандра
0,5 ч. л. черного молотого перца
соль по вкусу

Помидоры, болгарский перец и очищенный лук запечь в духовке.

Затем очистить помидоры и перец от кожицы, удалить из них семена.

Овощи мелко нарезать, перемешать, добавить каперсы и соль, полить смесью лимонного сока и 2 ст. л. оливкового масла.

Добавить толченый чеснок, тмин, тертый сыр, измельченную консервированную рыбу, сушеную мяту и оставшееся оливковое масло.

Смешать в отдельной посуде уксус, аджику, кориандр и 0,5 стакана воды.

Батон нарезать тонкими ломтиками и обмакнуть каждый из них в приготовленную смесь.

Когда ломтики батона обсохнут, положить их в глубокую миску, добавить готовый салат, перемешать и уложить на блюдо в форме пирамиды.

Сверху посыпать черным молотым перцем, украсить дольками вареного яйца и маслинами.

Рыбный салат по-магрибски

300 г консервированного тунца

100 г риса

5 ст. л. оливкового масла

2 ст. л. 3 %-го уксуса

1 помидор

1 банан

1 ч. л. лимонного сока

соль и красный молотый перец по вкусу

Промытый рис залить 200 мл воды, посолить, варить на слабом огне до готовности, охладить.

Добавить к нему кусочки тунца, тонкие ломтики помидора и банана.

Для приготовления соуса смешать оливковое масло, уксус, лимонный сок, перец и соль.

Заправить салат соусом, перемешать и поставить в прохладное место на 10—15 минут.

Затем переложить в салатник и подать к столу.

Салат «Сай» из редьки

500 г редьки

2 ст. л. 3 %-го уксуса

2 ст. л. растительного масла

1 репчатая луковица

соль и красный молотый перец по вкусу

Очищенную редьку нарезать соломкой, ошпарить кипятком, перемешать с нарезанным полукольцами луком, заправить смесью растительного масла, уксуса, соли, красного молотого перца и подать к столу.

Слоеный салат с печенью

150 г куриной печени
100 г майонеза
50 г сливочного масла
50 г консервированной кукурузы
2 шт. картофеля
1 помидор
1 яйцо
соль по вкусу

Пропущенную через мясорубку печень обжарить до готовности на сливочном масле.

Из картофеля приготовить пюре, добавить сливочное масло, соль и яичный белок.

В смазанную маслом форму выложить половину охлажденного картофельного пюре, затем слой обжаренной печени, сверху оставшееся пюре.

Разровнять поверхность, смазать яичным желтком, запечь в духовке до образования румяной корочки, остудить, нарезать небольшими кусочками, выложить в салатник и залить слоем майонеза.

Нарезанный кружками помидор разложить в салатник слоями, смазывая каждый майонезом. Последним слоем выложить кукурузу.

Салат с мясом цыпленка и говяжьим языком

250 г мяса копченого цыпленка
250 г отварного говяжьего языка
100 г отваренных грибов
2 ст. л. оливкового масла
1 яблоко
1 огурец
1 ст. л. горчицы
1 ч. л. лимонного сока
0,5 ч. л. красного молотого перца
соль по вкусу

Мясо цыпленка, язык, огурец и грибы мелко нарезать.

Яблоко очистить от кожицы, удалить сердцевину и натереть на крупной терке.

Соединить все вышеперечисленные ингредиенты. Салат посолить, поперчить, заправить смесью оливкового масла, горчицы и лимонного сока, выложить в салатник и подать к столу.

Салат из сыра и винограда

200 г сыра
100 г винограда без косточек
100 г отварных шампиньонов
50 г очищенных грецких орехов
5 ст. л. оливкового масла
1 ст. л. яблочного уксуса
1 репчатая луковица
0,5 пучка петрушки
0,5 ч. л. черного молотого перца
соль по вкусу

Сыр натереть на крупной терке, добавить нарезанные ломтиками шампиньоны, измельченные грецкие орехи, разрезанные пополам ягоды винограда и мелко нашинкованный лук.

Для приготовления соуса смешать уксус, оливковое масло, перец и соль.

Салат заправить приготовленным соусом, выложить в салатник и украсить измельченной зеленью петрушки.

Закуска из фасоли с лимонным соком

500 г белой фасоли
3—4 дольки чеснока
2—3 ст. л. оливкового масла
0,5 пучка зелени петрушки
0,5 ч. л. тмина
сок 0,5 лимона
0,5 ч. л. молотого черного перца
соль по вкусу

Предварительно замоченную фасоль положить в кастрюлю, добавить оливковое масло, лимонный сок, целые дольки чеснока, тмин, перец, мелко нарезанную зелень петрушки, соль и тушить на слабом огне до готовности, добавляя при необходимости воду.

Затем охладить и подать к столу.

Торши-муши

500 г кабачков
3 ст. л. растительного масла
2 дольки чеснока
1 ст. л. аджики
1 ст. л. 3 %-го уксуса
0,5 ч. л. тмина
соль по вкусу

Очищенные и нарезанные кружками кабачки отварить в небольшом количестве подсоленной воды.

Затем выложить в глубокую миску, полить разведенной в уксусе аджикой, посыпать толченым чесноком и тмином, заправить растительным маслом, перемешать, переложить в салатник и подать к столу.

Мясной салат по-казахски

300 г отварной говядины

100 г майонеза

20 г сливочного масла

2 ст. л. зеленого горошка

2 ст. л. молока

2 яйца

2 маринованных огурца

1 шт. вареного картофеля

соль и черный молотый перец по вкусу

Яйца взбить с молоком, посолить и вылить на сковороду с разогретым сливочным маслом.

Готовый омлет остудить, нарезать соломкой.

Отварное мясо, огурцы, картофель нарезать тонкими ломтиками, посолить, поперчить, перемешать, заправить майонезом и уложить горкой в салатник.

Подать к столу, украсив зеленым горошком и омлетом.

Салат с брынзой и помидорами

300 г брынзы

100 г сметаны

3 помидора

1 яблоко

0,5 пучка зелени укропа

соль по вкусу

Помидоры нарезать тонкими кружочками, добавить натертые на крупной терке брынзу и яблоко, измельченную зелень укропа и соль.

Салат заправить сметаной, выложить в салатник и подать к столу.

Рулет из бараньей печени

400 г бараньей печени
200 г бараньего или говяжьего сала
50 г сливочного масла
3—4 ст. л. растительного масла
2 репчатые луковицы
1 ст. л. желатина
соль и черный перец по вкусу

Печень промыть кипятком, нарезать тонкими брусочками, посолить и обжарить в растительном масле до готовности.

Лук нашинковать и обжарить в растительном масле до золотистого цвета.

Сало положить в кипящую подсоленную воду, варить 25—30 минут, затем нарезать ломтиками, соединить с печенью и луком, добавить предварительно замоченный желатин и перец, перемешать, завернуть в целлофан в виде рулета, положить в кипящую воду, варить в течение 7—10 минут на среднем огне, после чего снять целлофан.

Готовый рулет украсить кубиками сливочного масла, положить в прохладное место на 1—2 часа, затем подать к столу.

Овощная закуска с пряностями

100 г консервированного зеленого горошка

5 ст. л. растительного масла

3 шт. картофеля

2 моркови

1 репчатая луковица

1 пучок зелени кинзы

0,5 ч. л. тмина

0,5 ч. л. молотой гвоздики

молотый мускатный орех на кончике ножа

соль и черный молотый перец по вкусу

Картофель и морковь нарезать соломкой, лук – кольцами.

Положить овощи в сковороду с раскаленным растительным маслом, посолить и обжарить до готовности.

Затем добавить тмин, перец, мускатный орех, гвоздику, перемешать и охладить.

Подготовленные овощи выложить горкой на блюдо, сверху положить зеленый горошек и посыпать измельченной зеленью кинзы.

Овощной салат по-таджикски

100 г консервированного зеленого горошка
100 г майонеза
5 яиц, сваренных вкрутую
2 шт. отварного картофеля
2 вареные моркови
1 репчатая луковица
1 яблоко
1 огурец
1 помидор
1 корень сельдерея
0,5 ч. л. сахара
0,5 пучка зелени петрушки
0,5 пучка зеленого салата
соль по вкусу

Очищенные картофель, морковь, корень сельдерея, яблоко и огурец нарезать кубиками, добавить нарезанный тонкими кольцами лук, зеленый горошек, соль, сахар и майонез.

В центре блюда на листья салата поместить половинки яиц и фигурно нарезанный помидор, вокруг разложить готовый салат, украшенный нашинкованной зеленью петрушки.

Салат из протертой фасоли с уксусом

200 г фасоли
3 ст. л. растительного масла
2 репчатые луковицы
2 ч. л. 3 %-го уксуса
1 ч. л. черного молотого перца
1 пучок зеленого лука
0,5 ч. л. сахара
соль по вкусу

В кипящую воду положить сахар, соль и промытую фасоль, варить 30—60 минут (в зависимости от сорта фасоли).

Отдельно обжарить в 1 ст. л. растительного масла 1 мелко нарезанную луковицу.

Вареную фасоль, обжаренный и сырой лук пропустить через мясорубку, добавить соль, перец, перемешать, уложить в салатник, полить смесью уксуса и растительного масла, посыпать рубленым зеленым луком.

Салат из сыра и фруктов

300 г сыра
250 г винограда
1 небольшая дыня
1 корень сельдерея
сок 1 лимона
1 ст. л. оливкового масла
0,5 пучка петрушки
соль и черный молотый перец по вкусу

Дыню разрезать пополам, удалить семена.

Одну половинку разрезать на 4 части и оставить для украшения.

Другую половину дыни разрезать еще раз пополам, срезать мякоть, нарезать ее кубиками и уложить в глубокую миску.

Добавить измельченный корень сельдерея, половинки ягод винограда и нарезанный соломкой сыр.

Для приготовления заправки смешать соль, черный перец, лимонный сок и оливковое масло.

Заправить салат полученной смесью, оставить на 30—40 минут, затем переложить в салатник, украсить ломтиками дыни и веточками петрушки.

Салат из цветной капусты с чесноком

500 г цветной капусты
2 ст. л. растительного масла
2 дольки чеснока
2 ч. л. 3 %-го уксуса
0,5 пучка зелени петрушки
соль и черный молотый перец по вкусу

Кочан цветной капусты разобрать на отдельные соцветия, положить на 10 минут в холодную воду с добавлением уксуса, затем промыть и варить в течение 20 минут в подсоленной воде.

Капусту остудить, положить в салатник, посыпать толченым чесноком, перцем и мелко нарубленной зеленью петрушки, посолить и полить растительным маслом.

Салат с бараниной и сельдереем

200 г отварной баранины

100 г майонеза

2 огурца

2 шт. отварного картофеля

1 репчатая луковица

0,5 ч. л. черного молотого перца

0,5 пучка зелени сельдерея

соль по вкусу

Мясо, картофель и огурцы нарезать кубиками, добавить нашинкованный лук, рубленую зелень сельдерея, соль и черный молотый перец.

Салат перемешать, заправить майонезом и выложить горкой в салатник.

Салат с морковью и фруктами

500 г моркови
100 г сметаны
2 апельсина
2 яблока
1 мандарин
сок 0,5 лимона
сахар по вкусу

Морковь натереть на крупной терке, обдать кипятком, откинуть на дуршлаг, остудить, сбрызнуть лимонным соком, посыпать сахаром и положить в прохладное место на 30—40 минут.

Очищенные апельсины мелко нарезать, смешать с морковью, добавить тертые яблоки.

Салат заправить сметаной, выложить горкой в салатник и украсить дольками мандарина.

Салат с тыквой и черносливом

300 г отварной тыквы

100 г чернослива

4 яблока

3 ст. л. сметаны

сахар по вкусу

Предварительно замоченный чернослив залить горячей водой и варить 10 минут.

Тыкву натереть на крупной терке, перемешать с очищенными и нарезанными кубиками тремя яблоками, добавить чернослив, сахар и сметану.

Готовый салат выложить на большое блюдо и украсить оставшимся фигурно нарезанным яблоком.

Закуска из творога и зеленого лука

200 г зеленого лука

200 г творога

2 ст. л. сметаны

0,5 стакана кефира

0,5 пучка укропа

соль по вкусу

Зеленый лук нарезать кусочками длиной 1 см.

Творог растереть с солью, добавить кефир, сметану, зеленый лук, перемешать.

Закуску поставить в прохладное место на 20 минут, затем посыпать зеленью укропа и подать к столу.

Салат «Восточный»

100 г изюма без косточек
100 мл оливкового масла
3 шт. отварного картофеля
1 баклажан
1 стручок острого перца
1 пучок зелени петрушки
0,5 ч. л. куркумы
0,5 ч. л. тмина
соль по вкусу

Баклажан опустить на 2—3 минуты в кипящую воду, очистить от кожицы, нарезать кубиками и обжарить в 2 ст. л. оливкового масла в течение 5 минут, затем добавить изюм и жарить еще 3 минуты.

Баклажаны и изюм выложить в миску, добавить нарезанный кубиками картофель, нашинкованный острый перец, куркуму, тмин, соль и измельченную зелень петрушки.

Все перемешать, заправить оставшимся оливковым маслом и выложить в салатник.

Зеленый салат с острым соусом

300 г зеленого салата
50 мл растительного масла
50 г сметаны
10 г горчицы
1 ч. л. 3 %-го уксуса
2 яйца, сваренные вкрутую
1 ч. л. красного молотого перца
соль по вкусу

Для приготовления соуса желтки яиц растереть с солью, добавить горчицу, уксус, перец и, непрерывно помешивая, ввести сметану и растительное масло.

Листья салата мелко нарезать, смешать с рубленым яичным белком, залить приготовленным соусом, перемешать и подать к столу.

Салат из алычи

200 г алычи

100 г зеленого лука

100 г майонеза

2—3 веточки укропа

1 ст. л. лимонного сока

0,5 пучка зелени петрушки

0,5 ч. л. черного молотого перца

соль по вкусу

Алычу разрезать пополам, удалить косточки, добавить рубленый зеленый лук, измельченную зелень петрушки, соль, перец.

Салат перемешать, выложить в салатник, сбрызнуть лимонным соком, полить майонезом и украсить веточками укропа.

Закуска из клубней сельдерея с бараниной

300 г клубня сельдерея
300 г отварной баранины
100 г майонеза
50 г грецких орехов
1 пучок зелени петрушки
1 ч. л. лимонного сока
0,5 пучка зелени кинзы
0,5 ч. л. черного молотого перца
соль по вкусу

Мясо нарезать маленькими кубиками, посолить, поперчить, добавить нарезанные соломкой корни сельдерея, измельченную зелень петрушки и кинзы.

Салат перемешать, сбрызнуть лимонным соком, поставить на 20 минут в прохладное место.

Затем переложить в салатник, заправить майонезом, украсить измельченными ядрами орехов и подать к столу.

Салат из шпината с шафраном

300 г шпината
100 г майонеза
4 свежих огурца
1 ч. л. черного молотого перца
1 помидор
0,5 пучка зеленого лука
0,5 пучка зелени петрушки
молотый шафран на кончике ножа
соль по вкусу

Шпинат мелко нарезать, добавить рубленый зеленый лук, нарезанные кубиками огурцы, соль, шафран и перец.

Салат перемешать, выложить в салатник, заправить майонезом, украсить веточками петрушки и фигурно нарезанным помидором.

Закуска из печеного лука

500 г репчатого лука
50 мл растительного масла
2 яйца, сваренные вкрутую
1 гроздь винограда
1 огурец
1 ч. л. черного молотого перца
1 ч. л. 3 %-го уксуса
соль по вкусу

Неочищенный лук испечь в духовке, затем очистить, нарезать тонкими полукольцами, сбрызнуть уксусом, полить растительным маслом, посолить и поперчить.

Украсить разрезанными пополам ягодами винограда, ломтиками вареных яиц, фигурно нарезанным огурцом и подать к столу.

Салат из редиса с бараниной по-ташкентски

300 г редиса
200 г отварной баранины
100 мл растительного масла
2 репчатые луковицы
1 ч. л. 3 %-го уксуса
1 ч. л. лимонного сока
0,5 пучка зелени сельдерея
соль и красный молотый перец по вкусу

Лук нарезать кольцами, посолить, полить смесью уксуса и лимонного сока, поперчить и оставить на 30 минут.

Мясо нарезать тонкими ломтиками, смешать с измельченной зеленью сельдерея, нарезанным кружками редисом и добавить подготовленный лук.

Салат перемешать, заправить растительным маслом, выложить в салатник и подать к столу.

Салат с консервированными бобами

400 г свеклы
150 г соленых огурцов
100 г моркови
1 яйцо
1 стакан сметаны
1 стакан консервированных бобов
соль по вкусу

Свеклу отварить в подсоленной воде, остудить, очистить, натереть на крупной терке, соединить с солеными огурцами, нарезанными кубиками, рубленным яйцом, тертой морковью, консервированными бобами.

Салат заправить сметаной, выложить в салатник и подать к столу.

Острая закуска из цветной капусты

500 г цветной капусты
50 г топленого масла
1 стручок острого перца
1 ч. л. черного молотого перца
1 пучок зелени петрушки
соль по вкусу

Цветную капусту разобрать на соцветия и сварить в подсоленной воде.

Готовую капусту переложить в сковороду, поперчить, добавить топленое масло, мелко нарезанный острый перец, влить немного воды и тушить на слабом огне 10 минут.

Затем остудить, посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки и подать к столу.

Салат из баранины с грушами и овощами

450 г груш
300 г баранины
300 г помидоров
200 г болгарского перца
200 г яблок
150 г репчатого лука
40 г горького перца
3 ст. л. растительного масла
2 ст. л. консервированного зеленого горошка
1 пучок зеленого лука
1 ч. л. сахара
0,5 пучка зелени петрушки
0,5 стакана майонеза
0,5 ч. л. горчицы
0,5 ч. л. черного молотого перца
соль по вкусу

Мясо нарезать кусочками, посыпать черным молотым перцем, слегка обжарить на растительном масле, смешать с нарезанным ломтиками болгарским перцем, помидорами и кольцами лука.

Для приготовления соуса очищенные от кожицы и сердцевины груши и яблоки выложить в дуршлаг, поддержать 5 минут над посудой с кипящей водой, после чего фрукты измельчить.

Соединить их с сахаром, горчицей, перцем, солью, кусочками горького перца и перемешать.

Добавить в салат мясо с овощами, зеленый горошек, заправить майонезом и подать к столу, выложив в салатник и посыпав измельченным зеленым луком и нашинкованной зеленью петрушки.

Салат из апельсинов и сельдерея

3 корня сельдерея
3 ст. л. оливкового масла
2—3 веточки сельдерея
2 апельсина
1 ст. л. лимонного сока
соль по вкусу

Корни сельдерея нарезать тонкой соломкой, добавить мелко нарезанные очищенные апельсины, соль.

Салат сбрызнуть лимонным соком, заправить оливковым маслом, перемешать, выложить горкой в салатник и подать к столу, украсив веточками сельдерея.

Свекольный салат со специями

500 г свеклы

200 г репчатого лука

3 дольки чеснока

2 ст. л. измельченной зелени кинзы

1 ст. л. 3 %-го уксуса

1 ч. л. хмели-сунели

1 ч. л. молотого кориандра

соль и черный молотый перец по вкусу

Свеклу отварить, остудить, натереть на крупной терке и смешать с нашинкованным луком.

Для приготовления соуса смешать кориандр, хмели-сунели, уксус, соль, перец, рубленую зелень и измельченный чеснок.

Заправить свеклу соусом.

Салат перемешать, выложить в салатник и подать к столу.

Закуска «Ходжентская»

50 г отварной говядины
1 свежий огурец
1 помидор
1 сваренное вкрутую яйцо
1 ст. л. сливочного масла
1 ст. л. тертого сыра
1 ч. л. измельченной зелени петрушки

Сваренное вкрутую яйцо разрезать вдоль, вынуть желток, нафаршировать тертым сыром и положить на кусочки мяса.

Закуску украсить растертым со сливочным маслом желтком, нарезанными кружками огурцом и помидором и подать к столу, посыпав зеленью петрушки.

Овощной салат с цветной фасолью

500 г цветной капусты
200 г огурцов
200 г моркови
200 г цветной фасоли
200 г помидоров
200 г майонеза
соль и черный молотый перец по вкусу

В подсоленной воде отварить цветную капусту, затем остудить, разобрать на соцветия и мелко нарезать.

Морковь и фасоль отварить, остудить, нашинковать соломкой и соединить с огурцами, нарезанными кубиками, ломтиками помидоров и цветной капустой.

Салат поперчить, посолить, заправить майонезом, выложить горкой в салатник и подать к столу.

Салат «Самарканд»

200 г моркови
200 г грецких орехов
3 дольки чеснока
0,5 стакана майонеза
соль по вкусу

Очищенную морковь натереть на мелкой терке, смешать с толчеными орехами и измельченным чесноком.

Салат посолить, перемешать, заправить майонезом, выложить в салатник и подать к столу.

Капустная закуска с ореховым соусом

500 г белокочанной капусты

50 г майонеза

3 дольки чеснока

100 г очищенных грецких орехов

соль и черный молотый перец по вкусу

Для приготовления соуса орехи растолочь в ступке вместе с чесноком, добавить майонез и перец.

Капусту нашинковать, положить в кастрюлю, залить кипящей подсоленной водой и варить до готовности на среднем огне.

Затем откинуть на дуршлаг, положить в глубокую миску, добавить приготовленный соус и растирать ступкой до тех пор, пока смесь не станет однородной.

Салат с брокколи и крыжовником

500 г брокколи
100 г крыжовника
100 г зеленого лука
100 мл растительного масла
50 мл лимонного сока
50 г сахара
2 свежих огурца
2 болгарских перца
2 корня сельдерея
1 пучок укропа
1 пучок петрушки
черный молотый перец и соль по вкусу

Вскипятить воду в кастрюле, посолить, опустить брокколи и варить до полной готовности, после чего откинуть на дуршлаг.

Брокколи выложить на блюдо, остудить, мелко нарезать.

Свежие огурцы очистить и нарезать некрупными кубиками.

Перец хорошо промыть, разрезать, удалить семена, нарезать его мелкой соломкой.

Зеленый лук нарезать колечками.

Мелко нарубить зелень укропа и петрушки.

Корни сельдерея натереть на крупной терке.

Промыть крыжовник и, выложив на чистое полотенце, хорошо просушить. Соединить все ингредиенты.

Для приготовления соуса смешать растительное масло, черный молотый перец, лимонный сок, соль и сахар.

Залить салат соусом, выложить в салатник и подать к столу.

Закуска из белокочанной капусты

500 г белокочанной капусты
100 г консервированного зеленого горошка
50 мл растительного масла
2 ч. л. 3 %-го уксуса
1 ч. л. сахара
1 стручок острого перца
1 пучок зелени петрушки
сок 0,5 лимона
соль по вкусу

Капусту нашинковать, ошпарить кипятком, положить в разогретую сковороду с растительным маслом, добавить мелко нарезанный острый перец, соль, смесь лимонного сока, сахара и уксуса, тщательно перемешать и нагревать на слабом огне в течение 2—3 минут.

Затем остудить, поставить в прохладное место на 5 часов и подать к столу, посыпав измельченной зеленью петрушки и украсив зеленым горошком.

Салат из бараньей печени и лука

300 г отварной бараньей печени

4 репчатые луковицы

4 ст. л. оливкового масла

1 редька

1 сваренное вкрутую яйцо

1 ч. л. лимонного сока

0,5 ч. л. черного молотого перца

0,5 пучка зелени петрушки

соль по вкусу

Лук нарезать тонкими кольцами, сбрызнуть лимонным соком, посыпать солью, перцем и оставить на 20 минут.

Затем добавить к нему нарезанную ломтиками печень, тертую редьку, измельченную зелень петрушки.

Салат перемешать, переложить в салатницу, заправить оливковым маслом и подать к столу, украсив рубленым яйцом.

Салат из бараньих фрикаделек с овощами

300 г соленых огурцов
200 г баранины
200 г отварного картофеля
100 г зеленого болгарского перца
100 г красного болгарского перца
3 ст. л. майонеза
2 яйца, сваренные вкрутую
2 сырых яичных белка
1 пучок зеленого лука
0,5 пучка зелени укропа
0,5 пучка зелени кинзы
0,5 стакана молока
1 ст. л. муки
0,5 ч. л. черного молотого перца
соль по вкусу

Мясо пропустить через мясорубку.

Фарш смешать с мукой, разведенной молоком, яичными белками и солью.

Из готовой массы сформовать фрикадельки, отварить в подсоленной воде, после чего соединить с нарезанными кубиками огурцами, нашинкованным зеленым болгарским перцем, картофелем и яйцами, измельченной зеленью укропа, кинзы и рубленным зеленым луком.

Салат посолить, поперчить, заправить майонезом, выложить горкой в салатник, украсив колечками красного болгарского перца.

Острая закуска из тыквы

300 г тыквы

50 мл оливкового масла

1 стручок острого перца

1 ч. л. тмина

1 пучок зелени кинзы

соль по вкусу

Очищенную тыкву нарезать мелкими кубиками, залить горячей подсоленной водой, тушить в течение 15 минут, затем добавить мелко нарезанный острый перец и тмин.

Довести тыкву до готовности, затем протереть через сито, смешать с измельченной зеленью кинзы, полить оливковым маслом и подать к столу.

Фаршированные помидоры

500 г помидоров

300 г сыра

50 г майонеза

1 долька чеснока

0,5 пучка зелени укропа

0,5 пучка зелени петрушки

0,5 ч. л. черного молотого перца

соль по вкусу

У помидоров срезать верхушки, удалить чайной ложкой семена и сок, посолить.

Сыр натереть на крупной терке, перемешать с толченым чесноком, перцем, измельченной зеленью петрушки и майонезом.

Наполнить помидоры приготовленным фаршем, оставить на 30 минут в прохладном месте, затем подать к столу, украсив веточками укропа.

Салат из помидоров и мяса курицы

300 г отварного мяса курицы
100 г маринованного винограда
5 помидоров
5 ст. л. майонеза
1 сваренное вкрутую яйцо
1 пучок зеленого лука
0,5 ч. л. черного молотого перца
0,5 лимона
соль по вкусу

Помидоры нарезать тонкими дольками, уложить горкой в салатник, посолить, посыпать перцем.

Вокруг помидоров разложить ломтики мяса, маринованный виноград и рубленый зеленый лук.

Салат полить майонезом, украсить кружками очищенного лимона, рубленным яйцом и подать к столу.

Салат из сыра и огурцов

300 г сыра

100 г сметаны

3 огурца

2 яйца, сваренные вкрутую

2 яблока

Свежие огурцы вымыть и нарезать кубиками, яблоки очистить, удалить из них сердцевину, натереть на мелкой терке, сыр натереть на крупной терке, яйца нарубить.

Соединить все ингредиенты, добавить в салат сметану и все перемешать, после чего выложить готовый салат в салатник.

Овощной салат по-чимкентски

100 г репчатого лука
100 г болгарского перца
2 дольки чеснока
3 ст. л. растительного масла
2 ст. л. сметаны
1 стакан белой фасоли
2 ст. л. измельченной зелени кинзы
1 ст. л. томатной пасты
1 ст. л. сливочного масла
0,5 ч. л. черного молотого перца
соль по вкусу

Фасоль вымачивать в воде 10 часов, тушить с добавлением воды и растительного масла 40 минут, после чего остудить, смешать со сливочным маслом, томатной пастой, измельченным луком, чесноком, солью, нашинкованным болгарским, черным молотым перцем и кинзой. Салат заправить сметаной, выложить в салатник и подать к столу.

Мясная закуска с брынзой

200 г отварной баранины
200 г брынзы
3 яйца, сваренные вкрутую
2 ст. л. сахара
2 ст. л. растительного масла
1 ч. л. горчицы
1 пучок зелени салата
0,5 пучка зелени укропа
0,5 пучка зелени кинзы
соль и черный молотый перец по вкусу

Отварную баранину нарезать мелкими кусочками, поместить на дно подготовленного салатника.

Сверху выложить слоями измельченные листья салата, рубленые яйца и 100 г тертой брынзы.

Для приготовления соуса натертую на мелкой терке брынзу смешать с растительным маслом, горчицей, сахаром, солью, перцем и измельченной зеленью укропа и кинзы.

Закуску заправить жидким соусом и подать к столу.

Холодная закуска «Джизаг»

300 г отварной говядины

1 отварная морковь

1 репчатая луковица

1 яйцо, сваренное вкрутую

1 гранат

1 ст. л. консервированного зеленого горошка

1 ч. л. измельченной зелени петрушки

Яйцо и морковь нарезать кубиками, смешать с зернами граната, дольками очищенного лимона, измельченным луком, зеленым горошком, нашинкованной зеленью петрушки и выложить на блюдо поверх кусочков мяса.

Свекольный салат с грецкими орехами

100 мл растительного масла

50 г ядер грецких орехов

50 г хрена

3 крупные свеклы

2 репчатые луковицы

соль по вкусу

Свеклу отварить в подсоленной воде до полной готовности, очистить от кожицы и натереть на крупной терке.

Репчатый лук мелко нарубить, хрен натереть на мелкой терке, измельчить ядра грецких орехов и перемешать со свеклой.

Блюдо посолить, заправить растительным маслом, выложить в салатник и подать к столу.

Салат из сыра и укропа

300 г сыра
100 г майонеза
5 яиц, сваренных вкрутую
2 огурца
2 пучка укропа
2 ст. л. сметаны
соль по вкусу

Огурцы нарезать маленькими ломтиками, добавить тертый сыр, рубленые яйца, измельченную зелень укропа и соль.

Готовый салат выложить в салатницу, заправить смесью сметаны и майонеза и подать к столу, украсив веточками укропа.

Салат с ревенем и капустой

300 г белокочанной капусты

200 г ревеня

100 мл оливкового масла

1 морковь

1 корень сельдерея

черный молотый перец и соль по вкусу

Капусту мелко на рубить, морковь и сельдерей помыть и очистить, после чего оба корнеплода натереть на крупной терке.

Ревень нарезать некрупными кубиками.

Соединить все ингредиенты, добавить в салат черный молотый перец и соль.

Заправить блюдо оливковым маслом и все перемешать.

Выложить готовый салат в салатник и подать к столу.

Салат из яблок и орехов

3 яблока

2 ст. л. яблочного сока

1 пучок зеленого лука

1 ст. л. ядер грецких орехов

сахар и соль по вкусу

Зеленый лук мелко нарубить, добавить тертые яблоки, соль, сахар, влить яблочный сок.

Готовый салат выложить в салатницу, украсив сверху толчеными грецкими орехами.

Закуска из вяленого мяса с зеленью

300 г вяленого мяса
100 мл мясного бульона
100 г сметаны
50 г зеленого горошка
4 свежих огурца
2 пучка зелени укропа
2 ч. л. муки
1 пучок зелени петрушки
0,5 лимона
0,5 ст. л. растительного масла
0,5 пучка зелени кинзы
0,5 ч. л. молотого тмина
соль и черный молотый перец по вкусу

Огурцы нарезать тонкими ломтиками, добавить рубленую зелень укропа и лимонный сок.

Для приготовления соуса муку обжарить в растительном масле, влить бульон, довести смесь до кипения и нагревать на слабом огне, пока не загустеет.

Затем добавить сметану, соль, черный молотый перец, тмин, довести до кипения и добавить рубленую зелень петрушки.

Подготовленные огурцы заправить соусом, выложить горкой на середину блюда, по краям разложить предварительно отваренные до мягкости ломтики вяленого мяса.

Закуску украсить ломтиками лимона, зеленым горошком, веточками кинзы и подать к столу.

Салат со спаржей и морепродуктами

300 г отварных очищенных креветок
200 г консервированной спаржи
200 г морских моллюсков в рассоле
2 ст. л. майонеза
2 ст. л. лимонного сока
1 пучок листьев салата
1 пучок зелени укропа
0,5 стакана сливок
соль и черный молотый перец по вкусу

Для приготовления соуса смешать рассол из-под моллюсков, сливки, майонез, лимонный сок, соль и перец.

Креветки, моллюски, зелень укропа и спаржу без рассола перемешать и залить полученным соусом.

Листья салата поместить на блюдо, выложить на них салат и подать к столу.

Салат из фасоли и сыра

200 г твердого сыра
200 г майонеза
200 г острого кетчупа
50 г белой фасоли
50 г тертого хрена
4 репчатые луковицы
2 зеленых яблока
1 пучок петрушки
красный молотый перец на кончике ножа
соль по вкусу

Фасоль замочить на 6 часов, затем отварить до полной готовности, слить воду, фасоль остудить.

Мелко нарезать репчатый лук, натереть яблоко и сыр на крупной терке, соединить ингредиенты с фасолью.

Для приготовления соуса смешать майонез, кетчуп, тертый хрен, посолить, поперчить.

Салат заправить приготовленным соусом и выложить в салатник, украсив веточками петрушки.

Салат с говяжьим сердцем

400 г говяжьего сердца
200 г репчатого лука
3 дольки чеснока
3 ст. л. тертого сыра
1 ст. л. 3 %-го уксуса
3 ст. л. растительного масла
0,5 стакана сметаны
0,5 стакана отварного риса
соль по вкусу

Говяжье сердце отварить в подсоленной воде с добавлением уксуса, затем остудить, измельчить, смешать с нашинкованным и обжаренным на растительном масле луком, отварным рисом и тертым сыром.

Для приготовления соуса натереть на мелкой терке чеснок, добавить сметану и перемешать.

Салат заправить соусом, выложить в салатник и подать к столу.

Салат из зеленого горошка и моркови

200 г зеленого горошка

100 г сметаны

3 моркови

2 яйца, сваренные вкрутую

1 пучок петрушки

соль по вкусу

Морковь натереть на крупной терке, яйца и зелень петрушки мелко нарубить.

Соединить ингредиенты, добавить зеленый горошек, посолить, после чего заправить сметаной.

Готовое блюдо выложить в салатник и подать к столу.

Салат «Хорезм»

500 мл молока
100 г сметаны
2 кочана цветной капусты
1 яблоко
2 шт. отварного картофеля
1 корень сельдерея
соль по вкусу

Цветную капусту промыть, развести молоко водой примерно на треть, после чего отварить капусту до полной готовности.

Выложить ее на блюдо и, не остужая, разобрать на соцветия.

Некрупными кубиками нарезать отварной картофель, яблоко очистить, вынуть из него сердцевину, затем нарезать тонкими ломтиками.

Корень сельдерея хорошо промыть, очистить, натереть на крупной терке.

Соединить все ингредиенты, посолить и заправить салат сметаной.

Закуска из тыквы и айвы

300 г отваренной тыквы

4 айвы

2 ст. л. оливкового масла

1 ст. л. лимонного сока

1 ч. л. черного молотого перца

соль по вкусу

Кусочки тыквы смешать с нарезанной айвой, посолить, поперчить, перемешать, уложить в салатник, заправить оливковым маслом, сбрызнуть лимонным соком и подать к столу.

Салат с капустой и грецкими орехами

500 г белокочанной капусты

200 г ядер грецких орехов

150 г сметаны

3 дольки чеснока

1 морковь

черный молотый перец и соль по вкусу

Вскипятить воду в кастрюле, посолить ее, положить капусту и варить до полной готовности, после чего капусту вынуть и мелко нарубить.

Морковь вымыть и почистить, натереть ее на крупной терке.

Измельчить ядра грецких орехов и чеснок.

Соединить все ингредиенты.

Блюдо посолить, поперчить, заправить сметаной и подать к столу.

Салат с отварной бараниной и хреном

200 г отварной баранины

100 г тертого хрена

5 ст. л. майонеза

2 репчатые луковицы

1 ст. л. бараньего жира

1 ч. л. лимонного сока

0,5 ч. л. сахара

соль по вкусу

Мясо нарезать кубиками, посолить, добавить обжаренный в жире измельченный лук, смешанный с сахаром и лимонным соком тертый хрен.

Салат выложить горкой в салатник, заправить майонезом и подать к столу.

Салат «Чинор»

500 г шпината
100 г сметаны
2 яйца, сваренные вкрутую
1 пучок укропа
1 пучок петрушки
1 зеленое яблоко
1 долька чеснока
соль по вкусу

Шпинат тщательно перебрать и промыть, крупно нарезать, после чего слегка припустить в кипящей воде и посолить.

Откинуть шпинат на дуршлаг и остудить.

Мелко нарубить яйца, укроп, петрушку и чеснок.

Почистить яблоко и вынуть из него сердцевину, нарезать кубиками.

Соединить все ингредиенты, салат посолить и заправить сметаной.

Готовое блюдо выложить в салатник и подать к столу.

Салат с бараниной и копченой курицей

200 г отварной баранины
150 г майонеза
100 г копченого мяса курицы
100 г грибов
1 болгарский перец
3 яйца, сваренные вкрутую
3 ст. л. консервированного зеленого горошка
2 ст. л. растительного масла
1 репчатая луковица
1 вареная морковь
1 пучок петрушки
0,5 пучка кинзы
0,5 ч. л. красного молотого перца
0,5 ч. л. молотого тмина
соль по вкусу

Лук и болгарский перец нарезать кольцами, смешать с измельченными грибами, посолить, добавить растительное масло и обжаривать на среднем огне в течение 10 минут, затем влить немного воды и тушить смесь 5—7 минут.

Отварную баранину и мясо копченой курицы нарезать небольшими ломтиками, добавить соль, красный перец, тмин, нарезанную кружочками морковь, рубленые яйца и тушеные овощи: лук, болгарский перец и грибы.

Салат перемешать, заправить майонезом, уложить горкой в салатник, посыпать измельченной зеленью петрушки, украсить зеленым горошком и веточками кинзы и подать к столу.

Тыквенный салат

300 г сырой тыквы

100 г майонеза

3 свежих огурца

1 пучок зеленого лука

2 яйца, сваренные вкрутую

черный молотый перец и соль по вкусу

Тыкву натереть на крупной терке, добавить нарезанные кубиками огурцы, рубленые яйца, перец, соль.

Готовый салат заправить майонезом, выложить горкой на блюдо, украсить мелко нарезанным зеленым луком и подать к столу.

Фруктовый салат с эстрагоном

2 яблока
2 апельсина
2 ст. л. растительного масла
1 пучок зелени эстрагона
1 пучок зеленого лука
0,5 граната
сахар и соль по вкусу

Зеленый лук нарубить и растереть с солью, добавить нарезанные тонкой соломкой яблоки, очищенные от кожицы ломтики апельсинов, измельченную зелень эстрагона, сахар и соль.

Готовый салат выложить в салатницу, заправить растительным маслом и подать к столу, украсив зернами граната.

Закуска из зелени с острым соусом

300 г листьев салата
100 г сметаны
2 яйца, сваренные вкрутую
2 дольки чеснока
1 свежий огурец
1 пучок зеленого лука
1 пучок зелени петрушки
1 ст. л. лимонного сока
1 ч. л. сахара
1 ч. л. красного молотого перца
соль по вкусу

Листья салата мелко нарубить, смешать с нарезанными кубиками огурцом, рубленым яйцом и измельченной зеленью петрушки и лука.

Для приготовления соуса сметану взбить с лимонным соком, сахаром и солью, добавить красный молотый перец и толченый чеснок.

Готовый салат выложить горкой на блюдо, заправить острым соусом и подать к столу.

Салат с орехами и чесноком

3 дольки чеснока

2 моркови

2 ст. л. толченых грецких орехов

1 ст. л. майонеза

1 ст. л. измельченной зелени укропа

соль по вкусу

Толченые грецкие орехи обжарить, смешать с нарезанной соломкой морковью и измельченным чесноком.

Салат посолить и поставить на 1 час в холодильник, затем заправить майонезом и подать к столу, украсив измельченной зеленью укропа.

Мясной салат с фруктами

300 г отварной баранины
150 г майонеза
2 яблока
2 яйца, сваренные вкрутую
1 апельсин
1 ч. л. лимонного сока
1 ч. л. аджики
соль по вкусу

Мясо нарезать тонкими ломтиками, посолить, добавить тертые яблоки, дольки очищенного апельсина, рубленые яйца.

Салат сбрызнуть лимонным соком, выложить горкой в салатник и заправить смесью майонеза и аджики.

Острый салат с фасолью

200 г фасоли
200 г томатной пасты
100 мл подсолнечного масла
50 мл острого кетчупа
20 шт. маслин
2 моркови
1 репчатая луковица
1 корень петрушки
1 корень сельдерея
черный молотый перец и соль по вкусу

Предварительно замоченную фасоль опустить в подсоленную воду и варить до полной готовности.

Готовую фасоль откинуть на дуршлаг и остудить.

Одновременно отварить в подсоленной воде морковь, сельдерей и корень петрушки, после чего остудить и мелко нашинковать.

Лук мелко нарезать, маслины нарубить.

Соединить все ингредиенты, посолить, поперчить, заправить подсолнечным маслом, томатной пастой и кетчупом.

Салат из сыра и моркови

200 г твердого сыра
100 г майонеза
3 вареные моркови
2 болгарских перца
2 яйца, сваренные вкрутую
2 корня петрушки
1 яблоко
1 свежий огурец
1 репчатая луковица
1 пучок зелени петрушки
1 ст. л. горчицы
сок 1 лимона
0,5 ч. л. сахара
черный молотый перец и соль по вкусу

Перец запечь в духовке, очистить от кожицы и семян, нарезать тонкими полосками.

Добавить нарезанные соломкой морковь и огурец, рубленые яйца и лук, тертое яблоко и корни петрушки.

Полить смесь лимонным соком, перемешать с тертым сыром, посолить, поперчить.

Соединить все ингредиенты, заправить смесью горчицы, майонеза и сахара и подать к столу, посыпав измельченной зеленью петрушки.

Салат «Чимбай»

700 г филе курицы
300 г соленых огурцов
200 г отварного картофеля
100 г отварной моркови
3 ст. л. оливкового масла
50 г консервированного зеленого горошка
2 ст. л. майонеза
2 яйца, сваренные вкрутую
соль по вкусу

Мясо курицы обжарить на оливковом масле, мелко нарезать и соединить с нарезанными кружками огурцами, картофелем и морковью, рублеными яйцами.

Салат посолить, заправить майонезом, выложить в салатник и подать к столу, украсив консервированным зеленым горошком.

Салат из цветной капусты и яиц

500 г цветной капусты
100 мл оливкового масла
50 г сахара
50 мл 3 %-го уксуса
5 сваренных вкрутую яиц
черный молотый перец и соль по вкусу

Вскипятить воду, посолить ее и опустить в кипяток хорошо промытую цветную капусту, отварить до полной готовности, выложить на блюдо и остудить.

После этого капусту разделить на соцветия и мелко нарезать.

Мелко нарубить яйца.

Все ингредиенты соединить.

Для приготовления соуса смешать оливковое масло, сахар и уксус.

Салат посолить и поперчить по вкусу, поперчить, влить в него соус, после чего выложить в салатник и подать к столу.

Закуска из гранатовых зерен

300 г белокочанной капусты

1 гранат

1 вареная морковь

1 ч. л. сахара

1 ч. л. лимонного сока

черный молотый перец и соль по вкусу

Нашинкованную соломкой капусту посолить, поместить в дуршлаг, прогреть над кипящей в кастрюле водой, затем остудить, смешать с зернами граната и нарезанной соломкой морковью.

Закуску выложить на блюдо, посыпать сахаром и перцем, сбрызнуть лимонным соком и подать к столу.

Закуска из баранины и редиса

200 г отварной баранины
100 г майонеза
100 г сливочного масла
1 пучок редиса
1 буханка белого хлеба
соль и красный молотый перец по вкусу

Мясо нарезать тонкими ломтиками, добавить нарезанный кружочками редис, перец, соль, перемешать и заправить майонезом.

Хлеб нарезать тонкими ломтиками, каждый из которых смазать сливочным маслом. На каждый ломтик выложить горкой порцию приготовленной смеси.

Салат из огурцов и пряностей

2 свежих огурца

2 ст. л. сметаны

1 пучок зелени петрушки

1 пучок зелени укропа

1 ч. л смеси из молотого фенхеля, тмина и имбиря

соль по вкусу

Огурцы нарезать тонкими кружками, посолить и выложить на дно салатника.

Пряную смесь из тмина, фенхеля и имбиря тщательно перемешать со сметаной.

Залить полученным соусом огурцы, украсить мелко нарубленной зеленью укропа и петрушки, после чего подать к столу.

Закуска из кабачков и мяса

500 г кабачков
300 г отварной баранины
3 дольки чеснока
2 ст. л. лимонного сока
3 ст. л. растительного масла
1 пучок зелени петрушки
соль по вкусу

Очищенные кабачки отварить в подсоленной воде, затем нарезать тонкими ломтиками вдоль и уложить на блюдо, чередуя с ломтиками мяса, посыпанными толченым чесноком.

Лимонный сок размешать с перцем, солью и растительным маслом, добавить измельченную зелень петрушки и полить приготовленным соусом мясо и кабачки.

Салат с капустой, орехами и аджикой

300 г белокочанной капусты
2 ст. л. толченых грецких орехов
2 ст. л. аджики
2 ст. л. майонеза
1 репчатая луковица
несколько веточек петрушки
соль по вкусу

Капусту нашинковать, посолить, поместить в кастрюлю и, непрерывно помешивая, прогреть.

Лук измельчить, смешать с 1 ст. л. толченых грецких орехов, аджикой и майонезом, добавить охлажденную капусту.

Салат выложить горкой в салатник и подать к столу, украсив оставшимися грецкими орехами и веточками петрушки.

Паштет из куриной печени

700 г отварной куриной печени

200 г репчатого лука

2 ст. л. коньяка

1 стакан сливок

1 ч. л. соли

1 ст. л. растительного масла

0,5 ч. л. черного молотого перца

Отварную куриную печень протереть через сито, положить в кастрюлю, залить сливками, добавить измельченный лук, коньяк, перец, соль и перемешать.

Затем выложить в смазанную маслом форму и поставить в холодильник на 5 часов, после чего переложить на блюдо и подать к столу.

Закуска из баранины с морковью и чесноком

500 г моркови
300 г отварной баранины
5 ст. л. оливкового масла
2 ст. л. лимонного сока
2 дольки чеснока
0,5 пучка зелени кинзы
соль по вкусу

Очищенную морковь отварить в подсоленной воде, нарезать тонкими кружочками, уложить на блюдо, чередуя с ломтиками мяса, посыпанными толченым чесноком.

Лимонный сок размешать с оливковым маслом, солью, перцем, добавить измельченную зелень кинзы и полить приготовленным соусом мясо и морковь.

Мясной рулет с орехами

200 г мякоти баранины
100 г отварного мяса курицы
2 ст. л. сливочного масла
1 ст. л. жира
2 ст. л. толченых грецких орехов
0,5 ч. л. черного молотого перца
соль по вкусу

Мякоть баранины хорошо отбить, посолить и поперчить.

Мясо курицы мелко нарезать.

На баранину выложить кусочки куриного мяса и смесь из толченых орехов и сливочного масла.

Свернуть мясо рулетом, перетянуть шпагатом и обжарить на растопленном жире, после чего охладить и подать к столу, разрезав на куски.

Салат из мяса курицы и огурцов

300 г отварного мяса курицы

300 г маринованных огурцов

200 г майонеза

1 сваренное вкрутую яйцо

1 болгарский перец

1 пучок зелени петрушки

соль и черный молотый перец по вкусу

Куриное мясо и маринованные огурцы мелко нарезать, посолить, поперчить и заправить майонезом.

Салат выложить горкой и украсить половинками яйца, кольцами болгарского перца и измельченной зеленью петрушки.

Закуска «Оми хория»

500 г моркови
300 г вяленой баранины
5 ст. л. растительного масла
2 дольки чеснока
2 ст. л. 3 %-го уксуса
1 ст. л. аджики
1 ч. л. молотого тмина
соль и черный молотый перец по вкусу

Очищенную морковь отварить в подсоленной воде, размять вилкой, добавить предварительно отваренную до мягкости и нарезанную кусочками вяленую баранину, соль, разведенную в уксусе аджику, толченый чеснок, черный перец и молотый тмин.

Закуску положить на блюдо и полить растительным маслом.

Салат с бараниной и кориандром

300 г отварной баранины
200 г ядер грецких орехов
100 г сметаны
50 г майонеза
1 вареная свекла
1 вареная морковь
1 ст. л. молотого кориандра
соль и молотый красный перец по вкусу

Мясо нарезать кубиками, посолить, поперчить, добавить тертую свеклу, измельченные орехи и кориандр.

Салат перемешать, положить в салатник, заправить смесью майонеза и сметаны и подать к столу, украсив фигурно нарезанной морковью.

Салат с грушами и бараниной

200 г отварной баранины
200 г сыра
200 г груш
200 г отварного картофеля
200 г помидоров
200 г моркови
3 ст. л. яблочного сока
2 ст. л. меда
2 ст. л. измельченной зелени петрушки

Предварительно очищенные и нарезанные ломтиками груши, помидоры и картофель, натертые на крупной терке сыр и морковь, мелко нарезанное мясо перемешать и положить в салатник.

Залить яблочным соком, заправить медом и подать к столу, украсив измельченной зеленью петрушки.

Картофельный салат с бараниной

300 г отварного картофеля

100 г репчатого лука

100 г отварной баранины

3 дольки чеснока

2 ст. л. майонеза

2 ст. л. измельченной зелени петрушки

черный молотый перец, соль по вкусу

Нашинкованный лук смешать с нарезанными кубиками картофелем, мясом и толченым чесноком.

Салат посолить, поперчить, перемешать, заправить майонезом и подать к столу, украсив измельченной зеленью петрушки.

Салат с бараньим легким

500 г бараньего легкого
200 г майонеза
5 репчатых луковиц
1 пучок зеленого лука
2 ст. л. растительного масла
1 ч. л. черного молотого перца
соль по вкусу

Баранье легкое тщательно промыть, замочить на 2 часа, затем отварить в подсоленной воде.

Репчатый лук нарезать кольцами и обжарить в растительном масле.

Готовое легкое мелко нарезать, смешать с обжаренным луком, добавить соль и перец.

Салат заправить майонезом и выложить горкой в салатник, украсив измельченным зеленым луком.

Салат из баранины с консервированными овощами

300 г отварной баранины

200 г майонеза

150 г консервированного зеленого горошка

100 г маринованной капусты

3 шт. отварного картофеля

3 яйца, сваренные вкрутую

2 соленых огурца

2 репчатые луковицы

2 яблока

1 соленый помидор

1 консервированный болгарский перец

Мясо нарезать соломкой, добавить нарезанные кубиками картофель и огурцы, нашинкованные лук и болгарский перец, рубленые яйца, тертые яблоки, капусту и очищенный от кожицы соленый помидор, перемешать и выложить горкой в салатник.

Заправить майонезом, украсить зеленым горошком и подать к столу.

Салат с жареной бараниной и овощами

300 г жареной баранины
150 г майонеза
100 г зеленого горошка
3 шт. отварного картофеля
2 репчатые луковицы
2 огурца
1 пучок салата
0,5 пучка зелени базилика
сок 0,5 лимона
соль и черный молотый перец по вкусу

Ломтики жареного мяса перемешать с измельченной зеленью базилика, нарезанным кольцами луком, посолить, поперчить, полить лимонным соком и оставить на 30 минут.

Затем добавить нарезанный соломкой картофель, 0,5 пучка измельченного салата, нарезанные кубиками огурцы, зеленый горошек и перемешать.

На блюдо положить листья салата, выложить на них горкой приготовленный салат, полить майонезом и подать к столу.

Салат из яблок и сельдерея

3 корня сельдерея
3 ст. л. сметаны
2 яблока
1 сваренное вкрутую яйцо
1 пучок зелени петрушки
1 пучок зелени укропа
1 ст. л. лимонного сока
1 ч. л. растительного масла
черный молотый перец и соль по вкусу

Очищенные корни сельдерея отварить в подсоленной воде и нарезать соломкой.

Яблоки очистить от кожицы, натереть на крупной терке, сбрызнуть лимонным соком и смешать с сельдереем.

Добавить рубленое яйцо, перец, соль, измельченную зелень укропа.

Салат заправить растительным маслом, полить сметаной, украсить веточками петрушки и подать к столу.

Острая закуска из баранины с баклажанами

300 г отварной баранины
2 стручка острого перца
2 баклажана
2 дольки чеснока
2 ст. л. растительного масла
1 морковь
1 репчатая луковица
1 буханка хлеба
соль по вкусу

Очищенные баклажаны и морковь нарезать соломкой, добавить нарезанный кольцами лук, измельченный острый перец и толченый чеснок.

Овощную массу уложить на смазанную растительным маслом сковороду и жарить в течение 3 минут, затем добавить соль, влить немного воды и тушить 20 минут.

Мясо прокрутить через мясорубку, смешать с овощами и тушить 3—5 минут.

Готовую закуску остудить, положить на ломтики хлеба и подать к столу.

Слоеный салат с бараниной и брынзой

300 г отварной баранины
200 г брынзы
100 г майонеза
3 ст. л. изюма
2 яблока
1 пучок редиса
1 корень петрушки
1 стакан отварного риса
1 ст. л. измельченной зелени кинзы
соль по вкусу

В салатник слоями выложить кусочки мяса, тертую брынзу, рис, предварительно очищенные и нарезанные кубиками яблоки и редис, вымоченный в кипятке изюм и измельченный корень петрушки. Каждый слой посолить, смазать майонезом.

Салат украсить зеленью кинзы и подать к столу.

Салат с мясом по-набельски

100 г отварной баранины
2 ст. л. растительного масла
2 ст. л. майонеза
1 вареная морковь
1 соленый огурец
1 репчатая луковица
1 болгарский перец
соль и черный молотый перец по вкусу

Мясо нарезать соломкой, смешать с нашинкованной морковью, кусочками соленого огурца, болгарского перца, измельченным и обжаренным на растительном масле луком, солью и черным перцем. Салат перемешать, выложить в салатник, заправить майонезом и подать к столу.

Салат с бараньим сердцем и сыром

200 г тушеного бараньего сердца

100 г отварного риса

100 г сыра

100 г сметаны

2 дольки чеснока

2 репчатые луковицы

1 ст. л. 3 %-го уксуса

1 пучок зелени кинзы

соль по вкусу

Ломтики бараньего сердца смешать с тертым луком, полить уксусом, посолить и оставить на 20 минут. Затем добавить рис, нарезанный кубиками сыр, 0,5 пучка измельченной зелени кинзы и перемешать. Салат выложить горкой в салатник, полить смесью сметаны и толченого чеснока, украсить веточками кинзы и подать к столу.

Салат с козлятиной и мясом утки

300 г отварного мяса утки
200 г отварной козлятины
200 г майонеза
100 г консервированного зеленого горошка
4 шт. отварного картофеля
2 ст. л. томатной пасты
2 свежих огурца
1 морковь
1 ст. л. аджики
молотый черный перец и соль по вкусу

Мясо нарезать тонкими ломтиками, добавить нарезанные соломкой огурцы, морковь и картофель, посолить, поперчить и перемешать. Салат выложить горкой в салатник, заправить смесью майонеза, томатной пасты и аджики, украсить зеленым горошком.

Мясной салат с сыром и грибами

500 г отварной баранины
200 г майонеза
100 г маринованных грибов
100 г сыра
100 г отварного риса
7 черных маслин
1 репчатая луковица
1 ст. л. растительного масла
1 соленый огурец
1 пучок зелени кинзы
соль по вкусу

Мясо нарезать мелкими кубиками, посолить, добавить обжаренный на растительном масле лук, нарезанный соломкой огурец, тертый сыр, рис и нарезанные ломтиками грибы.

Заправить салат майонезом, выложить горкой в салатник и подать к столу, украсив веточками кинзы и маслинами.

Салат из жареной моркови

500 г моркови

4 ст. л. оливкового масла

3 ст. л. сахарной пудры

сок 1 апельсина

0,25 ч. л. корицы

молотый мускатный орех на кончике ножа

соль и молотый душистый перец по вкусу

Очищенную морковь натереть на крупной терке и обжаривать в 2 ст. л. оливкового масла в течение 10 минут. Охладить, посолить, поперчить, посыпать корицей, молотым мускатным орехом и сахарной пудрой, полить апельсиновым соком и оставшимся оливковым маслом. Салат перемешать, уложить горкой в салатницу и подать к столу.

Томатная закуска с брынзой

350 г помидоров
150 г брынзы
1 репчатая луковица
1 долька чеснока
1 лавровый лист
1 ст. л. желатина
0,5 ч. л. сахара
70 мл белого сухого вина
черный молотый перец, соль по вкусу

Предварительно очищенные от кожицы помидоры поместить в кастрюлю, влить немного воды, положить толченый чеснок, лавровый лист и варить 10 минут на слабом огне. Готовую массу протереть через сито, посолить, поперчить, добавить сахар и желатин, предварительно разведенный в смеси вина и воды, разложить по формам и поставить на 1 час в прохладное место. Подать к столу, украсив тертым сыром и измельченным луком.

Салат «Заалук»

3 кабачка
2 баклажана
2 болгарских перца
2 помидора
2 дольки чеснока
1 ст. л. сливочного масла
1 стручок острого перца
1 ч. л. молотого красного перца
0,5 стакана растительного масла
соль по вкусу

Кабачки и баклажаны, нарезанные маленькими кусочками, уложить в кастрюлю, залить водой, посолить, поперчить, добавить растительное масло, толченый чеснок и варить 15 минут. Затем положить очищенные от кожицы и нарезанные дольками помидоры, нашинкованный и обжаренный в сливочном масле острый и болгарский перец. Варить до полного выпаривания жидкости, затем подать к столу горячим или холодным.

Мясо под ореховым соусом

200 г отварной баранины
3 дольки чеснока
3 ст. л. толченых грецких орехов
1 ст. л. лимонного сока
3 ст. л. майонеза
2 ст. л. измельченной зелени укропа
1 ч. л. желатина
1 ч. л. сахара
соль по вкусу

Для приготовления соуса толченые орехи смешать с майонезом, сахаром, лимонным соком, измельченным чесноком и предварительно замоченным желатином. Нарезанное кусочками мясо посолить, залить полученной смесью, поставить на 1 час в холодильник, после чего подать к столу, украсив зеленью укропа.

Салат с говяжьей печенью и грибами

200 г отварной говяжьей печени

150 г сметаны

100 г маринованных грибов

3 помидора

2 свежих огурца

2 репчатые луковицы

1 болгарский перец

2 дольки чеснока

0,5 пучка петрушки

сок 0,5 лимона

соль по вкусу

Помидоры, огурцы и грибы нарезать ломтиками, добавить нарезанную кубиками печень, толченый чеснок, нашинкованные лук и болгарский перец, посолить и перемешать.

Салат выложить горкой в салатник, заправить смесью лимонного сока и сметаны, украсить измельченной зеленью петрушки и подать к столу.

Салат с бараниной и козлятиной

300 г отварной баранины
200 г отварной козлятины
200 г майонеза
150 г зеленого горошка
5 яиц, сваренных вкрутую
2 яблока
2 ст. л. растительного масла
1 репчатая луковица
1 ч. л. 3 %-го уксуса
1 ч. л. лимонного сока
соль по вкусу

Мясо нарезать тонкими ломтиками, смешать с тертым луком, сбрызнуть уксусом и обжарить в растительном масле до золотистого цвета.

Затем остудить, переложить в глубокую миску, добавить рубленые яйца, нарезанные кубиками яблоки, соль, перемешать, выложить горкой в салатник, сбрызнуть лимонным соком, заправить майонезом и украсить зеленым горошком.

Овощной салат с мясом

400 г стручковой фасоли
200 г отварной баранины
3 шт. картофеля
3 моркови
2 соленых огурца
2 свеклы
2 стакана зеленого горошка
1 стакан майонеза
0,5 ч. л. черного молотого перца
соль по вкусу

Предварительно очищенные и сваренные по отдельности картофель, морковь, свеклу и стручковую фасоль нарезать кубиками, смешать с зеленым горошком и кусочками баранины.

Ингредиенты посолить, поперчить и поставить на 1 час в холодильник.

Добавить в салат измельченные соленые огурцы, заправить майонезом и подать к столу.

Рецепты первых мусульманских блюд

Мошхурда с бараниной и машем

300 г баранины

300 мл кислого молока

100 г картофеля

50 г риса

50 г маша

3 ст. л. курдючного топленого сала (или топленого масла)

2 репчатые луковицы

соль и красный молотый перец по вкусу

Мясо нарезать небольшими кусочками, посолить, поперчить, обжарить вместе с нашинкованным луком на топленом сале в кастрюле с толстым дном.

Влить в кастрюлю 2 л воды, довести бульон до кипения, после чего положить в суп предварительно замоченные маш и рис.

Через 10—15 минут добавить нарезанный кубиками картофель.

Варить мошхурду на медленном огне до готовности.

Перед подачей к столу заправить суп кислым молоком.

Мастоба с ревенем на бараньем бульоне

500 мл бульона из баранины

200 г баранины

100 г ревеня

50 г риса

50 г сушеной алычи

1 репчатая луковица

1 яйцо

соль и черный молотый перец по вкусу

В кипящий подсоленный бульон положить мелко нарезанный лук, варить 3 минуты, затем добавить рис, ремень и довести до кипения.

Мясо пропустить через мясорубку, посолить, поперчить и, добавив к фаршу яйцо, сформовать фрикадельки.

Положить в суп фрикадельки, предварительно замоченную алычу и варить до готовности.

Мдеммес с фасолью

800 г стручковой фасоли

100 мл оливкового масла

1 ст. л. тмина

0,5 пучка зелени петрушки

соль и черный молотый перец по вкусу

Фасоль очистить, замочить на 40 минут и варить в 2 л подсоленной воды до готовности.

Затем добавить тмин, перец, оливковое масло, довести до кипения и варить на медленном огне в течение 2 минут.

Добавить мелко нарезанную зелень петрушки и подать к столу.

Мастоба с алычой и рисом

500 мл бульона из баранины

200 г отварной баранины

150 г алычи

100 г картофеля

50 г риса

3 ст. л. топленого масла

2 репчатые луковицы

1 морковь

1 пучок зелени кинзы

соль по вкусу

В кипящий подсоленный бульон положить нарезанные кубиками морковь и картофель, варить 5 минут, после чего добавить промытый рис и варить в течение 20 минут.

За 10 минут до готовности положить в мастобу обжаренный на топленом масле лук, разрезанные на 2 половинки плоды алычи и порционные кусочки баранины.

Суп посолить по вкусу и подать к столу, посыпав мелко нарезанной зеленью кинзы.

Луковый суп

300 г репчатого лука

200 г баранины

0,5 пучка петрушки

30 г топленого курдючного сала (или топленого масла)

соль по вкусу

Мясо нарезать маленькими кусочками, посолить и обжарить на топленом сале до образования румяной корочки.

Затем добавить нашинкованный лук и продолжать жарить в течение 3—5 минут.

Залить мясо водой, довести суп до кипения и варить на медленном огне в течение 50 минут.

Подать к столу, посыпав зеленью петрушки.

Суп из говяжьего языка

1 говяжий язык

20 г сливочного масла

соль и черный молотый перец по вкусу

Язык бланшировать в кипящей воде, очистить от пленки, посолить, поперчить, обжарить на сливочном масле, залить 2,5 л воды и варить на среднем огне до готовности.

Затем вынуть язык и процедить бульон.

Язык нарезать кусками и положить в суп.

Биринчоба с рисом и картофелем

100—150 г картофеля

50 г риса

2 помидора

1 репчатая луковица

1 ст. л. курдючного сала

1 ст. л. томатной пасты

1 ч. л. аджики

соль и черный молотый перец по вкусу

В разогретом сале обжарить мелко нарезанный лук, добавить очищенные от кожицы помидоры и томатную пасту.

Залить смесь 2 стаканами воды и довести до кипения, после чего добавить промытый рис, нарезанный соломкой картофель, аджику. Суп посолить, поперчить и варить до готовности.

Бруду из говядины с овощами

400 г говядины
50 г топленого масла
2—4 шт. картофеля
2 репчатые луковицы
2 веточки сельдерея
1 пучок зеленого лука
0,25 ч. л. красного молотого перца
соль по вкусу

Мясо разрезать на 5—7 кусков, посолить, поперчить, положить в кастрюлю с толстым дном вместе с крупно нарезанным картофелем, луком и сельдереем.

Добавить топленое масло, обжаривать мясо в течение 3 минут, затем залить 2 л воды и варить на среднем огне 2—2,5 часа.

Подать к столу, посыпав мелко нарубленным зеленым луком.

Бруду из курицы с овощами

700—800 г мяса курицы
5 ст. л. оливкового масла
4—5 шт. картофеля
2 моркови
2 веточки сельдерея
2 репчатые луковицы
1 ст. л. томата-пюре
1 пучок зелени петрушки
0,25 пучка зелени кинзы
соль и черный молотый перец по вкусу

Мясо нарезать небольшими кусочками, посолить, поперчить и обжаривать на оливковом масле в кастрюле с толстым дном в течение 2—3 минут, после чего добавить томат-пюре.

Нарезать подготовленный картофель, морковь, лук и сельдерей, добавить к курице.

Налить в кастрюлю 2 л воды и варить до готовности.

Посыпать измельченной свежей зеленью петрушки и кинзы и подать к столу.

Тунисский хлалим

500 г стручковой фасоли
400 г пшеничной муки
300 г баранины
250 г консервированного зеленого горошка
100 г сливочного масла
100 г дрожжей
2 репчатые луковицы
1 ст. л. томатной пасты
1 ст. л. острого томатного соуса
1 пучок зелени петрушки
1 пучок зелени сельдерея
1 ч. л. молотого черного перца
0,5 ч. л. молотого красного перца
соль по вкусу

Замесить тесто из муки, дрожжей и теплой воды.

Когда тесто подойдет, раскатать его в тонкий жгут.

Оторвать от жгута небольшой кусочек и раскатать его до толщины 1 см, после чего разделить его на зернышки (хлалим) размером с кедровый орешек, разложив их на посыпанной мукой разделочной доске.

Затем оторвать от жгута следующий кусок, раскатать его, разделить на зернышки и т. д.

Используя таким образом все тесто, подсушить хлалим в течение 5—7 минут в умеренно разогретой духовке.

Сливочное масло растопить в кастрюле и обжарить в нем в течение 3 минут нарезанное небольшими кусочками мясо, посыпанное тертым луком.

Затем добавить томатную пасту, острый томатный соус, красный и черный перец, соль, зеленый горошек, стручки фасоли, измельченную зелень петрушки и сельдерея, влить немного воды и тушить в течение 5 минут.

Залить смесь водой, довести до кипения на сильном огне, убавить огонь и варить до готовности мяса, после чего добавить 1,2 л воды,

довести до кипения, всыпать хлалим, посолить и варить в течение 15 минут.

Шорба картофельная

500 г картофеля
250 мл молока
50 г вермишели
20 г сливочного масла
1 репчатая луковица
1 пучок петрушки
сок 0,5 лимона
соль и черный молотый перец по вкусу

Подготовленный картофель разрезать на 4 части, посыпать мелко нарезанным луком, посолить и поперчить.

Залить 1 л воды и варить в течение 20—25 минут.

Готовый картофель вынуть, размять, снова положить в бульон и довести до кипения.

Вермишель опустить в кипящую воду, варить 10—15 минут, затем добавить кипяченое молоко, масло, мелко нарезанную петрушку и сок лимона.

Джари традиционный

300 г баранины
100 г риса
3 ст. л. топленого масла
2 репчатые луковицы
0,5 пучка зелени петрушки
соль по вкусу

Баранину нарезать порционными кусками, положить в кастрюлю, добавить мелко нарезанный лук, соль, масло, 0,5 стакана воды и тушить на слабом огне в течение 20 минут.

Затем влить 1—1,2 л воды и варить в течение 20—25 минут, после чего добавить подготовленный рис, довести суп до готовности, посыпать измельченной зеленью петрушки и подать к столу.

Шорба чечевичная

400 г говядины

300 г чечевицы

50 г риса

1,5 ст. л. оливкового масла

1 репчатая луковица

1 пучок зелени кинзы

сок лимона не используется в процессе готовки

соль и черный молотый перец по вкусу

Мясо нарезать порционными кусками, положить в кастрюлю, посыпать кольцами лука, добавить 1 ст. л. оливкового масла, черный перец, соль, немного воды, тушить 10 минут, после чего влить воду и варить 25 минут.

Предварительно замоченную чечевицу положить в кипящую воду на 7—10 минут, затем откинуть на дуршлаг и переложить в кастрюлю с мясом.

Добавить рис и варить 15 минут.

Мелко нарезанную зелень кинзы смешать с оставшимся оливковым маслом, тушить в сковороде в течение 3 минут, заправить полученной смесью шорбу и подать к столу.

Шорба из мяса курицы с макаронами

400 г мяса курицы

300 г макарон

5 ст. л. растительного масла

3—4 репчатые луковицы

соль и черный молотый перец по вкусу

Лук мелко нарезать и положить в кастрюлю, добавить растительное масло, нарезанное порционными кусками куриное мясо и соль.

Залить 2 л воды, довести до кипения и варить 50 минут.

Затем положить черный перец, всыпать макароны и варить, помешивая, в течение 15 минут.

Куриный суп с чесноком

1 курица весом 1—1,2 кг

1 репчатая луковица

молотый мускатный орех и молотая гвоздика на кончике ножа

1 головка чеснока

1 ст. л. топленого масла

соль и черный молотый перец по вкусу

Подготовленную тушку курицы посолить и оставить на 5—7 минут, после чего нарезать большими кусками, положить в кастрюлю и посыпать тертым луком.

Чеснок растолочь с черным перцем и солью, положить в сковороду, добавить топленое масло, обжарить в течение 3 минут, затем добавить в кастрюлю с курицей, залить водой и варить 20 минут.

Положить в суп гвоздику, мускатный орех, варить 15 минут, после чего долить воду и довести суп до готовности.

Атола по-казахски

500 мл молока

100 г пшеничной муки

50 г сливочного масла

соль и сахар по вкусу

Муку просеять и пассеровать, помешивая, до приобретения светло-коричневого цвета.

Затем постепенно всыпать ее в кипящее молоко, добавить соль, сахар и варить, помешивая, в течение 10 минут.

Заправить су сливочным маслом и подать к столу.

Шорба красная

300 г баранины
100 г вермишели
50 г сметаны
5 ст. л. растительного масла
3 ст. л. томата-пюре
0,5 ч. л. молотого кориандра
соль и черный молотый перец по вкусу

Мясо нарезать порционными кусками, положить в кастрюлю, посолить, поперчить, посыпать кориандром, добавить растительное масло, томат-пюре, обжаривать в течение 3—5 минут на сильном огне.

Затем влить 1,5 л воды и варить на среднем огне в течение 1,5 часа. Опустить в кипящую шорбу вермишель, варить 10 минут, помешивая.

Подать к столу, заправив сметаной.

Фитираши с фрикадельками

500 г пшеничной муки
400 г баранины
200 г говяжьего фарша
2 ст. л. оливкового масла
2 репчатые луковицы
2 ст. л. топленого масла
1 яйцо
сок одного лимона
1 пучок зелени кинзы
0,5 ч. л. черного молотого перца
0,5 ч. л. молотого шафрана
корица на кончике ножа
соль по вкусу

Для приготовления лапши высыпать муку на блюдо, добавить соль, топленое масло, перемешать и замесить тесто, добавив немного воды.

Когда тесто станет упругим, раскатать его на столе в тонкий пласт и нарезать лапшу.

Разложить ее на блюде или противне, оставить на 30 минут, а затем обжарить до золотистого цвета в 1 ст. л. оливкового масла.

Для приготовления фрикаделек добавить в говяжий фарш взбитый яичный белок, перец, корицу, соль, 1 тертую луковицу, перемешать и разделить готовую массу на маленькие шарики.

Баранину нарезать кусками по 30—40 г и обжарить в кастрюле на среднем огне в смеси оливкового и топленого масла, добавив нарезанный полукольцами лук.

Затем влить 1,5 л воды и варить мясо до полуготовности, после чего положить фрикадельки и лапшу.

За 3 минуты до готовности влить в суп разведенный в лимонном соке яичный желток и добавить шафран.

Подать к столу, посыпав измельченной зеленью кинзы.

Фасолевое джари

300 г баранины

300 г белой фасоли

5 ст. л. топленого масла

2 репчатые луковицы

соль и красный молотый перец по вкусу

Мясо нарезать небольшими кусочками, положить в кастрюлю, посыпать тертым луком и солью, добавить топленое масло, перец, влить немного воды и тушить 5 минут.

Затем залить смесь 2 л воды, довести до кипения, добавить предварительно замоченную фасоль и варить до готовности.

Шорба из курицы

500 г куриного мяса

100 г лапши

2 ст. л. оливкового масла

2 ч. л. аджики

1 ст. л. томата-пюре

1 пучок зелени сельдерея

черный молотый перец и соль по вкусу

Мясо нарезать порционными кусками, положить в кастрюлю, посолить, поперчить, добавить оливковое масло, томат-пюре, аджику и мелко нарезанную зелень сельдерея.

Залить небольшим количеством воды и тушить до готовности мяса.

Влить в кастрюлю 1,5 л воды, довести шорбу до кипения, всыпать лапшу и варить 10 минут.

Суп из кураги

300 г кураги
150 г готового кислого теста
4 ст. л. оливкового масла
2 репчатые луковицы
1 ч. л. тмина
1 ч. л. кориандра
1 ч. л. молотого черного перца
1 ч. л. аджики
соль по вкусу

Курагу отварить до мягкости и растолочь с разведенным теплой водой тестом.

Лук мелко нарезать и обжарить в кастрюле, добавив оливковое масло, тмин, кориандр, перец, аджику и соль.

Влить приготовленную из кураги и теста жидкую массу и варить на слабом огне до готовности.

Хлебный суп с изюмом

100 г изюма

50 г чернослива

6 ст. л. сахара

6 ломтиков ржаного хлеба

5 ст. л. сливок

Ломтики хлеба залить кипящей водой, оставить на 10 минут, затем протереть через сито.

Изюм и чернослив отварить до готовности, откинуть на дуршлаг.

Во фруктовый отвар добавить сахар.

Разбавить отваром хлебную массу до консистенции жидкой сметаны.

Подать к столу, заправив сливками.

Рунь с бараньей головой

голова барана
600 г картофеля
400 г репчатого лука
4 моркови
2—3 лавровых листа
1 пучок сельдерея
чабрец, черный перец и соль по вкусу

Голову барана промыть, бланшировать в кипящей воде, снова промыть, нарезать порционными кусками, залить 4—5 л воды, посолить, поперчить и варить в течение 3 часов.

Затем добавить нарезанный лук и морковь, лавровый лист, чабрец, сельдерей и варить еще 1,5 часа.

За 20 минут до окончания варки достать пучок сельдерея и положить в суп картофель.

Ширкавак с тыквой и рисом

500 г тыквы

150 г риса

5 стаканов молока

соль и сахар по вкусу

Очищенную тыкву нарезать большими кубиками и полностью залить холодной водой.

Перебранный рис положить в кастрюлю, залить небольшим количеством воды и варить до полуготовности, затем добавить молоко, довести до кипения, положить тыкву, соль, сахар и варить на слабом огне.

Через 30 минут снять суп с огня, оставить настояться под крышкой 10 минут, затем остудить и подать к столу.

Суп из бараньей грудинки с айвой

500 г бараньей грудинки
4 шт. картофеля
2 яблока
2 репчатые луковицы
1—2 ч. л. пшеничной муки
1 ст. л. бараньего жира
соль и черный молотый перец по вкусу

Баранью грудинку нарубить вместе с косточками порционными кусками, положить в кастрюлю, посолить, залить холодной водой и варить в течение 45 минут.

Бульон процедить, мясо выложить на разогретую сковороду, добавить жир, мелко нарезанный лук, посыпать мукой и обжарить до приобретения золотистого цвета.

Переложить мясо и лук в кастрюлю, залить бульоном, довести его до кипения, добавить нарезанный соломкой картофель и кусочки очищенной от кожицы и сердцевины айвы.

Через 5 минут положить в суп очищенные от кожицы и семян и нарезанные тонкими дольками яблоки, поперчить и довести блюдо до готовности.

Шорба с вермишелью

300 г бараньей грудинки
100 г вермишели
4 помидора
4 ст. л. растительного масла
1 репчатая луковица
1 шт. картофеля
1 кабачок
1 пучок зелени кинзы
0,5 ч. л. аджики
0,5 ч. л. смеси красного перца, корицы и тмина
соль по вкусу

Мясо нарезать порционными кусками, положить в кастрюлю, добавить 0,5 стакана воды, тертый лук, растительное масло, аджику, соль, специи и тушить в течение 20 минут.

Затем влить 2 л воды, добавить нарезанные дольками картофель, кабачок, помидоры и варить в течение 1 часа.

Всыпать в шорбу вермишель, варить еще 10 минут, после чего добавить мелко нарезанную кинзу и подать к столу.

Томатный суп с вермишелью

1 л говяжьего бульона
200 г мелкой вермишели
70 мл растительного масла
5 ст. л. томатной пасты
1 репчатая луковица
1 баклажан
0,5 пучка зелени петрушки
0,25 ч. л. черного молотого перца
соль по вкусу

Томатную пасту развести 0,5 л воды, добавить растительное масло, кольца лука, мелко нарезанный баклажан и тушить в течение 10—15 минут.

Затем влить в кастрюлю бульон, довести его до кипения, посолить, поперчить и всыпать вермишель.

Варить 10—15 минут, после чего подать к столу, посыпав мелко нарезанной зеленью петрушки.

Марокканская биссара с горохом

300 г гороха

50 г топленого масла

3 ст. л. растительного масла

1,5 л говяжьего бульона

1 репчатая луковица

0,5 ч. л. аджики

молотый имбирь на кончике ножа

соль и черный молотый перец по вкусу

Нарезанный кольцами лук обжарить в кастрюле на растительном масле до золотистого цвета, посолить, поперчить, добавить топленое масло, влить бульон, довести до кипения, затем положить предварительно замоченный горох и варить в течение 30—35 минут.

Добавить перец, имбирь, аджику, хорошо перемешать, варить 5—7 минут и подать к столу.

Чихиртма

500 г баранины
2 ст. л. виноградного уксуса
2 репчатые луковицы
1 ст. л. растительного масла
соль и черный молотый перец по вкусу

Баранину нарезать порционными кусками, положить в кастрюлю, залить холодной подсоленной водой и варить до готовности на среднем огне, затем переложить мясо в тарелку, а бульон процедить.

Мелко нарезанный лук обжарить в растительном масле до золотистого цвета.

В кипящий бульон положить мясо, обжаренный лук, перец и варить в течение 3 минут на слабом огне.

В отдельную посуду вылить уксус, довести до кипения и добавить в суп.

Шорба традиционная

1 л бульона из бараньих ребер
300 г баранины
50 г гороха
2—3 шт. картофеля
2 моркови
1 репа
1 помидор
1 репчатая луковица
1 яйцо
1 ст. л. риса
соль и красный молотый перец по вкусу

В кипящий бульон положить предварительно замоченный горох, варить 30 минут, после чего добавить нарезанную кружочками морковь, репу и картофель.

Через 10 минут положить нарезанный дольками помидор и фрикадельки.

Варить на медленном огне до готовности.

Для приготовления фрикаделек мясо и лук пропустить через мясорубку, добавить рис, яйцо, перец, соль и тщательно перемешать.

Из полученного фарша сформовать шарики весом 20—30 г.

Рыбная мрейна

300 г филе морской рыбы
2 ст. л. оливкового масла
2 дольки чеснока
2 ч. л. молотого тмина
1 репчатая луковица
1 ч. л. молотого красного перца
1 лавровый лист
0,5 ч. л. черного молотого перца
соль по вкусу

Филе рыбы залить 1 л воды, добавить соль, лавровый лист, черный перец и варить на умеренном огне.

Готовую рыбу переложить в отдельную посуду, бульон процедить.

Мелко нарезанный лук обжарить в оливковом масле до золотистой корочки, затем положить в кипящий бульон.

Добавить красный перец, тмин, толченый чеснок, довести до кипения и снова процедить.

При подаче к столу в каждую тарелку положить филе рыбы.

Мдешта по-татарски

250 г манной крупы

50 г топленого масла

5 помидоров

5 веточек мяты

3 дольки чеснока

1 ч. л. черного молотого перца

0,5 ч. л. молотого красного перца

соль по вкусу

Очищенные от кожицы помидоры измельчить и припустить в топленом масле.

Добавить смесь толченого чеснока, соли, мелко нарубленной мяты, красного и черного перца, немного воды и тушить в течение 3—5 минут.

Затем влить 1,5 л воды, довести до кипения, всыпать манную крупу и варить, помешивая, до готовности.

Фасолевый суп по-таджикски

300 г баранины
50 г лапши
30 г белой фасоли
2 шт. картофеля
1 морковь
соль по вкусу

Мясо нарезать кусочками весом 30 г, положить в кастрюлю, залить холодной водой, добавить нарезанную соломкой морковь и довести до кипения.

Положить предварительно замоченную фасоль, варить 40 минут, затем добавить нарезанный картофель, соль, варить 5 минут, после чего опустить в суп лапшу и варить еще 10—15 минут.

Хомшурба с бараниной

300 г баранины
3 шт. картофеля
2 ст. л. томатной пасты
2 моркови
2 репчатые луковицы
1 пучок зелени кинзы
соль и черный молотый перец по вкусу

Мясо нарезать крупными кусками, залить холодной водой, довести до кипения и варить на слабом огне в течение 30 минут.

Затем добавить очищенную и нарезанную большими дольками морковь, разрезанный на четвертинки картофель, очищенные целые луковицы и соль.

Варить на среднем огне в течение 15—20 минут, после чего добавить томатную пасту, перец и варить еще 5—7 минут.

В готовую хомшурбу положить измельченную зелень кинзы.

Рыбный суп с пряностями по-тунисски

500 г филе рыбы
4 бутона гвоздики
4 ст. л. оливкового масла
2 репчатые луковицы
2 моркови
2 шт. картофеля
1 стручок острого перца
1 ст. л. пшеничной муки
1 пучок зелени укропа
1 долька чеснока
1 лавровый лист
сок одного лимона
0,5 пучка зелени кинзы
0,5 пучка зелени чабреца
0,5 ч. л. молотого душистого перца
молотый имбирь на кончике ножа
соль по вкусу
Бутоны гвоздики воткнуть в луковицы.

Налить в кастрюлю 1,5 л воды, довести до кипения, положить луковицы, связанную в один пучок зелень укропа и чабреца, лавровый лист, стручок острого перца, имбирь, молотый душистый перец и соль.

Влить оливковое масло, варить на слабом огне в течение 15—20 минут, затем положить филе рыбы и варить еще 15 минут.

Достать из бульона лук, зелень и рыбу.

Рыбу нарезать маленькими кусочками и вновь опустить в бульон. Добавить нарезанные соломкой картофель, морковь и варить в течение 15 минут.

Муку развести в небольшом количестве воды, влить в кастрюлю с супом, варить 5 минут, после чего добавить толченый чеснок, измельченную зелень кинзы, лимонный сок и подать к столу.

Гороховый суп по-узбекски

500 г жирной говядины

250 г гороха

4 репчатые луковицы

2 ст. л. жира

1 корень сельдерея

соль по вкусу

Мясо нарезать порционными кусками, положить в кастрюлю, залить водой и варить до готовности.

Добавить предварительно замоченный горох, варить 1 час, затем положить нарезанный мелкими кубиками корень сельдерея, обжаренный в жире нашинкованный лук и соль.

Варить 20—25 минут, затем подать к столу.

Молочный суп с тыквой

500 мл молока

200 г тыквы

50 г риса

1 ст. л. сливочного масла

соль по вкусу

Очищенную тыкву нарезать маленькими кубиками, положить в кастрюлю с растопленным сливочным маслом, пассеровать в течение 5 минут. В другую кастрюлю налить 100 мл воды, довести до кипения, всыпать рис, варить 10—15 минут, затем влить кипящее молоко, добавить пассерованную тыкву, соль и варить 15 минут.

Суп охладить и подать к столу.

Хассу традиционный с манными клецками

250 г пшеничной муки
120 г манной крупы
100 мл оливкового масла
50 г жира
4 ст. л. томатной пасты
3 дольки чеснока
1 ст. л. молотого тмина
1 ч. л. аджики
1 ч. л. дрожжей
0,5 пучка зелени петрушки
0,5 ч. л. измельченной сухой мяты
соль по вкусу

Для приготовления клецек добавить в манную крупу 2 ст. л. оливкового масла, соль, влить немного воды и замесить тесто.

Сформовать из него маленькие шарики и обжарить их в разогретом оливковом масле.

Томатную пасту развести 2 стаканами воды, вылить в кастрюлю, добавить жир, аджику, толченый чеснок, тмин, мяту, соль и тушить на среднем огне в течение 5—7 минут.

Для приготовления опары дрожжи развести в 0,5 стакана теплой воды, добавить половину нормы муки, замесить тесто, накрыть салфеткой и оставить на 30—40 минут.

Из оставшейся муки и теплой воды замесить тесто, влить в него опару, накрыть салфеткой и оставить на 2 часа.

Затем развести тесто 1 л теплой воды, тщательно размешать, влить в приготовленный томатный соус и поставить на огонь.

Помешивая, довести до кипения и варить до тех пор, пока жидкость не приобретет консистенцию супа-пюре.

Влить немного воды и варить суп в течение 15—20 минут.

Затем положить в суп готовые клецки и подать к столу, посыпав измельченной зеленью петрушки.

Карам-шурпа

500 г баранины
300 г белокочанной капусты
100 г бараньего сала
4 шт. картофеля
3 моркови
2 ст. л. томатной пасты
2 репчатые луковицы
2 лавровых листа
1 стручок острого перца
1 пучок зелени кинзы
1 ч. л. черного молотого перца
1 ч. л. аджики
0,5 пучка зелени петрушки
молотый шафран на кончике ножа
соль по вкусу

Мясо нарезать порционными кусками, положить в кастрюлю, добавить нарезанное кубиками сало, соль, шафран, нашинкованный лук и обжарить до золотистого цвета.

Затем положить томатную пасту, аджику, нарезанные соломкой морковь и картофель, обжарить в течение 5 минут, влить немного воды и тушить на слабом огне еще 5 минут.

Влить в кастрюлю 2,5—3 л воды, добавить разрезанный на несколько частей острый перец, черный молотый перец, лавровый лист и нашинкованную капусту.

Довести до кипения и варить на среднем огне в течение 30—40 минут.

Готовый суп посыпать измельченной зеленью кинзы и петрушки и подать к столу.

Суп из бараньей ноги

500 г бараньей ноги
500 г молодого картофеля
300 г кольраби
100 г зеленого горошка
100 г сыра
30 г сливочного масла
4 моркови
1 пучок зелени петрушки
1 лавровый лист
1 корень петрушки
1 ч. л. черного молотого перца
1 ч. л. черного перца горошком
0,5 пучка зелени укропа
соль по вкусу

Куски бараньей ноги залить 2 л воды и довести до кипения, добавить соль, лавровый лист, перец горошком и корень петрушки.

Варить до готовности на слабом огне, затем достать куски бараньей ноги, бульон процедить, вылить обратно в кастрюлю и довести до кипения.

Мясо отделить от костей, срезать жилы, жир и мелко нарезать.

Опустить в кипящий бульон нарезанные кубиками картофель, морковь, кольраби и варить в течение 20 минут.

Затем добавить вареное мясо, зеленый горошек и черный молотый перец.

Варить 5—7 минут, после чего положить в суп измельченную зелень петрушки и укропа.

Снять кастрюлю с огня, дать супу настояться в течение 15 минут, затем подать к столу, добавив в каждую тарелку тертый сыр и сливочное масло.

Суп из бараньих ребер

600 г бараньих ребер
100 г белой фасоли
100 г бараньего жира
50 г курдючного сала
50 г репы
50 г гороха
4 шт. картофеля
2 моркови
2 болгарских перца
1 ст. л. томатной пасты
1 долька чеснока
1 репчатая луковица
1 бутон гвоздики
1 пучок зелени петрушки
1 ч. л. черного молотого перца
0,5 ч. л. красного молотого перца
молотый шафран на кончике ножа
соль по вкусу

Бараньи ребра нарубить порционными кусками, посолить, посыпать красным и черным перцем, положить в кастрюлю, добавить бараний жир, курдючное сало, нарезанный кольцами лук и обжарить на сильном огне до золотистого цвета.

Затем добавить нарезанную соломкой морковь, репу и томатную пасту.

Влить воду, довести до кипения, затем положить предварительно замоченные в воде фасоль и горох.

Варить в течение 40—50 минут, после чего добавить нарезанный кубиками картофель, нашинкованный болгарский перец, бутон гвоздики и шафран.

Довести суп до готовности, положить измельченную зелень петрушки, толченый чеснок, накрыть кастрюлю крышкой и оставить на 20 минут.

Затем подать суп к столу.

Харира фасолевая

500 г репчатого лука
400 г томатной пасты
250 г фасоли
200 г муки
20 г сливочного масла
3 лимона
4 небольшие телячьи кости
1 пучок зелени петрушки
1 пучок зелени кинзы
черный молотый перец и соль по вкусу

Фасоль несколько раз промыть, отварить в 1,5 л подсоленной воды. Телячьи кости залить водой, добавить перец, соль и целые луковицы. После закипания воды варить бульон на медленном огне 1 час. Вынуть лук после того, как он сварится.

Готовую фасоль залить соком одного лимона. Добавить фасоль вместе с отваром в кастрюлю, где варятся кости, и соединить с данными ингредиентами вареный лук. В большую кастрюлю налить 2,5 л воды и вскипятить. Томатную пасту развести водой в миске, добавить растопленное сливочное масло и положить смесь в кипящую воду. Смесь тушить на медленном огне 15 минут. Снять с огня первую кастрюлю.

Добавить во вторую кастрюлю из первой только бульон, оставив остальные ингредиенты.

Развести муку двумя стаканами холодной воды.

Вылить смесь в кастрюлю, после чего добавить в нее лук и фасоль, влить сок двух оставшихся лимонов, положить мелко нарубленную зелень петрушки и кинзы.

Готовое блюдо посолить по вкусу и подать к столу горячим.

Шалгамшурбо с бараниной и овощами

300 г баранины
100 г репы
3 шт. картофеля
2 репчатые луковицы
2 моркови
1 болгарский перец
соль по вкусу

Мясо нарезать крупными кусками, залить холодной водой, довести до кипения и варить до готовности на слабом огне.

Добавить разрезанные на 3—4 части морковь, картофель, лук, репу и перец, посолить и варить до готовности овощей.

Суп «Самаркандский»

400 г баранины
200 г стручковой фасоли
4 шт. картофеля
2—3 ст. л. растительного масла
2 репчатые луковицы
2 болгарских перца
соль по вкусу

Мясо нарезать кусками весом 40 г, положить в кастрюлю, залить холодной водой и довести до кипения на слабом огне.

Добавить нашинкованный репчатый лук, варить 20 минут, затем положить разрезанный пополам картофель и соль.

Стручковую фасоль и болгарский перец обжарить на сковороде в растительном масле и положить в суп.

Варить 15 минут, затем подать к столу.

Суп «Пангаз» с цыпленком и спаржей

1 тушка цыпленка
400 г помидоров
100 г репчатого лука
20 головок спаржи
3 ст. л. сливочного масла
2 ст. л. лимонного сока
2 яйца
1 корень петрушки
1 ст. л. муки
1 ст. л. измельченной зелени шпината
0,5 стакана сливок
соль по вкусу

Подготовленную тушку цыпленка поместить в кастрюлю с холодной водой и варить 25 минут, после чего бульон процедить, а мясо, отделив от костей, пропустить через мясорубку 2 раза.

Фарш поместить в бульон, добавить нашинкованные и обжаренные на сливочном масле лук и корень петрушки, предварительно отваренную спаржу, измельченный шпинат, очищенные от кожицы и нарезанные дольками помидоры. Суп посолить и варить 5 минут.

Для приготовления белого соуса смешать 1 ст. л. сливочного масла с лимонным соком и мукой. Соус добавить в бульон и варить 2 минуты. Суп-пюре заправить взбитыми яйцами и сливками и подать к столу.

Барак традиционный

1,5 л бульона из баранины

300 г баранины

50 г гороха

50 г топленого масла

30 пельменей

2 репчатые луковицы

1 алыча

соль и черный молотый перец по вкусу

Мясо нарезать кубиками размером 10 ×10 см, обжарить в кастрюле на топленом масле до золотистого цвета вместе с кольцами лука.

Затем влить бульон, добавить горох, мелко нарезанную алычу, соль, довести до кипения и варить до готовности на слабом огне.

Пельмени сварить в подсоленной воде, откинуть на дуршлаг, положить в глубокую тарелку или супницу, поперчить и залить приготовленным супом.

Бозбаш с говядиной

500 г говядины
200 г гороха
4 шт. картофеля
2 ст. л. томатной пасты
2 репчатые луковицы
1 ст. л. говяжьего жира
соль по вкусу

Говядину нарубить кусками по 30 г, положить в кастрюлю, залить холодной водой, посолить и варить на слабом огне до готовности.

Бульон слить и процедить.

Горох положить в отдельную посуду, залить 2—3 стаканами холодной воды, посолить и варить 1—1,5 часа, после чего переложить в кастрюлю с мясом.

Добавить обжаренный на жире лук, нарезанный картофель, томатную пасту и варить в течение 20 минут, подливая при необходимости воды.

Харира по-алжирски с куриными потрошками чечевицей

500 г свежих помидоров
250 г куриных потрошков
200 г муки
50 г гороха
50 г чечевицы
40 мл растительного масла
40 г риса
20 г томатной пасты
2 веточки сельдерея
1 лимон
1 пучок зелени петрушки
1 ч. л. тмина
0,5 ч. л. 3 %-го уксуса
корица на кончике ножа
черный молотый перец и соль по вкусу

Для приготовления дрожжей муку развести с соком, выжатым из лимона, влить уксус и немного воды, после чего миску, в которой готовятся дрожжи, накрыть крышкой и поставить на 10—12 часов в теплое место.

Помидоры пропустить через мясорубку, нарезать веточки сельдерея и зелень петрушки.

Куриные потроха обжарить на слабом огне на растительном масле, добавив 10 г томатной пасты, немного кинзы, тмин, нарубленную зелень петрушки, черный перец, корицу и соль.

Влить в кастрюлю 2 л воды, довести суп до кипения, положить в него замоченный горох и чечевицу и варить до готовности.

Оставшуюся томатную пасту развести в 100 мл воды, соединить с оставшейся частью кинзы, после чего добавить в суп и, одновременно всыпав рис, продолжать процесс приготовления блюда.

Приготовленные дрожжи развести в 400 мл теплой воды, после чего протереть через мелкое сито и влить в кастрюлю, постоянно помешивая смесь во избежание образования комочков.

Суп подать к столу горячим.

Куриный суп с фасолью и зеленью

500 г мяса курицы
250 г стручковой фасоли
1 репчатая луковица
0,5 пучка зелени кинзы
1 ст. л. сливочного масла
1 пучок зелени петрушки
0,5 пучка зелени сельдерея
0,5 стручка острого перца
соль по вкусу

Мясо курицы нарубить порционными кусками, положить в кастрюлю, налить 0,5 стакана воды и тушить в течение 40 минут на слабом огне.

Добавить предварительно отваренные и разрезанные пополам стручки фасоли, влить воду, довести до кипения, положить обжаренный на сливочном масле лук, соль и измельченный острый перец.

Варить в течение 5—7 минут, затем добавить в суп мелко нарезанную зелень петрушки, кинзы и сельдерея, довести до кипения и снять с огня.

Томатный суп с картофелем

2 л бульона из говяжьих костей

500 г помидоров

200 г картофеля

150 г репчатого лука

1 болгарский перец

1 пучок зелени укропа

соль по вкусу

В кипящий подсоленный бульон положить помидоры, нарезанный кубиками картофель, нашинкованный болгарский перец, измельченный лук и варить 25 минут.

Затем помидоры вынуть, очистить от кожицы, протереть через сито, вновь положить в суп и довести до кипения.

Подать к столу, посыпав измельченной зеленью укропа.

Острый фасолевый суп

300 г говядины
150 г фасоли
2 моркови
1 репчатая луковица
1 ст. л. растительного масла
1 лавровый лист
0,5 ч. л. красного молотого перца
перец горошком
соль по вкусу

Мясо нарезать небольшими кусочками, залить холодной водой, довести до кипения и варить на слабом огне в течение 10 минут.

Затем добавить предварительно замоченную фасоль и варить 15—20 минут, после чего положить обжаренные на растительном масле кружочки моркови и кольца лука, лавровый лист, перец горошком, красный молотый перец и соль.

Варить на среднем огне до готовности.

Суп «Саёхат» с лапшой и курицей

300 г куриного филе
150 г репчатого лука
1,5 стакана муки
3 ст. л. растительного масла
1 яйцо
1 корень петрушки
1 ст. л. сливочного масла
1 горький перец
1 ст. л. измельченной зелени петрушки
1 ст. л. измельченной зелени кинзы
1 ч. л. черного молотого перца
0,5 стакана тертого сыра
соль по вкусу

Для приготовления лапши замесить крутое тесто из яйца, муки, соли и 0,5 стакана воды.

Тесто раскатать в тонкий пласт и нарезать лапшу.

Кусочки куриного филе поперчить, обжарить на сливочном масле, залить водой и варить 30 минут, после чего в бульон добавить измельченные и пассерованные на растительном масле лук, корень петрушки, лапшу и варить суп 7 минут.

Подать к столу, положив в суп горький перец, измельченную зелень петрушки, кинзы и тертый сыр.

Угро с бараниной и кислым молоком

300 г баранины

50 г лапши

2 шт. картофеля

2 репчатые луковицы

2 ст. л. томатной пасты

2 ст. л. кислого молока

1 морковь

1 ст. л. топленого бараньего жира

1 ч. л. аджики

соль по вкусу

Мясо нарезать небольшими кусочками, положить в кастрюлю, залить холодной водой и варить 30—40 минут.

Затем добавить нарезанные соломкой картофель и морковь, обжаренные в жире кольца лука, соль, томатную пасту, аджику, довести суп до кипения, после чего положить лапшу и варить 10—15 минут.

Готовый угро подать к столу с кислым молоком.

МаннЫй суп с финиками и анисом

200 г манной крупы
100 г фиников
50 г изюма
1 ст. л. топленого масла
1 ч. л. молотого аниса
молотый шафран на кончике ножа
соль и черный молотый перец по вкусу

Манную крупу постепенно всыпать в 2 л горячей воды, добавить перец, шафран, топленое масло и довести до кипения при непрерывном помешивании.

Варить в течение 20 минут на слабом огне, затем положить соль, анис, предварительно замоченный изюм, размешать, довести до кипения и снять с огня.

Подать к столу с финиками.

Быстрый суп «Умоч»

1 яйцо
1 стакан пшеничной муки
1 репчатая луковица
1 ст. л. топленого масла
1 ст. л. растительного масла
соль по вкусу

Для приготовления теста смешать муку, яйцо и топленое масло.

Пропустить тесто через мясорубку с мелкими ячейками, положить в кастрюлю, добавить обжаренный на растительном масле лук, залить 1 л кипящей подсоленной воды и варить 30 минут.

Суп с запеченным рисом

500 г говядины

150 г риса

2 яйца

1 репчатая луковица

1 морковь

1 ст. л. топленого масла

1 ст. л. оливкового масла

соль по вкусу

Лук и морковь разрезать на половинки вдоль и положить в разогретую сковороду разрезами вниз.

Запечь без масла до появления коричневого цвета.

Мясо нарезать порционными кусками, залить водой, посолить, добавить лук, морковь и варить до готовности.

Рис отварить в подсоленной воде, смешать с топленым маслом, разложить на смазанной оливковым маслом сковороде, залить взбитыми яйцами, запечь в духовке, затем нарезать ровными квадратиками и добавить в кастрюлю с бульоном.

Харира с фрикадельками

500 г баранины
150 г муки-крупчатки
75 г риса
50 г гороха
30 г сливочного масла
20 г дрожжей
1 лимон
1 репчатая луковица
1 яйцо
1 пучок кинзы
черный молотый перец и соль по вкусу

Для приготовления опары развести дрожжи в теплой воде, добавить 100 г муки-крупчатки и поставить миску в теплое место.

Взять 250 г баранины, нарезать ее маленькими кусочками, зелень кинзы нарубить, залить водой, добавить мелко нарубленный лук, замоченный горох, посолить и поперчить, после чего варить на медленном огне.

Из оставшихся 250 г баранины приготовить фрикадельки: мясо пропустить через мясорубку, добавить к полученному фаршу яйцо, соль и перец, сделать из фарша маленькие шарики и опустить их в бульон.

Рис залить 2 л кипящей воды, посолить, поперчить, добавить сливочное масло и довести до полной готовности, после чего воду слить.

Положить в миску 100 г опары, мелко нарубленную кинзу, влить сок лимона, посолить.

Бульон снять с огня, процедить, добавить в него опару и оставить на 12 часов.

Затем варить до готовности на слабом огне, положив рис и мясо.

Суп «Сайраб»

600 г картофеля
500 мл чая
500 г мякоти баранины
250 г пшеничной муки
3 дольки чеснока
3 ст. л. растительного масла
1 яйцо
1 пучок зелени кинзы
0,5 ч. л. красного молотого перца
0,5 ч. л. черного молотого перца
соль по вкусу

В кастрюлю с холодной водой поместить нарезанное кусочками мясо и варить 40 минут, после чего добавить обжаренные на растительном масле картофель и толченый чеснок.

Для приготовления лапши замесить крутое тесто из муки, добавить яйца и одну треть стакана воды.

Тесто раскатать в тонкий пласт, нарезать кусочками в форме квадратов, положить в суп и варить 5 минут.

Суп посолить, поперчить, затем влить в бульон горячий крепкий чай, довести до кипения и подать к столу, посыпав измельченной зеленью кинзы.

Рисовый суп с бараниной

300 г баранины
100 г риса
50 г жира
3 шт. картофеля
1 стакан кислого молока
1 репа
1 морковь
1 репчатая луковица
соль и красный молотый перец по вкусу

Баранину нарезать небольшими кусками, положить в кастрюлю, добавить нарезанную мелкими кубиками морковь и репу, тертый лук, жир и обжарить в течение 10 минут на среднем огне.

Влить немного воды и тушить 10 минут, после чего добавить воду, довести до кипения, посолить, поперчить, положить рис, нарезанный брусочками картофель и варить суп до готовности.

Подать к столу, заправив кислым молоком.

Суп «Актюбинский»

1,5—2 л говяжьего бульона

500 г картофеля

100 г пшеничной муки

1 яйцо

0,5 пучка зелени петрушки

соль и молотый красный перец по вкусу

Очищенный картофель отварить на пару, пропустить через мясорубку, добавить яйцо, перец, соль, муку и тщательно перемешать.

Из полученного теста сформовать шарики, опустить их в кипящий бульон, варить 3—4 минуты.

Готовый суп подать к столу, посыпав измельченной зеленью петрушки.

Кадушурбо с тыквой и перцем

100 г баранины

100 г тыквы

1 репчатая луковица

1 морковь

1 шт. картофеля

1 болгарский перец

1 ст. л. томатной пасты

соль по вкусу

Мясо нарезать кусочками, поместить в кастрюлю с холодной водой и варить 4 минуты.

В кипящий бульон добавить томатную пасту, соль, нарезанные кубиками картофель, морковь, тыкву, болгарский перец, измельченный лук и варить 15 минут.

Суп «Фергана» с мясными фрикадельками

300 г мясного фарша
4 болгарских перца
2 шт. картофеля
2 моркови
0,25 ч. л. зиры
2 ст. л. оливкового масла
1 репчатая луковица
0,5 пучка зелени укропа
соль по вкусу

Болгарский перец и лук нарезать тонкими кольцами, положить в кастрюлю, обжаривать в оливковом масле в течение нескольких минут, затем добавить нарезанную соломкой морковь и жарить еще 3 минуты.

Влить в кастрюлю с овощами воду, довести до кипения, добавить нарезанный брусочками картофель, соль, зиру и приготовленные из мясного фарша фрикадельки.

Довести суп до готовности, затем подать к столу, посыпав зеленью укропа.

Острый суп-лапша

100 г бараньих костей
70 г баранины
20 г топленого масла
2 стакана муки
2 репчатые луковицы
1 морковь
1 яйцо
1 пучок зелени укропа
1 лавровый лист
1 стручок острого перца
0,5 ч. л. молотого базилика
соль и черный молотый перец по вкусу

В муку добавить яйцо, влить воду и замесить крутое тесто, после чего раскатать его в тонкий пласт и, свернув в трубочку, разрезать на тонкие полоски.

Промытые кости баранины залить водой и варить в течение 1 часа.

Полученный бульон процедить, довести до кипения, добавить мясо, соль, черный молотый перец, мелко нарезанный острый перец, базилик и варить до готовности.

Затем вынуть мясо из бульона, нарезать его небольшими кусочками.

Морковь натереть на крупной терке, положить в бульон, довести до кипения и добавить приготовленную лапшу.

Варить 3 минуты, затем положить мелко нарезанный лук, лавровый лист и топленое масло.

Довести суп до кипения, варить в течение 10 минут, затем подать к столу, посыпав мелко нарубленной зеленью укропа.

Чесночный суп

200 мл говяжьего бульона
150 г баранины
150 г говядины
50 мл оливкового масла
50 г сметаны
30 г редьки
7—8 долек чеснока
5 помидоров
3 репчатые луковицы
1 ст. л. 3 %-го уксуса
1 ст. л. сливочного масла
1 пучок зелени петрушки
1 пучок зелени кинзы
1 ч. л. черного молотого перца
соль по вкусу

Для приготовления чесночной заправки помидоры нарезать дольками, смешать с толченым чесноком, уксусом и тертой редькой, выложить на сковороду, добавить сливочное масло и тушить на среднем огне 3—4 минуты.

Баранину и говядину нарезать тонкими ломтиками, посолить, поперчить, смешать с тертым луком и обжарить в оливковом масле до золотистого цвета.

Затем влить немного воды и тушить на слабом огне в течение 15 минут, после чего добавить смешанный с водой бульон, чесночную заправку, довести суп до кипения на сильном огне, потом убавить огонь до минимума, закрыть кастрюлю крышкой и варить суп до готовности.

Готовый суп посыпать измельченной зеленью петрушки и кинзы, заправить сметаной и подать к столу.

Суп с солеными огурцами

1 л бульона из баранины
50 г сливочного масла
3 соленых огурца
2 шт. картофеля
2 яичных желтка
1 пучок петрушки
черный молотый перец по вкусу

Огурцы нарезать дольками и обжарить на сливочном масле, добавив измельченную зелень петрушки и перец.

Затем влить бульон, довести до кипения, добавить взбитые яичные желтки, нарезанный соломкой картофель и варить до готовности.

Рисовый суп с тыквой

2,5 л молока

400 г тыквы

1 стакан риса

5 ст. л. топленого масла

соль по вкусу

Тыкву очистить от кожуры, удалить семена, после чего нарезать мелкими кубиками и залить горячей водой.

Довести до кипения, варить в течение 15 минут на среднем огне, положить предварительно замоченный рис и соль.

Через 10 минут влить молоко, довести до кипения и варить на медленном огне 7—10 минут.

Готовый суп заправить топленым маслом и подать к столу.

Мясной суп с брынзой

2 л бульона из баранины
1 кг бараньих ножек
2 яйца
0,5 стакана риса
0,5 стакана вермишели
0,5 стакана сливок
0,5 стакана 3 %-го уксуса
0,5 стакана белого вина
2 ст. л. тертой брынзы
2 ст. л. измельченной зелени петрушки
1 ст. л. сливочного масла
0,5 ст. л. пшеничной муки
0,5 ч. л. черного молотого перца
соль по вкусу

Бараньи ножки сварить с добавлением соли, уксуса и перца, после чего бульон слить, мясо отделить от костей и нарезать кусочками.

Муку смешать со сливочным маслом и предварительно сваренным рисом, поместить в кастрюлю, добавить 0,5 стакана бульона из баранины, довести смесь до кипения и протереть через сито.

Полученную массу смешать с белым вином, сливками, яичными желтками, тертой брынзой, оставшимся бульоном из баранины и варить на слабом огне в течение 10 минут.

Положить в каждую тарелку кусочки мяса, предварительно сваренную вермишель, залить подготовленным бульоном и украсить измельченной зеленью петрушки.

Гулистон гороховый

500 мл бульона из баранины
2 ст. л. гороха
1 шт. картофеля
1 репчатая луковица
1 ст. л. томатной пасты
1 ст. л. жира
1 ст. л. сушеной алычи
0,5 ч. л. черного молотого перца
соль по вкусу

В кипящий бульон положить предварительно замоченный горох и варить 40 минут.

За 20 минут до готовности добавить в суп томатную пасту, обжаренный на жире лук, алычу, нарезанный кружками картофель и черный молотый перец.

Суп-гуляш

600 г баранины
600 г картофеля
200 г моркови
2 ст. л. пшеничной муки
150 г репчатого лука
2 ст. л. растительного масла
2 ст. л. сливочного масла
1 корень петрушки
соль и красный молотый перец по вкусу

Нашинкованные лук и морковь, измельченный корень петрушки, кусочки мяса поместить в кастрюлю с разогретым растительным маслом и обжарить.

Затем влить 1 л воды и варить суп 25 минут, после чего в бульон положить соль, перец, нарезанный кубиками картофель, добавить поджаренную на сливочном масле и разведенную теплой водой муку.

Варить 15 минут, затем подать к столу.

Суп «Ором» с рисом и зеленью

2 л бульона из баранины
300 г баранины
150 г щавеля
50 г гороха
30 г риса
3 шт. картофеля
2 репчатые луковицы
1 морковь
1 пучок зелени петрушки
1 пучок зелени укропа
1 пучок зелени кинзы
1 лавровый лист
0,5 ч. л. черного молотого перца
0,25 ч. л. красного молотого перца
соль по вкусу

Для приготовления фрикаделек мясо пропустить через мясорубку, добавить нашинкованный лук (использовать 1 репчатую луковицу), рис, соль и красный молотый перец.

Фарш перемешать и сформовать из него фрикадельки весом 20—25 г. Бульон довести до кипения, положить соль, черный молотый перец, лавровый лист, предварительно замоченный горох.

Варить в течение 35—40 минут, затем вынуть лавровый лист, положить в суп фрикадельки, нарезанные соломкой морковь и картофель, нашинкованный лук.

Через 10 минут добавить рубленый щавель.

Варить в течение 10 минут, после чего снять с огня, добавить измельченную зелень петрушки, укропа, кинзы и подать к столу.

Чучвара с домашними мясными пельменями

500 г муки
300 г баранины
300 г бараньих костей
200 г говядины
5 репчатых луковиц
3 дольки чеснока
3 яйца
2 помидора
1 пучок зелени петрушки
1 ч. л. черного молотого перца
соль по вкусу

Для приготовления фарша баранину и говядину нарезать кусками, пропустить через мясорубку, добавить соль, перец, три нашинкованные луковицы и перемешать.

Муку высыпать горкой в глубокую миску, сделать сверху углубление в виде воронки, добавить яйца, соль, 0,5 стакана воды и замесить крутое тесто.

Оставить его на 20 минут, затем раскатать в тонкий пласт и разрезать на квадратики 5×5 см.

На каждый из них положить по 1 ч. л. фарша.

Каждое изделие свернуть вдвое, загнуть бортик, обернуть вокруг указательного пальца, защипнуть края.

Пельмени выложить на посыпанную мукой разделочную доску и оставить на 10—15 минут, после чего положить в прохладное место на 1 час.

Бараньи кости нарубить, положить в кастрюлю, залить холодной водой и варить 1,5—2 часа.

Затем вынуть кости, довести бульон до кипения, добавить оставшийся лук, толченый чеснок, нарезанные дольками помидоры, соль и варить 15 минут, после чего опустить пельмени и довести суп до готовности.

Посыпать суп измельченной зеленью петрушки и подать к столу.

Куриный суп «Такели»

1 вареная курица
500 мл куриного бульона
1 репчатая луковица
1 помидор
1 ст. л. сушеной алычи
1 ст. л. измельченной зелени укропа
1 ст. л. топленого масла
соль и черный молотый перец по вкусу

Кусочки отварной курицы поместить в кастрюлю с обжаренными на топленом масле луком и помидором, влить 1 стакан бульона и тушить на слабом огне 40 минут, плотно накрыв посуду крышкой. Затем добавить алычу, соль, перец, оставшийся куриный бульон и варить 5 минут.

Подать суп к столу, посыпав зеленью укропа.

Хаш традиционный

1,5 кг бараньих ножек

400 г рубца

3 л воды

4 дольки чеснока

соль и черный молотый перец по вкусу

Бараньи ножки варить на слабом огне без соли 4 часа, периодически снимая пену и доливая воду.

Затем ножки вынуть, нарезать отделенное от костей мясо кусочками, поместить в процеженный бульон, добавить предварительно сваренный и нарезанный рубец.

Варить 6 часов, после чего подать к столу с солью, толченым чесноком и молотым перцем.

Суп-пюре из бараньей печени

300 г бараньих костей
200 г бараньей печени
100 мл молока
3 ст. л. муки
3 ст. л. сливочного масла
2 репчатые луковицы
2 моркови
1 яичный желток
1 корень петрушки
1 пучок петрушки
1 лавровый лист
1 ч. л. черного молотого перца
0,5 ч. л. молотого шафрана
соль по вкусу

Подготовленные бараньи кости положить в кастрюлю, залить 2 л воды, довести до кипения, посолить, поперчить и варить в течение 1,5 —2 часов.

Вынуть кости, бульон процедить.

Баранью печень нарезать небольшими кусочками, положить в глубокую сковороду, добавить сливочное масло, нарезанные кружочками морковь и корень петрушки, нашинкованный лук, влить немного воды и тушить на среднем огне до готовности.

Затем посолить, поперчить, протереть через сито и смешать с соусом.

Для приготовления соуса муку соединить с молоком, влить взбитый яичный желток, тщательно перетереть, добавить 3 ст. л. воды и, помешивая, дать закипеть.

Костный бульон довести до кипения, добавить лавровый лист, шафран, пюре из печени, варить в течение 3 минут, затем подать к столу, посыпав измельченной зеленью петрушки.

Суп из говяжьих почек с морковью

2—2,5 л говяжьего бульона
500 г говяжьих почек
500 г моркови
100 г консервированного зеленого горошка
50 г сливочного масла
4 шт. картофеля
3—4 горошины черного перца
2 репчатые луковицы
1 болгарский перец
1 лавровый лист
1 корень сельдерея
1 пучок зелени сельдерея
соль по вкусу

Очищенные от пленок и вымоченные говяжьи почки положить в кастрюлю, залить холодной водой и довести до кипения.

Затем слить воду, промыть почки, залить свежей водой, варить в течение 1 часа, после чего воду слить, а почки остудить и мелко нарезать.

Говяжий бульон довести до кипения, добавить соль, перец горошком, зеленый горошек, нарезанные кубиками картофель, морковь и корень сельдерея, варить 15 минут.

Затем положить обжаренные в сливочном масле лук и болгарский перец, лавровый лист и измельченную зелень сельдерея.

Варить в течение 5—7 минут, после чего подать к столу, положив в каждую тарелку по несколько кусочков отварных почек.

Суп из говядины с вермишелью

300 г говядины
100 г вермишели
2 шт. картофеля
2 моркови
2 репчатые луковицы
1 ст. л. томатной пасты
1 пучок зелени петрушки
соль по вкусу

Мясо нарезать ломтиками, посолить, залить горячей водой, довести до кипения, добавить нарезанную кружочками морковь, измельченный лук, томатную пасту и нарезанный кубиками картофель.

Через 10 минут опустить в суп вермишель и варить до готовности.

Подать к столу, посыпав измельченной зеленью петрушки.

Легкий куриный суп

400 г мяса курицы

4 моркови

1 шт. картофеля

1 корень петрушки

2 ст. л. оливкового масла

соль и черный молотый перец по вкусу

Мясо нарезать небольшими кусочками, обжарить в оливковом масле в течение 10 минут.

Добавить нарезанные кружочками морковь и корень петрушки.

Жарить в течение 5—7 минут, затем посолить, поперчить и залить горячей водой.

Добавить нарезанный кружочками картофель и варить суп до готовности.

Суп из бараньих почек с яблоками

1,5—2 л бульона из баранины
300 г бараньих почек
4 шт. картофеля
2 яблока
2 ст. л. сметаны
1 морковь
1 репчатая луковица
1 ст. л. сливочного масла
1 ст. л. гороха
1 ст. л. риса
1 лавровый лист
1 пучок зелени кинзы
0,5 ч. л. молотого кориандра
0,5 ч. л. молотого черного перца
0,5 ч. л. молотого красного перца
соль по вкусу

Очищенные от пленок и вымоченные бараньи почки положить в кастрюлю, залить холодной водой и довести до кипения.

Затем слить воду, промыть почки, залить свежей водой, варить в течение 40 минут, после чего воду слить, а почки остудить, мелко нарезать, положить в кастрюлю и залить кипящим бульоном.

Добавить предварительно замоченный горох, соль, варить 20—25 минут, после чего положить рис, обжаренные в сливочном масле морковь и лук и нарезанный кубиками картофель.

Через 15—20 минут добавить нарезанные тонкими ломтиками яблок, кориандр, лавровый лист, черный и красный перец.

Варить в течение 3—5 минут на слабом огне.

Готовый суп заправить сметаной, посыпать измельченной зеленью кинзы и подать к столу.

Похлебка из баранины и бобов со специями

2—2,5 л бульона из баранины
300 г отварной баранины
100 г фасоли
100 г гороха
3 моркови
3 ст. л. курдючного жира
2 шт. картофеля
2 бутона гвоздики
1 репчатая луковица
1 лавровый лист
1 пучок зелени сельдерея
1 ст. л. лимонного сока
0,5 ч. л. кардамона
0,5 ч. л. молотого тмина
0,25 ч. л. молотого кориандра
0,25 ч. л. красного молотого перца
соль по вкусу

Фасоль и горох замочить на 10 часов, после чего промыть, выложить в кастрюлю с кипящим бульоном и варить до готовности.

Лук нарезать кольцами, посыпать кардамоном, тмином, кориандром, перцем и обжаривать в течение 1—2 минут на курдючном жире, после чего добавить тертые морковь и картофель, влить немного воды и тушить, помешивая, в течение 10 минут, затем положить в суп.

Суп довести до кипения, добавить соль, лавровый лист, гвоздику, лимонный сок, нарезанное маленькими кусочками отварное мясо и варить на среднем огне в течение 5—7 минут.

Готовое блюдо посыпать измельченной зеленью сельдерея и подать к столу.

Томатный суп на бараньем бульоне

1,5 л бульона из баранины
300 г картофеля
100 мл оливкового масла

6 ст. л. томатной пасты
1 репчатая луковица
соль по вкусу

Томатную пасту развести 2 стаканами воды, добавить оливковое масло, тертый лук, соль и тушить смесь в течение 15 минут.

Затем влить бульон, довести до кипения, положить нарезанный соломкой картофель и варить до готовности.

Балик-шурпа рыбная

500 г филе рыбы
3 шт. картофеля
2 репчатые луковицы
2 ст. л. топленого масла
0,5 ч. л. черного молотого перца
2 моркови
1 лавровый лист
соль по вкусу

Филе рыбы нарезать порционными кусками, положить в кастрюлю, залить холодной водой, довести до кипения, добавить соль и варить на слабом огне до готовности.

Рыбу положить в отдельную посуду, бульон процедить и довести до кипения.

Положить разрезанные на 4 части картофель, морковь и лук, добавить лавровый лист, перец и варить на слабом огне до готовности.

Затем опустить в суп отварное филе рыбы, добавить топленое масло и подать к столу.

Суп с мясной поджаркой

400 г баранины
20 г курдючного жира
4 шт. картофеля
4 помидора
3 репчатые луковицы
2 ст. л. томатной пасты
3 ст. л. растительного масла
2 моркови
соль по вкусу

Репчатый лук нарезать кольцами и обжарить в растительном масле до золотистого цвета.

Мясо нарезать небольшими кусочками, обжарить в жире, смешать с луком, добавить нарезанные дольками помидоры, томатную пасту, соль, влить немного воды и тушить в течение 5—7 минут.

Затем положить тертую морковь, нарезанный соломкой картофель, увеличить огонь и тушить смесь до выкипания жидкости, после чего влить горячую воду и довести суп до готовности на среднем огне.

Суп с мясом и черносливом

100 г баранины
100 г риса
100 г чернослива
2—3 алычи
1 репчатая луковица
1 пучок зелени укропа
черный молотый перец и соль по вкусу

Баранину нарубить крупными кусками, залить холодной водой, довести до кипения, посолить, варить до готовности, затем вынуть мясо.

Бульон процедить, довести до кипения, добавить предварительно замоченный чернослив, рис, нарезанный кольцами лук, перец, куски отварного мяса и разрезанную пополам алычу.

Варить суп в течение 20 минут, затем посыпать измельченной зеленью укропа и подать к столу.

Овощной суп-пюре

200 мл молока
200 г моркови
200 г картофеля
200 г репчатого лука
1 яичный желток
4 ст. л. сливочного масла
2 ст. л. сливок
2 ч. л. соли
1 долька чеснока

Очищенный и нарезанный кубиками картофель и морковь поместить в кастрюлю с растопленным сливочным маслом, тушить 10 минут с добавлением толченого чеснока и нашинкованного лука, после чего влить воду, молоко и варить суп на слабом огне 25 минут.

Затем вынуть овощи, протереть их через сито, смешать с яичным желтком, взбитыми сливками и положить в процеженный отвар.

Суп посолить, довести до кипения и подать к столу.

Суп из баранины с пшеном

1,5—2 л бульона из бараньих костей

200 г отварной баранины

100 г пшена

3 шт. картофеля

2 репчатые луковицы

2 дольки чеснока

2 ст. л. сметаны

1 ст. л. лимонного сока

1 морковь

1 корень петрушки

1 ст. л. томатной пасты

1 ст. л. оливкового масла

1 ч. л. аджики

1 лавровый лист

0,5 ч. л. черного молотого перца

0,5 пучка зелени кинзы

соль по вкусу

Бульон довести до кипения, добавить промытое пшено и варить на слабом огне в течение 10 минут.

Затем добавить нарезанные соломкой картофель, корень петрушки и морковь.

Через 5—7 минут положить измельченные и обжаренные на оливковом масле лук и чеснок, томатную пасту, аджику, черный молотый перец и нарезанное маленькими кусочками отварное мясо. Варить в течение 10 минут, после чего добавить лавровый лист, соль, довести суп до готовности и подать к столу, посыпав рубленой зеленью кинзы и заправив смесью сметаны и лимонного сока.

Харира марракешская с рисом

150 г муки

50 г фасоли

1 ст. л. растительного масла

1 пучок зелени петрушки

1 ч. л. молотого красного перца

1 пучок зелени кинзы

0,5 стакана вареного риса

соль по вкусу

Залить фасоль водой, добавить перец и растительное масло, отварить, накрыв кастрюлю крышкой, до готовности.

Муку развести в небольшом количестве воды, протереть через мелкое сито и добавить в кастрюлю при постоянном помешивании во избежание образования комочков.

Довести суп до кипения и убавить огонь.

Через 10 минут добавить в кастрюлю с супом вареный рис, соль и нарубленную зелень кинзы и петрушки, довести до кипения и снять кастрюлю с огня.

Холодный суп по-таджикски

2 л кипяченой прохладной воды
1 л кислого молока
2 свежих огурца
1 пучок редиса
1 пучок зеленого лука
1 пучок зелени укропа
1 пучок зелени петрушки
0,5 ч. л. красного молотого перца
соль по вкусу

Кислое молоко развести водой, посолить и поперчить.

Мелко нарубить зеленый лук, огурцы, редис, зелень петрушки и укропа, после чего добавить в молоко.

Суп поставить в прохладное место на 1 час, затем подать к столу.

Суп картофельный с пряностями

1,5—2 л говяжьего бульона

500 г картофеля

300 г сливок

5 яичных желтков

1 ст. л. горчицы

0,25 ч. л. молотого душистого перца

молотый мускатный орех на кончике ножа

соль и молотый душистый перец по вкусу

Очищенный картофель отварить в подсоленной воде, приготовить из него пюре, опустить в кипящий бульон, размешать, добавить при необходимости воды и варить на слабом огне 3 минуты.

Яичные желтки смешать со сливками и горчицей, влить приготовленную смесь в горячий (не кипящий) суп, тщательно размешать, добавить душистый перец, мускатный орех и подать к столу.

Мастоби кимадор с бараньими фрикадельками и алычей

500 мл бульона из баранины
100 г баранины
2 репчатые луковицы
2 ст. л. риса
1 шт. картофеля
1 морковь
1 яйцо
1 ст. л. сушеной алычи
1 ч. л. черного молотого перца
соль по вкусу

В кипящий бульон положить нарезанные кубиками морковь и картофель, нашинкованный лук, сушеную алычу, предварительно промытый рис и варить 30 минут.

Мясо пропустить через мясорубку.

В фарш добавить соль, перец, взбитое яйцо, сформовать фрикадельки и поместить их в суп за 10 минут до готовности.

Гороховый суп с кинзой

300 г говядины

200 г гороха

30 г говяжьего жира

2 пучка зелени кинзы

2 моркови

1 репчатая луковица

1 шт. картофеля

черный молотый перец и соль по вкусу

Мясо нарезать порционными кусочками, посолить, поперчить, положить в кастрюлю, обжарить в жире, затем влить воду и добавить предварительно замоченный горох.

Через 30 минут положить в суп тертую морковь, нашинкованный лук, крупно нарезанный картофель.

Варить 15 минут, потом добавить измельченную зелень кинзы, довести суп до кипения и снять с огня.

Суп-пюре с зеленью

500 мл бульона из баранины

200 г картофеля

4 ст. л. сливочного масла

1 репчатая луковица

1 пучок листьев салата

1 пучок зелени шпината

1 пучок зелени базилика

1 ч. л. соли

0,5 ч. л. черного молотого перца

Измельченный и обжаренный на сливочном масле лук поместить в кипящий бульон, добавить нарезанный кубиками картофель, нашинкованную зелень шпината, салата и базилика и варить 15 минут, после чего слить отвар, картофель, лук и зелень протереть через сито.

Сладкий суп с рисом, яблоками и персиками

500 г персиков

500 г яблок

3 ст. л. сахара

2 ст. л. вареного риса

2 ч. л. картофельной муки

Персики залить 2 стаканами воды и варить до мягкости, после чего протереть через сито.

В полученное пюре влить 3 стакана горячей воды, положить рис, сахар и нарезанные тонкой соломкой яблоки.

Довести суп до кипения, добавить разведенную водой картофельную муку и, помешивая, варить 1 минуту. Затем охладить и подать к столу.

Грибной суп с бараньими ребрышками

1,5—2 л грибного бульона
300 г бараньих ребрышек
50 г бараньего жира
2 шт. картофеля
1 морковь
1 корень петрушки
1 ч. л. черного молотого перца
1 пучок зелени петрушки
соль по вкусу

Подготовленные бараньи ребрышки нарубить небольшими кусками, посолить, поперчить и обжарить до готовности в растопленном бараньем жире.

В кастрюлю с кипящим грибным бульоном положить нарезанные кубиками картофель, корень петрушки и морковь, добавить черный перец, соль и варить на слабом огне в течение 10 минут.

Затем положить обжаренные бараньи ребрышки.

Варить суп 10 минут, после чего посыпать измельченной зеленью петрушки и подать к столу.

При желании можно добавить в каждую порционную тарелку мелкие сухарики.

Суп с хлебом по-мароккански

400 мл бульона из баранины
3 ломтика белого хлеба
2 ст. л. сливочного масла
2 ст. л. тертой брынзы
1 яйцо
0,5 пучка зеленого лука
соль по вкусу

Ломтики хлеба смазать сливочным маслом с обеих сторон, обжарить, затем поместить в кастрюлю, залить бульоном, добавить взбитое яйцо и соль.

Кастрюлю поместить в предварительно разогретую духовку на 10 минут.

Подать к столу, посыпав тертой брынзой и измельченным зеленым луком.

Картофельный суп с репой

500 г баранины
500 г картофеля
200 г моркови
150 г репчатого лука
100 г репы
2 ст. л. сливочного масла
соль по вкусу

Нарезанную кусками баранину посолить, поместить в кастрюлю, залить холодной водой и варить 20 минут, снимая пену.

В кипящий бульон положить измельченный и обжаренный на сливочном масле репчатый лук, нарезанные кубиками картофель, морковь и репу.

Суп варить на слабом огне до готовности, после чего подать к столу.

При желании можно добавить в каждую порционную тарелку рубленую свежую зелень.

Похлебка из бараньих ножек

1,5—2 кг бараньих ножек

50 мл оливкового масла

2 яйца

2 ст. л. 3 %-го уксуса

соль и красный молотый перец по вкусу

Каждую баранью ножку разрубить на 2 части, натереть солью и красным молотым перцем, положить в кастрюлю, добавить оливковое масло, налить 2—2,5 л воды и варить до тех пор, пока мясо не начнет отделяться от костей.

Бараньи ножки вынуть из бульона, отделить мясо от костей.

Бульон процедить, довести до кипения, положить мясо, варить 15 минут, затем добавить яйца, размешать, влить уксус, довести до кипения и подать к столу.

Луковый суп с бараньим салом в горшочках

100 г бараньего сала
100 г тертого сыра
100 г белого хлеба
5 репчатых луковиц
4 ст. л. сливок
соль по вкусу

Баранье сало нарезать ломтиками и обжарить до вытапливания жира, после чего добавить лук, влить немного воды и тушить на слабом огне до размягчения. Влить воду, довести до кипения, положить соль и варить в течение 30 минут.

Хлеб нарезать тонкими ломтиками, посыпать каждый из них сыром, полить сливками и разложить по глиняным горшочкам.

Налить в горшочки луковый суп и поставить в умеренно разогретую духовку на 5 минут.

Суп из баранины с орехами и лимоном

300 г баранины
4 ст. л. риса
2 моркови
2 ст. л. сливочного масла
1 репчатая луковица
2 ст. л. измельченных грецких орехов
1 корень сельдерея
0,5 лимона
соль и черный молотый перец по вкусу

Баранину нарезать порционными кусками, посолить, поперчить, залить 2 л горячей воды и варить в течение 40 минут, затем добавить нарезанную соломкой морковь, нашинкованный лук, корень сельдерея.

Через 10 минут положить обжаренный на сливочном масле рис, варить в течение 15 минут, после чего добавить рубленые грецкие орехи и очищенный от кожуры и нарезанный тонкими ломтиками лимон.

Довести суп до готовности в течение 5—7 минут, затем подать к столу.

Бульон с бараньей печенью

1 л бульона из баранины
300 г бараньей печени
4 ст. л. зеленого горошка
2 моркови
2 ст. л. растительного масла
соль и черный молотый перец по вкусу

Предварительно вымоченную в холодной воде баранью печень нарезать небольшими кусочками и обжарить в растительном масле до готовности.

Очищенную морковь нарезать соломкой, положить в кипящий бульон, добавить зеленый горошек, соль, перец и варить на слабом огне в течение 10—15 минут.

В каждую тарелку положить несколько кусочков обжаренной печени, налить бульон и подать к столу.

Суп со спаржей и шпинатом

300 мл бульона из баранины
200 г спаржи
1 репчатая луковица
1 морковь
1 корень сельдерея
1 пучок зелени шпината
0,5 пучка зелени кинзы
0,5 ч. л. черного молотого перца
соль по вкусу

Бульон разлить равными порциями в 2 кастрюли, в одной из которых сварить очищенные и нашинкованные морковь, репчатый лук и корень сельдерея, а в другой – рубленую спаржу и шпинат.

Готовые отвары соединить, посолить, поперчить, довести до кипения и подать к столу, украсив измельченной зеленью кинзы.

Мясной суп с болгарским перцем

2 л говяжьего бульона
10 красных болгарских перцев
4 шт. картофеля
2 репчатые луковицы
1 ст. л. растительного масла
1 пучок зелени укропа
соль по вкусу

Говяжий бульон довести до кипения, посолить и положить нарезанные картофель и болгарский перец.

Варить 10 минут, после чего добавить нашинкованный и обжаренный в растительном масле лук.

Через 10 минут снять суп с огня, посыпать измельченной зеленью укропа и подать к столу.

Рисовый суп с томатом и острым перцем

500 г картофеля
100 г риса
200 г баранины
100 г моркови
50 г топленого сала
50 г томатной пасты
3 репчатые луковицы
1 стручок острого перца
соль и черный молотый перец по вкусу

Баранину нарезать порционными кусками и обжарить в сала до золотистого цвета, затем добавить нарезанную соломкой морковь, нашинкованный лук и разрезанный на 3—4 части стручок острого перца.

Жарить в течение 3—5 минут, затем положить томатную пасту, соль, молотый перец, влить 1 стакан воды и тушить смесь на слабом огне в течение 10 минут, после чего залить водой и довести до кипения.

В кипящий отвар положить предварительно замоченный рис, нарезанный кубиками картофель и варить до готовности на слабом огне.

Суп из ячменной крупы по-алжирски

2 л мясного бульона
200 г ячменной крупы
50 мл растительного масла
3 ст. л. томатной пасты
3 дольки чеснока
1 ст. л. сушеного чабреца
1 стручок острого перца
1 лимон
соль по вкусу

Дольки чеснока обжарить целиком в растительном масле, добавить томатную пасту, влить 1 стакан воды и тушить в течение 3 минут, после чего залить бульоном.

Довести до кипения, положить измельченный чабрец, соль и нарезанный кусочками стручок острого перца.

Варить 5 минут, затем всыпать ячменную крупу и варить на среднем огне до готовности.

Подать к столу с дольками лимона.

Суп из бараньих костей с рисом

300 г бараньих костей

50 г риса

2 шт. картофеля

1 морковь

1 репчатая луковица

1 пучок зелени кинзы

соль и черный молотый перец по вкусу

Подготовленные бараньи кости положить в кастрюлю, залить холодной водой, довести до кипения и варить в течение 2 часов, снимая пену.

Затем вынуть кости, бульон процедить, довести до кипения, добавить соль, перец, нарезанные кубиками картофель и морковь, нашинкованный лук, рис и варить 20 минут.

Подать к столу, посыпав измельченной зеленью кинзы.

Томатный суп с мясом, рисом и овощами

1 л бульона из баранины
200 г отварной баранины
200 мл томатного сока
50 г риса
10 листьев салата
2 болгарских перца
2 ст. л. сметаны
2 ч. л. аджики
0,5 ч. л. красного молотого перца
соль по вкусу

Бульон довести до кипения, положить рис и варить на среднем огне в течение 10 минут, после чего влить смесь томатного сока и аджики.

Через 5—7 минут добавить нарезанное порционными кусочками мясо, нашинкованный болгарский перец, красный молотый перец и соль.

Варить 3—5 минут, затем положить крупно нарезанные листья салата, довести суп до кипения и подать к столу, заправив сметаной.

Бульон из бараньей головы и ножек

1 баранья голова
3 бараньи ножки
3 дольки чеснока
3 ст. л. 3 %-го уксуса
2 яичных желтка
соль и черный молотый перец по вкусу

Подготовленную баранью голову и ножки нарубить кусками, положить в кастрюлю и залить холодной водой.

Добавить целые дольки чеснока и варить в течение 3 часов, затем вынуть из бульона, отделить мясо от костей.

Бульон процедить, добавить соль, перец, довести до кипения, положить куски мяса и варить на слабом огне в течение 20 минут.

Приготовить смесь из яичных желтков и уксуса, заправить этим соусом бульон и подать к столу.

Шорба белая

500 г баранины
200 г вермишели
100 г зеленого горошка
2 ст. л. топленого масла
2 репчатые луковицы
2 болгарских перца
1 яичный желток
сок одного лимона
соль по вкусу

Мясо нарезать кусочками, добавить тертый лук, топленое масло, соль, влить 0,5 стакана воды и тушить в течение 5—7 минут.

Затем добавить нарезанный ломтиками болгарский перец, зеленый горошек, влить воду и варить 40 минут, после чего положить вермишель и варить 10 минут.

Для приготовления заправки яичный желток смешать с соком лимона и топленным маслом, выложить на сковороду, влить немного воды и тушить в течение 3 минут.

Добавить заправку в суп, довести до кипения и подать к столу.

Суп из бараньей головы, ножек и сердца

0,5 головы барана
200 г бараньего сердца
3 бараньи ножки
3 шт. картофеля
2 репчатые луковицы
2 моркови
1 пучок сельдерея
соль и черный молотый перец по вкусу

Подготовленные голову, сердце и ножки барана нарубить кусками, положить в кастрюлю, влить небольшое количество воды и тушить в течение 20 минут. Затем залить горячей водой, довести до кипения, добавить соль, перец и варить в течение 3 часов.

После чего положить нарезанные соломкой картофель и морковь, нашинкованный лук и варить 20 минут.

Грибной суп с бараньим салом

1,5 л грибного бульона
100 г бараньего сала
2 шт. картофеля
1 морковь
1 ст. л. муки
1 репчатая луковица
0,5 пучка укропа
соль и красный молотый перец по вкусу

Баранье сало нарезать маленькими кусочками, добавить нашинкованный лук, муку и обжарить на среднем огне до золотистого цвета.

В кипящий бульон положить нарезанные соломкой картофель и морковь, добавить красный перец, соль, обжаренные сало и лук и варить в течение 15—20 минут.

Готовый суп посыпать измельченным укропом и подать к столу.

Маннѣй суп с тыквой и морковью

1,5 л молока
200 г тыквы
100 г сливок
2 моркови
2 ст. л. манной крупы
2 ст. л. сливочного масла
1 ст. л. сахара
0,5 ч. л. соли
0,5 ч. л. корицы

Тыкву и морковь нарезать маленькими кубиками, положить в сковороду, добавить сливочное масло, влить немного воды и тушить до готовности на среднем огне. Затем размять до пюреобразного состояния и смешать с корицей.

В кипящее молоко всыпать манную крупу, варить 10 минут, затем положить пюре из тыквы и моркови, соль и сахар.

Варить 5—7 минут, затем подать к столу, заправив суп сливками.

Суп из стручковой фасоли со сливками

1,5 л бульона из баранины
800 г стручковой фасоли
250 мл сливок
3 ст. л. измельченной зелени петрушки
2 ст. л. топленого масла
1 ст. л. пшеничной муки
0,5 ч. л. черного молотого перца
соль по вкусу

Очищенную от прожилок и нарезанную стручковую фасоль варить 10 минут на умеренном огне, после чего откинуть на дуршлаг, поместить в кастрюлю с кипящим мясным бульоном и варить 10 минут, добавив обжаренную на топленом масле муку.

Затем посолить, поперчить, влить сливки и варить 10 минут.

Подать к столу, посыпав измельченной зеленью петрушки.

Суп с бараниной и кукурузой

2 л бульона из баранины
300 г отварной баранины
300 г консервированной кукурузы
3 шт. картофеля
1 морковь
1 корень петрушки
1 ст. л. топленого масла
1 репчатая луковица
соль и черный молотый перец по вкусу

Нашинкованные лук, корень петрушки и морковь обжарить на топленом масле и положить в кипящий бульон.

Добавить нарезанный соломкой картофель, порционные куски отварной баранины, соль, кукурузу и варить в течение 15—20 минут.

Готовый суп посыпать черным перцем и подать к столу.

Рецепты вторых мусульманских блюд

Плов

Плов можно смело назвать гордостью мусульманской кухни и кулинарных традиций Востока.

Плов – это блюдо из смеси риса с машем (бобовое растение), мясом, луком, морковью и пряностями.

Разновидностей плова очень много, чаще всего свои названия они получали по местности, где их было принято готовить.

Отличия заключаются в технологии приготовления и в наборе продуктов. Интересно, что на Востоке плов готовят, как правило, мужчины.

Особые требования предъявляются к пряностям. Обычно это набор из красного перца, барбариса и зиры (ажгона). Именно зира придает плову специфический аромат.

В пловы иногда добавляют изюм, урюк, айву, чеснок.

Приготовление плова состоит из трех основных операций: прокаливания жира (масла), приготовления заправки (у узбеков есть специальное слово «зирвак») и закладки риса, доведения плова до готовности.

Готовят плов в специальной посуде – казане – котле с круглым дном. Казан следует хорошо нагреть, залить растительное масло (подсолнечное, хлопковое, кунжутное или другое) и прокалить его до появления легкого синего дымка. Только после этого в масло можно закладывать подготовленное мясо: сначала жир, потом куски мяса.

Затем кладут лук, нарезанный кольцами (полукольцами) и морковь, нарезанную соломкой. Это и есть зирвак. Примерно через полчаса добавляются специи, пряности. Через несколько минут – соль и немного кипятка (осторожно!).

Сверху ровным слоем раскладывается рис (предварительно промытый, иногда его замачивают в воде на 1—1,5 часа), который ни в коем случае нельзя смешивать с зирваком!

Рис слегка приминают ложкой и затем осторожно тонкой струйкой наливают кипящую воду так, чтобы вода покрывала рис на 1,5—2 сантиметра. Пока вода выпаривается, казан не закрывают крышкой, но когда рис упрет, плов следует плотно закрыть.

Перед подачей плов выкладывают на блюдо так, чтобы рис был внизу, а мясо сверху.

Узбекские пловы

Общая технология приготовления узбекского плова

Приготовление плова состоит из трех основных операций:

- 1) перекаливание масла,
- 2) приготовление зирвака,
- 3) закладка риса и доведение плова до готовности.

Перекаливание масла

Перекаливать масло следует в казане – специальной чугунной кастрюле с толстым, овально закругляющимся дном. В другой посуде плов лучше не варить.

Казан, прежде всего, надо накалить, затем залить в него масло и перекаливать его на умеренном огне (огонь не должен касаться дна посуды) так, чтобы оно не закипало внешне.

Степень готовности масла можно определить по сильному потрескиванию или отскакиванию брошенной в него соли, или по выделению беловатого дымка.

Масло обычно наливают на дно казана слоем от 1 до 3 см в зависимости от количества закладываемых продуктов.

Чаще всего используется комбинация растительных масел (хлопкового, льняного, подсолнечного, кунжутного, орехового) с животными жирами (козьим, бараньим, говяжьим, птичьим салом и костным жиром).

Приготовление зирвака

В перекаленное масло продукты закладывают в следующей последовательности: мясо, нарезанное мелкими или крупными кусочками, лук, нарезанный кубиками или толстыми кольцами, морковь, нарезанную чаще всего соломкой (реже – кубиками).

Моркови в плов всегда кладется вдвое меньше риса (по весу) и примерно столько же, сколько мяса. Отклонения от этих норм в отдельных видах плова крайне незначительны.

Каждый из трех основных компонентов зирвака пережаривают последовательно так, что все продукты сохраняют свойственный им вид и цвет. В начале варки зирвака огонь увеличивают, к середине и к

концу варки уменьшают. Продукты не должны прилипнуть к стенкам и дну казана.

В приготовленный зирвак примерно через 20—30 минут добавляют пряности. Это обычно смесь трех пряностей (красный перец, зира, барбарис), взятых в равных частях, подготовленная заранее.

Смесь пряностей засыпают в плов из расчета 1—1,5 ч. л. (с верхом) смеси на 500 г риса. Можно взять готовые пряные смеси, продаваемые в пакетиках под названием «Специи для плова».

Затем зирвак солят и заливают небольшим количеством воды из расчета, чтобы она покрывала на 1 см всю смесь, и кипятят до испарения воды до уровня зирвака.

Закладка риса и доведение плова до готовности

Подготовленный зирвак разравнивают, уменьшают огонь и засыпают ровным слоем риса, который слегка приминают шумовкой или ложкой, но ни в коем случае не смешивают с зирваком.

Затем утрамбованную поверхность риса осторожно заливают водой, следя за тем, чтобы она не разрушила слой риса. Для этого используют следующий прием: на рис ставят блюдце и на него льют воду, которая равномерно стекает на рис с краев блюдца.

Затем блюдце осторожно вынимают из казана. Рис должен быть покрыт водой слоем 1,5—2 см.

Если рис очень сухой и твердый, воды заливают чуть больше обычной нормы.

Затем огонь усиливают, но следят, чтобы плов кипел равномерно. Воду поверх риса досаливают.

Во время кипения плов не закрывают крышкой, но когда вода полностью испарится, его накрывают очень плотно тарелкой или блюдом.

Когда рис станет сыпучим, плов протыкают в нескольких местах деревянной палочкой, а затем разравнивают поверхность риса шумовкой, не смешивая его с зирваком, и закрывают тарелкой на 15—20 минут, чтобы плов упрел. Только после этого осторожно снимают тарелку, стараясь, чтобы капли воды с нее не упали в плов, равномерно перемешивают его, выкладывают горкой на большое, плоское блюдо и подают на стол.

Плов бухарский

500 г риса
250 г баранины
250 г моркови
150 г масла (жира)
3 репчатые луковицы
1—1,5 стакана изюма
1 ч. л. пряной смеси
куркума на кончике ножа
соль по вкусу

Приготовить зирвак из мяса и лука с морковью, нарезанной тонкой соломкой. Изюм, промытый в теплой или горячей воде, добавить в конце варки зирвака. Воду в зирвак не добавлять.

Рис промыть в теплой, чуть подсоленной воде.

В остальном руководствоваться общей технологией приготовления плова.

Плов хорезмский

500 г риса
500 г моркови
500 г баранины
200 г масла (жира)
4 репчатые луковицы
1,5 ч. л. пряной смеси
соль по вкусу

Мясо нарезать крупными кусками (4—6 кусков), обжарить в масле, затем добавить и обжарить лук, после чего влить полстакана воды и дать ей закипеть.

Только после этого заложить заранее приготовленную морковь (нарезанную вдоль пластинками шириной 1 см и толщиной 2—3 мм), соль (0,5 ч. л.) и пряную смесь.

Затем в зирвак долить воду, чтобы покрыла содержимое казана, плотно закрыть крышкой и томить на очень слабом огне 2—3 часа.

Заложить рис, вновь долить воды (около 0,5—0,75 стакана), досолить по вкусу и продолжать варить еще около 30 минут.

Готовый плов не размешивать, а выкладывать на тарелки слоями.

Плов узбекский

500 г баранины
2 стакана риса
0,5 стакана растительного масла
5 шт. моркови
3 репчатые луковицы
200 г бараньего сала
2 головки чеснока
2 ч. л. специй (барбарис, перец красный и черный, ажгон)
изюм, соль по вкусу

Рис перебрать, промыть. Баранину подготовить: отделить жир и мелко его нарезать, мякоть нарезать некрупными кусочками.

Лук и морковь нашинковать. Прокалить в казане масло, обжарить до образования румяной корочки сначала сало (потом шкварки вынуть шумовкой) и кусочки мяса.

Положить лук и морковь, обжарить. Добавить специи, посолить. Залить горячей водой.

Через 10—15 минут ровным слоем сверху разложить рис и добавить кипятка так, чтобы вода покрывала рис на два пальца.

С головок чеснока снять верхнюю чешую, срезать верхушку и заложить в рис целиком.

Когда вода испарится, плов шумовкой собрать к середине горкой, проколоть в нескольких местах палочкой, закрыть крышкой и на медленном огне пропарить до готовности.

Плов с айвой

500 г риса
150 г мяса
1 крупная айва
200 г моркови
2 репчатые луковицы
150 г жира (масла)
1—1,5 ч. л. пряной смеси для плова
куркума на кончике ножа
соль по вкусу

Айву тщательно вымыть щеткой, очистить от сердцевины, разрезав на четвертинки, которые положить в готовый зирвак вместе с куркумой перед закладкой риса и тушить несколько минут.

В остальном готовить по технологии узбекского плова.

Плов самаркандский

500 г риса
250 г мяса
250 г моркови
150 г масла (жира)
6 репчатых луковиц
1 ч. л. черного молотого перца
соль по вкусу

Мясо куском и морковь целиком отварить на слабом огне в небольшом количестве кипятка в течение 2,5 часа, затем нарезать небольшими кусочками и перемешать с солью и перцем. Рис промыть и отварить в подсоленной воде. Когда рис сварится, промыть его кипятком, переложить в дуршлаг и дать хорошо стечь воде (примерно 10—15 минут). Лук обжарить в перекаленном масле.

В пиалы или глубокие тарелки разложить рис, перемешать его с вынутым из масла луком, добавить мясо с морковью и облить их маслом, в котором жарился лук.

Плов ферганский

500 г риса
250 г баранины
250 г моркови
125 г жира (масла)
3 репчатые луковицы
1—1,5 ч. л. пряной смеси
соль по вкусу

Мясо в зирвак нарезать небольшими кубиками и обжарить вместе с луком. Морковь добавить чуть позднее.

После закладки риса можно добавить еще 0,5 ч. л. пряной смеси. В остальном придерживаться общей технологии приготовления плова.

Плов с урюком

500 г риса
250 г говядины
150 г моркови
200 г масла (жира)
1,5—2 стакана урюка
1—1,5 ч. л. пряной смеси
соль по вкусу

Урюк тщательно промыть несколько раз в холодной воде и закладывать в зирвак лишь после того, как в нем обжарены все остальные продукты, к ним подлита вода и зирвак закипел. При этом урюк следует класть ровным слоем на зирвак, а не перемешивать с ним. Затем засыпать рис.

В остальном руководствоваться общей технологией приготовления плова.

Плов тограма

500 г риса
400 г мяса
400 г моркови
200 г масла (жира)

4 репчатые луковицы
1,5 ч. л. пряной смеси
соль по вкусу

Из одной четвертой части мяса, моркови и лука сделать зирвак по-фергански и сварить на нем рис, а остальное мясо и морковь отварить по-самаркандски в другой посуде.

Готовые части соединить перед подачей на стол.

К этому плову подают в виде закуски маринованный лук.

Азербайджанские пловы

Общая технология приготовления азербайджанского плова

Азербайджанские пловы состоят из двух основных и трех дополнительных частей. Все эти части готовятся отдельно.

Основными частями плова служат отварной рис и гара (мясная, рыбная, яичная, молочная, овощная или фруктовая основа).

Дополнительными частями служат подаваемые к плову: пряная зелень (целые стебли зеленого лука, чеснока, базилика, эстрагона, крессов, молодой свежей мяты и кинзы); казмаг (тонкая подсушенная пресная лепешка); шербеты (чаще всего кисловатые).

Поскольку приготовление основных частей азербайджанских пловов происходит раздельно и независимо друг от друга, то, прежде всего, остановимся на способах приготовления риса, а затем отдельно приведем рецепты приготовления различных основ (гара) для плова.

Методы обработки риса до варки

В азербайджанской кухне применяются следующие методы обработки риса до его приготовления.

Рис перебирают и промывают до тех пор, пока вода не станет полностью прозрачной.

После этого большинство сортов риса, имеющих в продаже (особенно с круглым, коротким зерном), замачивают на 10—15 минут в теплой (но не горячей!) воде, а затем отваривают.

Однако для риса некоторых азербайджанских и зарубежных сортов применяется иная обработка. Рис сорта «садри» следует промыть теплой водой, вымочить в подсоленной воде 5—6 часов, промыть холодной и только после этого отваривать. Рис ханский, пакистанский и

других сортов с тонким мелким зерном обрабатывается иначе: оборачивают тканью 2—3 ст. л. крупной соли, кладут на дно посуды, сверху засыпают рисом, заливают холодной водой на 7—10 часов, затем промывают.

4 способа отваривания риса для плова

Способ 1

В металлический тындыр (казан) или глубокую высокую кастрюлю залить до половины кипятка.

Поверх кастрюли повязать салфетку из неплотного полотна или бязи, причем так, чтобы она слегка прогибалась.

В салфетку засыпать промытый рис, положить сверху сливочное масло, закрыть крышкой (или опрокинутой тарелкой) и поставить на сильный огонь.

При выкипании воды из кастрюли доливать кипятка, не снимая салфетки.

Способ 2

В большое количество слегка подсоленного кипятка в эмалированной кастрюле засыпать рис и варить до полуготовности, все время снимая с поверхности кипящей воды пену.

Когда рисинки еще будут сохранять внутри некоторую твердость, откинуть рис на дуршлаг, промыть холодной кипяченой водой.

Затем выстлать дно и стенки казана казмагом (см. ниже) и положить на казмаг 1—1,5 стакана отваренного риса, перемешанного с половиной нормы топленого масла, разровняв эту смесь тонким слоем. Поверх засыпать остальной рис, положить на него оставшееся масло, плотно закрыть крышкой и томить на слабом огне примерно полчаса (до готовности риса).

Способ 3

В кипящую воду, взятую по объему вдвое больше, чем сухого риса, влить половину полагающегося по рецепту топленого масла, а затем засыпать подготовленный рис и варить на слабом огне без крышки до выпаривания воды с поверхности.

Затем полить оставшейся половиной топленого масла, плотно закрыть крышкой и держать на слабом огне до полной готовности риса.

Способ 4

Приготовить смесь из одной третьей части воды, а также и двух третьих частей молока и отварить в ней рис почти до готовности.

Откинуть рис на дуршлаг, промыть кипятком, переложить на перевернутое решето, покрытое бязью или бумагой, и дать обсушиться в течение 15 минут (можно поставить решето на газовую плиту, а внизу зажечь духовку и обсушить рис теплым воздухом).

Затем теплый рис переложить в глубокую посуду, выстланную казмагом, и сверху положить масло, дать постоять 5—7 минут под крышкой, чтобы масло впиталось.

Приготовление казмага

При перекладывании полусваренного риса из кастрюли в казан для дальнейшего доведения до готовности дно и стенки казана выстилают казмагом, то есть тонким слоем пресного теста.

Казмаг готовят точно так же, как тесто для лапши: раскатать пласт толщиной 1—1,5 мм и покрыть изнутри маслом, после чего на него положить рис.

В процессе приготовления риса казмаг не только предохраняет его от подгорания, но и превращается в хрустящую корочку, которую смазывают растопленным маслом, иногда посыпают корицей.

Состав казмага варьируется в зависимости от назначения.

Для мясных, яичных и рыбных пловов

1,5 стакана муки

1 яйцо

1 ст. л. воды

25 г топленого масла

0,5 ч. л. соли

Для молочных и сладких пловов

1,5 стакана муки

1 яйцо

1 ст. л. воды

25 г топленого масла

1 ч. л. сахара

1—2 ч. л. молотой корицы

Применение масла в пловах (в рисе)

В азербайджанских пловах к рису добавляется в основном топленое масло (сливочное) из расчета 100 г масла на 500 г сухого риса.

Следует учитывать, что масло, которым смазывают казмаг до и после приготовления, а также казан или кастрюлю для варки риса, не входит в этот расчет.

Поэтому общее количество масла, расходуемого на 500 г сухого риса, должно составлять в общей сложности 125—150 г.

Обработка риса после готовности

После готовности часть риса, обычно половину или треть, отделить и окрасить настоем шафрана в ярко-желтый цвет.

Для этого 1 ст. л. растопленного сливочного масла смешать с 1 ч. л. крутого кипятка и в эту смесь добавить настойку шафрана или щепотку сухой куркумы, а затем окрашенную масляную смесь перемешать в отдельной тарелке с рисом.

Окрашенный рис либо посыпать поверх белого риса симметричными полосами, либо равномерно перемешать с неокрашенным рисом.

Плов с бараниной, гранатом, алычой и изюмом

Для гара (основы):

750—1000 г молодой баранины (грудинки)

6—8 репчатых луковиц

2 граната

2—3 стакана свежей алычи

0,5 стакана изюма

Для риса:

1,5—2 стакана риса

100—150 г сливочного масла

1 ст. л. настоя шафрана

соль по вкусу

Рис приготовить способом 2.

Баранину нарезать небольшими кусочками с косточками, обжарить в собственном жире с добавлением 2 ст. л. сливочного масла в сковороде на большом огне, переложить все в казан с толстыми стенками. Добавить нарезанный крупными кубиками лук, сок граната, изюм, алычу, очищенную от косточек, полстакана кипятка и тушить на небольшом огне под крышкой 30—45 минут или выдержать в духовке.

К плову подать пряную зелень: зеленый лук, молодой чеснок, мяту, кресс.

На заметку!

Состав основной части плова можно видоизменить: либо оставить баранину обжариваться только с луком, чесноком и пряными травами, либо добавить к указанному составу обжаренную тыкву и каштаны.

Шешрянч-плов (плов «шести цветов»)

Для гара:

500 г репчатого лука
250 г зеленого лука
150—200 г сухого кизила
6—8 яиц
50 г подсолнечного или другого растительного масла
1—2 ч. л. сливочного масла
1 ч. л. черного перца
1 ст. л. свежей мяты (или 2 ч. л. сухой)
1 ст. л. свежего чабреца или эстрагона (или 2 ч. л. сухого)

Для риса:

500 г риса
150 г сливочного масла
1 ст. л. настоя шафрана
соль по вкусу

Отварить рис способом 1 или 2, пропитать его маслом, поставить греться.

Отделить белки от желтков, взбить белки, а желтки оставить целыми.

В казане, глубокой сковороде или широкой низкой кастрюле с выгнутым дном разогреть все растительное масло и 1—2 ст. л. сливочного, засыпать весь мелко нарезанный лук, обжарить его в течение 10 минут, добавить пюре из предварительно замоченного и протертого кизила, обжарить еще 5—7 минут почти до готовности лука. Затем уменьшить огонь до слабого, пропитать всю луково-кизильную массу (гара) несколько раз взбитым белком (намазывая его слоями на поверхность лука), начиная от краев казана до центра.

Сделать деревянной ложкой или толкушкой лунки в гара, вылить в эти лунки желтки, посыпать их и все блюдо предварительно подготовленной смесью измельченных пряностей, дать желткам слегка запечься (3—4 минуты).

Готовый рис выложить ровным слоем на широкое круглое блюдо, соответствующее по окружности величине сковороды, и на него осторожно, не размазывая, положить целиком гара, дав соскользнуть ему со сковороды с помощью больших широких ложек.

Едят шешрянч-плов, захватывая ложкой часть кисло-пряного гара и пресного риса.

Плов с цыпленком

Для гара:

1 цыпленок
1 стакан алычи (или сухого кизила)
0,5 стакана каштанов (или 1 крупная картофелина)
10—15 миндальных орешков
0,5—0,75 стакана гранатового сока
3 репчатые луковицы
1 головка чеснока с зеленью
1 ч. л. корицы
0,5 ч. л. черного или красного перца
0,5 ч. л. соли

Для риса:

1,5 стакана риса
100 г сливочного масла
1 щепотка шафрана

Рис отварить способом 1, 2 или 3, залить маслом с шафраном.

Каштаны отварить, затем слегка обжарить на масле с луком, алычой, рубленным миндалем, слегка посолить, добавить измельченный чеснок.

Цыпленка натереть изнутри смесью соли, корицы и перца, затем плотно начинить алычово-каштановой смесью, зашить и обжарить на вертеле, поливая гранатовым соком.

Готового цыпленка разделить на порции, начинку выложить отдельно, полить все гранатовым соком, отдельно подать рис.

К плову подать пряные травы: лук-порей, молодую зелень чеснока, кресс, эстрагон, мяту.

На заметку!

Этот плов можно видоизменить, обжаривая цыпленка, нарезанного кусочками, с тем же составом продуктов или упростить состав (лук, чеснок, чабрец, эстрагон), добавив в

конце приготовления смесь из взбитого яйца и сока лимона или граната.

Таджикские пловы

Таджикские пловы по технологии приготовления очень напоминают узбекские. Вместе с тем таджикские пловы имеют ряд особенностей, касающихся введения дополнительных компонентов, что придает им новые вкусовые оттенки.

Наиболее частыми дополнениями к обычному составу плова служат горох нут (предварительно замоченный за 10—12 часов), айва (нарезанная ломтиками или мелкими кубиками без кожуры), а также чеснок, закладываемый целыми головками. Эти дополнения обычно составляют примерно 250 г на каждый килограмм риса.

В Таджикистане часто делают плов угро, для которого вместо риса используют крупу угро, приготовленную из лапши.

Поскольку основные рецепты пловов совпадают, приведем рецепты пловов, которые отличаются от узбекских. Их главным образом тем, что вместо мяса используются также и фарши.

Душанбинский плов

Фарш для душанбинского плова:

500 г мяса

5—6 яиц

5—6 репчатых луковиц

2—3 ст. л. муки

2—3 головки чеснока

0,5 ч. л. красного перца

соль по вкусу

Приготовить фарш из мяса, лука, чеснока, измельченного и растертого с солью, и одного сырого яйца. Тщательно растереть фарш, дважды пропустить через мясорубку, посолить.

Остальные яйца сварить вкрутую.

Сформовать из фарша лепешки и завернуть в них (облепить ими) крутые яйца (целые или половинки), затем обвалять их в муке (лучше всего в рисовой) и обжарить в отдельной посуде в перекаленном масле

до полуготовности, то есть 2—3 минуты (до образования тонкой золотистой корочки).

Подготовленные таким образом яйца заложить в зирвак плова вместо мяса и далее продолжать приготовление плова по обычной узбекской технологии.

Плов по-таджикски

500 г баранины
160 г бараньего сала
400 г риса
6—7 шт. моркови
3 репчатые луковицы
зелень петрушки или кинзы
специи (зира, барбарис)
черный молотый перец
соль по вкусу

В сильно разогретом жире обжарить баранью кость до появления коричнево-красного цвета, добавить лук, шинкованный соломкой, и обжарить его.

Затем положить мясо, нарезанное кусочками по 20 г, и обжарить его до образования румяной корочки, добавить морковь, нашинкованную соломкой, заправить перцем, зирой, барбарисом и обжарить все вместе в течение 5—10 минут.

Обжаренные продукты залить водой, посолить, проварить на медленном огне, добавить предварительно замоченный в подсоленной воде рис, разровнять шумовкой и варить.

Количество воды для плова зависит от сорта риса: воды должно быть в полтора раза больше, чем риса.

Когда жидкость испарится, рис собрать горкой, плотно закрыть котел крышкой и на медленном огне довести плов до готовности (20—25 минут).

При подаче плов уложить горкой, сверху выложить мясо, посыпать рубленой зеленью. Отдельно подать салаты из овощей.

Крупка для плова угро

2,5 стакана пшеничной муки
100 г сливочного масла
1 яйцо
2 ст. л. воды

соль по вкусу

Замесить крутое эластичное тесто из муки, яйца и воды, накрыть его на полчаса влажным полотенцем, затем раскатать в тонкий пласт толщиной 1 мм, свернуть в рулет, нарезать тонкую лапшу толщиной 2 мм, дать ей слегка подсохнуть и затем измельчить в однородную крупку величиной с рисовое зерно.

Крупку слегка обжарить в отдельной посуде в перекаленном масле и переложить в зирвак плова лишь после того, как к нему добавлена вода, соль, пряности и он основательно прокипел вместе с ними. В таком зирваке должно быть достаточно масла (больше обычной нормы), так как в отличие от рисовых пловов к нему нельзя добавлять воду – угро распадется. Поэтому крупку угро доваривают только на жидкости зирвака.

В остальном руководствоваться приготовлением плова по обычной узбекской технологии.

Туркменский плов

Туркменский плов (аш) очень похож на узбекский. Из общего правила есть исключение – огурджалинский плов. Его рецепт здесь и приводится.

Огурджалинский плов (аш)

750 г баранины
4 репчатые луковицы
3—4 моркови
1,5 стакана риса
0,75—1 стакан кунжутного масла
1 ч. л. красного перца
2 ч. л. ажгона (семян)
1,5 стакана урюка
2 щепотки шафрана
по 2 ст. л. зелени петрушки и укропа
соль по вкусу

Обжарить баранину кусками по 50—60 г в перекаленном масле, добавить мелко нарезанный лук, морковь соломкой, как в обычный плов.

Через 20—25 минут вынуть мясо из зирвака, переложить его в кипяток, отварить до готовности, выложить в отдельную посуду, а навар вылить в котел с зирваком.

Засыпать рис и урюк, пряности (ажгон, перец, шафран), посолить и варить вначале с открытой крышкой до испарения воды, а затем 10—15 минут на слабом огне для подсушивания.

За 3—5 минут до готовности на рис сверху положить мясо, посыпать его зеленью петрушки и укропа, дать потомиться несколько минут.

Другие восточные пловы

Плов с курицей и черносливом

1 курица
1,5 стакана риса
2 репчатые луковицы
2 моркови
1 головка чеснока
10 шт. чернослива
1 ч. л. зиры (кумина)
1,5 ч. л. куркумы
по 1 пучку петрушки, кинзы и укропа
100 мл растительного масла
соль, перец по вкусу

Несколько раз промыть рис. Залить теплой водой, добавить щепотку соли и оставить минимум на час. Затем откинуть его на дуршлаг.

Чеснок разобрать на зубчики, очистить.

Чернослив вымыть, замочить на 15 минут в теплой кипяченой воде.

Зелень вымыть, обсушить и мелко нарезать.

Лук нарезать полукольцами, морковь — длинной тонкой соломкой.

Курицу вымыть, обсушить и нарезать небольшими кусочками, порубив косточки.

Приготовление зирвака:

В казане или кастрюле с толстым дном сильно, до появления дыма, разогреть растительное масло. Обжарить нарезанные овощи до золотистого цвета (4 минуты). Добавить зиру, куркуму, перец и немного соли.

Перемешать и готовить еще 5 минут. Положить куски курицы и готовить, пока на них не образуется золотистая корочка, примерно 7 минут.

Добавить нарубленную зелень, сверху ровным слоем выложить промытый рис, не смешивая его с овощами.

Влить в казан кипяток так, чтобы он покрыл рис слоем около 2 см. Воду вливать аккуратно, по стенке, чтобы не нарушить слой риса.

Воткнуть в рис зубчики чеснока и чернослив, уменьшить огонь до минимума и готовить без крышки до тех пор, пока не останется воды.

Затем накрыть крышкой и готовить еще 20 минут.

Снять плов с огня, аккуратно перемешать и выложить на блюдо.

Плов по-грузински

1 кг риса

4—6 яиц или 4—6 картофелин

400 г топленого или сливочного масла

соль по вкусу

Перебранный и тщательно промытый в теплой воде рис всыпать в кастрюлю с подсоленной кипящей водой и варить до полуготовности, затем откинуть на дуршлаг и несколько раз обдать холодной водой.

В казан положить часть сливочного или топленого масла и, когда оно разогреется, влить взбитые с солью яйца или положить в один слой нарезанный кружками картофель.

Через 3—5 минут в казан насыпать холмиком отварной рис, добавить остальное масло, плотно накрыть казан крышкой и поставить на слабый огонь. Варить около часа.

Подавать готовый плов на блюде. Поверх риса уложить яичницу или жареный картофель.

Плов можно залить сверху сладкой подливкой или вареньем, а нарезанную яичницу или жареный картофель разложить вокруг на блюде.

Плов с зарчавой (зарчава-палов)

1 кг риса
1 кг мяса
1,5 кг моркови
2 головки репчатого лука
500 г жира
1 пиала рассола (0,5 ч. л. соли)
25 горошин черного перца
зарчават на кончике ножа

Рис промыть 3—4 раза в холодной воде. Небольшое количество зарчавы развести в подсоленной горячей воде и добавить в рис, перемешать, при этом рис приобретет золотистый цвет.

Этот рис замочить в горячей воде на час.

В котле перекалить жир, обжарить в нем мясо, нарезанное большими кусками.

После этого положить лук, пережарить его, затем морковь, нарезанную крупной соломкой, залить сверху водой, добавить черный перец горошком и продолжать варить. Когда из моркови выйдет весь сок, помешать ее один раз, положить замоченный рис, разровнять.

Через несколько минут рис начнет вариться на пару морковного сока и зирвака. Рис время от времени нужно помешивать и разравнивать, пока он полностью не сварится. После этого плов проткнуть палочкой, выпустить пар и плотно закрыть котел крышкой. Готовый плов перемешать, мясо нарезать маленькими кусочками.

Плов переложить на блюдо, сверху разложить мясо и подать.

Зарчава-палов готовят главным образом на свадьбах или в праздники.

Сафаки-плов

1 кг риса
400 г мяса
400 г моркови
400 г репчатого лука
300 г жира

соль, специи по вкусу

Промыть рис 3—4 раза в холодной воде, положить в кастрюлю с соленой водой (воду и рис берут в равных количествах, то есть на 1 кг риса на 1 л воды; соли кладут 1 ч. л.), дать закипеть.

Рис переложить в мешочки и дать стечь воде. Очистить морковь и отварить ее в целом виде вместе с мясом.

Вареное мясо нарезать кусками, а морковь – соломкой, все перемешать, посолить и добавить немного молотого черного и красного перца.

В сильно раскаленном жире пережарить лук.

Когда лук подрумянится, вынуть его из котла и смешать с мясом и морковью.

Это блюдо подают отдельно.

В каждую тарелку положить сначала немного сваренного риса, полить его сильно разогретым жиром, уложить сверху мясо, морковь, лук и полить остальным жиром. К этому виду плова обычно подают овощной салат с добавлением вишни.

«Хитрый» плов

300 г свинины

200 г грибов

2 стакана риса

3 моркови

1 сладкий перец

2—3 помидора

1 репчатая луковица

сливочное масло для жарки

петрушка, укроп, чеснок, красный перец, черный перец, соль по вкусу

Мясо обжарить в сливочном масле на сковороде.

Добавить немного воды, можно томатной пасты и дать немного потушиться. В это время нарезать помидоры, лук, перец, натереть морковь, нарезать и добавить к мясу, дать немного потушиться.

Промыть рис и добавить его к мясу, приправить специями, солью, туда же добавить нарезанные грибы.

Накрыть крышкой и тушить до готовности. За 5 минут до готовности выдавить чеснок. В конце добавить нашинкованную зелень.

Плов сабза-каурма

1 кг баранины
600 г риса
1 кисть винограда
200 г топленого масла
3—4 репчатые луковицы
зелень кинзы, укропа
шафран, черный молотый перец, соль по вкусу

Мякоть баранины нарезать кусочками по 35—40 г, посолить, поперчить и обжарить в масле на раскаленной сковороде.

Затем добавить сок несозревшего винограда, пассерованный лук, шафран и зелень.

Тушить в небольшом количестве бульона до готовности.

Из риса отдельно приготовить откидной плов, часть окрасить настоем шафрана. При подаче на тарелку горкой положить рис, сверху посыпать луком, шафраном, сбоку уложить мясо, полить маслом и посыпать корицей.

Плов с долмой

Для долмы:

350 г мяса
4—5 репчатых луковиц
0,5 ч. л. черного молотого перца и зиры
25—30 виноградных листьев
соль по вкусу

Для плова:

1 кг риса
350 г мяса
250 г жира
4 моркови
2—3 репчатые луковицы

по 1 ч. л. зиры и красного молотого перца
соль по вкусу

Мясо, предназначенное для плова, разделить на две части: одну нарезать для поджаривания, из другой вместе с луком приготовить фарш.

Выбрать молодые листья винограда, промыть в холодной воде. Разложить на каждый лист по 1 ч. л. приготовленного фарша, сделать маленькие голубцы – долма, нанизать их иглой на нитку, положить в отдельную посуду с водой, прокипятить.

В дальнейшем плов готовят, как обычно. Перед закладкой риса в мясо с морковью и луком, положить долму и варить вместе с рисом.

Готовый плов переложить на блюдо. Сверху должна быть долма.

Плов с куриными окорочками

2 стакана риса
2 крупных куриных окорочка
1 стакан бульона или горячей воды
2 репчатые луковицы
2 моркови
соль, перец, сахар по вкусу
растительное масло для жарки

Разрезать окорочка на 2 части (по суставу), посыпать солью, перцем, сахаром (обязательно), положить на чистую, хорошо разогретую сковороду и, не давая мясу прилипнуть ко дну, переворачивая, жарить 8 минут.

Затем положить жир, одну нарезанную луковицу и жарить еще 4 минуты. Долить бульон (горячую воду), прокипятить все вместе еще 3 минуты. Одновременно на огонь поставить плов.

Для этого в казанок налить масло, прокалить его, облить им стенки и последовательно уложить лук, нарезанный полукольцами, морковь, помытый и хорошо процеженный рис.

Залить плов горячей водой, подсолить и поперчить. Воды должно быть в два раза больше по объему, чем риса. Закрыть казанок крышкой и поставить на хороший огонь на 15 минут. За 5 минут до конца положить окорочка с подливкой в плов и аккуратно перемешать.

Бакинский плов с сухофруктами

3 стакана длиннозернистого риса (басмати)
1 курица
2 большие репчатые луковицы
2 яйца
250 г топленого масла
500 г сухофруктов (курага, изюм, чернослив, инжир)
по 1 ст. л. семян зиры и барбариса
соль по вкусу

Рис тщательно промыть и обсушить. Вскипятить 2 л воды, добавить 2 ч. л. соли, всыпать рис и варить его 7—10 минут, пока он не станет чуть мягким. Откинуть рис на дуршлаг. Казан или толстостенную кастрюлю смазать топленым маслом.

Яйца взбить и вылить в казан. Туда же выложить слоями рис, каждый слой поливая топленым маслом.

Накрыть казан крышкой и поставить на очень маленький огонь на 20—25 минут, пока внизу не образуется хрустящая яичная корочка.

Снять казан с огня и укутать в одеяло.

Сухофрукты вымыть, высушить и обжаривать 5 минут в 3 ст. л. топленого масла. Залить 1,5 стакана кипятка и тушить на среднем огне до мягкости (в сковороде должна оставаться фруктовая подливка).

Курицу нарезать порционными кусками и обжаривать в оставшемся масле вместе с мелко нарезанным луком до готовности.

При подаче выложить рис горкой на подогретое блюдо, поместив сверху разломанную яичную корку и куски курицы с луком.

Сухофрукты можно подать отдельно.

Сладкий плов по-индийски

2 стакана риса
80 г растительного масла
2 ст. л. измельченных орехов
по 100 г кураги и чернослива
кардамон, гвоздика, корица, шафран, соль, сахар по вкусу

В казане раскалить растительное или топленое масло, всыпать рис и слегка обжарить. Положить сухофрукты – курагу и чернослив.

Добавить специи – кардамон, гвоздику, корицу, шафран, а также соль и сахар по вкусу.

Жарить еще 5—7 минут, помешивая время от времени. Залить все водой так, чтобы она превышала уровень риса на 2—3 см.

Довести до кипения и варить на сильном огне, пока уровень воды не сравняется с уровнем риса. Прикрыть крышкой и томить на слабом огне до полной готовности. Выложить плов горкой на блюдо.

Сверху посыпать измельченными орехами.

Плов по-крестьянски

100 г риса

40 г сливочного масла

200 мл бульона

соль по вкусу

Перебранный рис залить теплой водой (8 стаканов). Через 25—30 минут откинуть на дуршлаг; когда вода стечет, обжарить рис в кастрюле на масле 2—3 минуты и залить горячим бульоном.

Довести до кипения, сразу закрыть крышкой и поставить в духовку на 15—18 минут. Вынуть казан из духовки, перемешать рис веселкой и добавить немного масла, чтобы крупа не подсохла и не слиплась, посолить.

Подать рис горячим как гарнир к мясу, птице. Можно также подать этот рис на десерт, посыпав его сахарной пудрой.

Плов по-казахски

600 г баранины

3 ст. л. топленого жира

3 репчатые луковицы

5—6 шт. крупной моркови

1 стакан риса

1 стакан сухого урюка или яблок

соль и перец по вкусу

В хорошо разогретый в казане жир положить нарезанный кольцами лук и обжаривать до золотистого цвета.

Мясо, нарезанное крупными кусками, вместе с луком обжаривать до образования румяной корочки.

Затем добавить нарезанную соломкой морковь, посолить, поперчить и жарить все до полуготовности.

Хорошо промытым рисом покрыть содержимое казана и залить водой из соотношения: 1 порция риса – 1,5 порции воды.

Довести плов до кипения, прокалывая его в нескольких местах, чтобы лучше впитался жир.

Сверху выложить мелко нарезанный урюк или сушеные яблоки и тушить, не перемешивая, на медленном огне в течение часа.

Казан с готовым пловом укутать и дать постоять 10—15 минут, после чего плов хорошо перемешать и, выложив на блюдо, подать.

Плов с лимоном

300 г баранины

200 г моркови

200 г риса

70 г бараньего сала

2 репчатые луковицы

0,5 лимона

красный молотый перец и соль по вкусу

Сало перекалить, добавить измельченный лук и обжаривать его в течение 3 минут, после чего положить куски мяса и обжарить их до золотистого цвета.

Добавить нарезанную соломкой морковь, соль, перец и жарить до готовности.

В керамические горшочки положить очищенные от кожуры кружки лимона, мясо, жареные овощи, рис, влить немного воды и поставить в духовку, разогретую до 200 ° С, на 25 минут.

Плов традиционный

500 г баранины

200 г риса

200 г моркови
50 г бараньего жира
20 г гороха
4 репчатые луковицы
0,25 ч. л. зиры
соль и черный молотый перец по вкусу
Горох и рис замочить в холодной подсоленной воде на 2 часа.

Мясо нарезать ломтиками по 10—20 г и обжарить в казане на жире до образования румяной корочки, после чего добавить нарезанные соломкой морковь и лук и жарить все в течение 5 минут.

Затем влить воду в количестве, равном весу набухших в воде гороха и риса; положить рис, горох, перец, зиру и варить до испарения воды.

Потом закрыть казан крышкой и варить плов в течение 20 минут.

Подать к столу, уложив горкой на блюдо.

Плов праздничный

300 г риса
200 г баранины
200 г говядины
200 г бараньих ребер
100 г топленого курдючного сала
50 г гороха
50 г ревеня
3 помидора
2—3 плода алычи
2 репчатые луковицы
1 болгарский перец
1 пучок зеленого лука
0,5 ч. л. черного молотого перца
0,25 ч. л. молотого кориандра
соль по вкусу

Бараньи ребра обжарить в 50 г топленого сала до образования золотистой корочки, оставшийся от жаренья жир перелить в казан.

Туда же положить предварительно замоченный рис, соль, черный перец и кориандр.

Рис залить 0,5—0,6 л воды и тушить до готовности.

Нарезанное порционными кусками мясо обжарить в оставшемся топленом сале до образования золотистой корочки. Добавить нарезанные полукольцами лук и болгарский перец, очищенный от кожицы помидор и тушить в течение 5—7 минут.

Затем положить предварительно замоченный горох, влить 2—2,5 стакана воды и варить 35—40 минут, после чего добавить нарезанный кубиками ревен, половинки алычи (без косточек) и довести до готовности.

Рис уложить горкой на блюдо, сверху поместить готовое мясо, горох и овощи, полить оставшимся от тушения мяса соусом, посыпать измельченным зеленым луком и украсить фигурно нарезанными помидорами.

Плов с хасибом

300 г хасиба
250 г риса
200 г моркови
2 репчатые луковицы
100 г говяжьего жира
соль и черный молотый перец по вкусу

В разогретом жире обжарить нарезанную соломкой морковь и нашинкованный лук.

Затем посолить, поперчить, влить небольшое количество воды и тушить 5 минут.

Положить предварительно замоченный рис, влить 0,5 л воды и варить до ее испарения, после чего положить в плов готовый хасиб (баранья колбаса с ливером).

Довести плов до готовности на слабом огне, затем подать к столу, положив рис горкой на блюдо.

По краям блюда разложить нарезанный порционными кусками хасиб.

Плов с курагой

400 г риса
100 мл растительного масла
50 г кураги
4 моркови
3 репчатые луковицы
соль по вкусу

Лук обжарить в растительном масле, добавить нарезанную соломкой морковь, влить немного воды и тушить 3 минуты.

Положить курагу, тушить 5 минут, добавить соль, рис, воду и варить до размягчения риса.

Затем собрать плов к середине котла горкой, сделать до дна котла лунки и через 10 минут снять плов с огня.

Оставить плов на 20 минут под крышкой, затем перемешать и выложить горкой на блюдо.

Плов с фрикадельками

400 г риса
400 г моркови
200 г говядины
100 г говяжьего жира
4 репчатые луковицы
1 яйцо
соль и черный молотый перец по вкусу

Мясо пропустить через мясорубку, добавить 2 рубленые луковицы, соль, перец, яйцо и перемешать. Из фарша сформовать фрикадельки.

Оставшийся лук обжарить в говяжьем жире, добавить нарезанную соломкой морковь, влить воду, положить фрикадельки и тушить на медленном огне в течение 15 минут, после чего добавить рис, воду и варить до готовности риса.

Оставить плов упревать на 30 минут, затем выложить горкой на блюдо и подать к столу.

Плов из замоченного риса

100 г баранины
2 ст. л. жира
1 морковь
1 репчатая луковица
1 стакан риса
соль по вкусу

В кастрюлю с растопленным жиром поместить нарубленное кусочками мясо, нашинкованный кольцами лук, нарезанную соломкой морковь и обжарить.

Затем ингредиенты залить 2 стаканами воды и тушить 1 час.

В полученную смесь добавить рис, воду, соль и варить 30 минут.

Плов из жирной баранины

400 г жирной баранины
200 г сала

3 стакана риса
3 репчатые луковицы
3 моркови
0,5 стакана мясного бульона
черный молотый перец и соль по вкусу

Мясо нарезать кусками, посолить, обжарить на растопленном сале, добавить тертый лук, нарезанную соломкой морковь, перец и жарить в течение 10 минут.

Затем влить 6 стаканов воды, положить рис и варить до испарения жидкости, после чего добавить мясной бульон и тушить на слабом огне в течение 20 минут.

Готовый плов выложить горкой на блюдо и подать к столу.

Плов с рыбой и чесноком

100 г филе речной рыбы
4 дольки чеснока
2 ст. л. растительного масла
1 морковь
1 репчатая луковица
1 стакан риса
1 ч. л. черного молотого перца
соль по вкусу

Филе рыбы мариновать 2 часа, посыпав солью, перцем, добавив нарезанный кружками лук и толченый чеснок, затем обжарить в разогретом растительном масле.

Нашинкованную соломкой морковь выложить на обжаренные кусочки рыбы, залить водой и тушить 25 минут, после чего добавить рис и готовить плов 20 минут.

Плов с изюмом

500 г риса
500 г моркови
120 г бараньего жира
100 г изюма (без косточек)

2 репчатые луковицы
соль по вкусу

Лук нашинковать, положить в кастрюлю и обжарить в жире, добавить нарезанную соломкой морковь, влить немного воды и тушить в течение 5 минут.

Затем положить рис, влить 1 л воды, варить 10 минут на среднем огне, после чего добавить изюм, соль и довести до готовности на слабом огне.

Оставить плов упревать на 20 минут, затем выложить горкой на блюдо и подать к столу.

Плов с пряностями

200 г баранины
50 г жира
3 моркови
2 репчатые луковицы
2 стакана риса
2 дольки чеснока
1 лавровый лист
1 веточка чабреца
1 веточка розмарина
0,5 пучка петрушки
0,5 лимона
0,5 ч. л. семян укропа
0,25 ч. л. красного молотого перца
черный молотый перец и соль по вкусу

Баранину нарезать небольшими кусками, уложить в кастрюлю и обжарить в разогретом жире до образования корочки золотистого цвета, добавить нарезанный кольцами лук, тертую морковь, веточки розмарина и чабреца, лавровый лист, влить 1 стакан воды и тушить на слабом огне в течение 20—25 минут.

Затем вынуть розмарин, чабрец, лавровый лист и добавить в смесь соль, черный, красный перец и семена укропа.

Влить в кастрюлю 4 стакана воды, довести до кипения, положить промытый рис и варить 25—30 минут. Затем добавить толченый

чеснок, накрыть кастрюлю крышкой и оставить на 20 минут.

Готовый плов перемешать, выложить горкой на блюдо, украсить измельченной зеленью петрушки, дольками лимона и подать к столу.

Плов луковый

300 г мясного фарша
70 г топленого масла
30 г бараньего сала
6 репчатых луковиц
3 моркови
2 стакана риса
1 сваренное вкрутую яйцо
1 пучок зелени петрушки
1 ч. л. барбариса
1 ч. л. 3 %-го уксуса
1 долька чеснока
0,5 пучка зелени кинзы
0,5 граната
черный молотый перец и соль по вкусу

В мясной фарш добавить соль, перец, толченый чеснок и 2 тертые луковицы.

Фарш перемешать и разделить на небольшие лепешки.

На середину каждой лепешки положить начинку из смеси рубленого яйца и измельченной зелени петрушки.

Края лепешек защипнуть, положить в кастрюлю.

Положить изделия в кастрюлю и обжарить в топленом масле с обеих сторон.

На бараньем сале обжарить 2 нашинкованные луковицы и нарезанную соломкой морковь, положить в кастрюлю к мясным лепешкам.

Влить 4 стакана воды, довести до кипения и добавить предварительно замоченный рис. Через 5 минут положить барбарис и варить на слабом огне до готовности. Затем аккуратно достать мясные лепешки, а рис оставить на 30 минут под крышкой.

Оставшийся лук нарезать кольцами, сбрызнуть уксусом и оставить на 10 минут. Рис выложить горкой на блюдо, посыпать измельченной

зеленью кинзы, сверху поместить мясные лепешки.

По краям блюда разложить кольца лука и зерна граната.

Плов по-шадыбекски

400 г риса
300 г баранины
100 г бараньего жира
3—4 моркови
3—4 репчатые луковицы
3—4 айвы
соль и черный молотый перец по вкусу

Мясо нарезать ломтиками, морковь и айву – кубиками, лук – кольцами.

Бараний жир растопить в кастрюле, обжарить в нем лук до темно-коричневого цвета, добавить мясо и обжарить его до золотистого цвета.

Затем положить морковь, обжарить в течение 5 минут, после чего добавить соль, перец, немного воды и тушить в течение 1 часа.

Айву смешать с рисом и уложить ровным слоем в кастрюлю, влить 0,8 л воды и варить до ее полного испарения.

Накрыть кастрюлю с рисом крышкой и оставить на 20 минут.

Готовый рис с айвой и мясо с морковью и луком смешать и выложить горкой на блюдо.

Плов с мясом курицы

400 г риса
200 г мяса курицы
200 г моркови
3 репчатые луковицы
100 мл оливкового масла
соль и черный молотый перец по вкусу

Мясо курицы нарубить порционными кусками, посолить, затем обжарить в оливковом масле вместе с мелко нарезанным луком до золотистого цвета.

Добавить нарезанную соломкой морковь, соль, перец, влить немного воды, варить в течение 50 минут на медленном огне, затем добавить воду, рис и варить до готовности.

Оставить плов упревать на 30 минут, затем выложить горкой на блюдо и подать к столу.

Плов слоеный

200 г баранины
50 г топленого масла
50 г курдючного сала
2 моркови
1 ст. л. сливочного масла
1 репчатая луковица
1 стакан риса
1 пучок петрушки
черный молотый перец и соль по вкусу

Рис отварить в подсоленной воде, после чего откинуть на дуршлаг.

Морковь промыть, нарезать соломкой и обжарить с нашинкованным луком в топленом масле. Мясо пропустить через мясорубку, добавить в фарш соль, перец, перемешать, сформовать из него маленькие фрикадельки и жарить их на растопленном сале до готовности. На большое блюдо выложить рис, полить его растопленным сливочным маслом, сверху положить фрикадельки, затем – морковь и лук. Украсить плов веточками петрушки.

Плов с изюмом и черносливом

200 г баранины
200 г риса
200 г изюма
100 г чернослива
50 г бараньего сала
1 морковь
1 репчатая луковица
соль по вкусу
Мелко нарезанные лук и морковь обжарить на сале.

Баранину нарезать кусками, посолить, залить 0,5—0,7 л воды и отварить. Затем положить рис, обжаренные морковь и лук,

предварительно замоченные изюм и чернослив. Варить до испарения жидкости, затем оставить упревать на 30 минут.

Готовый плов выложить горкой на блюдо и подать к столу.

Плов из говядины с укропом

200 г говядины
60 г бараньего сала
2 моркови
2 стакана риса
2 репчатые луковицы
2 пучка укропа
черный молотый перец и соль по вкусу

Сало нарезать кубиками, добавить нарезанное кусочками мясо, нашинкованный лук, тертую морковь и 1 пучок измельченной зелени укропа. Обжаривать в течение 15—20 минут, затем положить рис, влить 0,5 стакана воды и тушить 10 минут, после чего добавить 4 стакана воды, соль, перец и варить до готовности.

Оставить плов упревать на 20 минут, затем выложить горкой на блюдо и украсить веточками укропа.

Плов по-татарски

200 г баранины
100 г моркови
100 г репчатого лука
50 г бараньего жира
1 стакан риса
0,5 стакана гороха
0,5 ч. л. черного молотого перца
соль и красный молотый перец по вкусу

Нарезанную кусками баранину обжарить в растопленном жире, добавить измельченный лук, нарезанную соломкой морковь, влить 0,5 стакана воды и тушить на среднем огне в течение 5—7 минут. Затем добавить предварительно замоченный горох, соль, красный и черный

перец, влить 1 стакан воды и варить 25 минут, после чего положить рис, добавить 2 стакана воды и варить 15—20 минут.

Оставить плов упревать на 30 минут, затем выложить горкой на блюдо и подать к столу.

Плов с томатной пастой

200 г баранины

40 г топленого масла

2 ст. л. томатной пасты

2 моркови

1 репчатая луковица

1 стакан риса

черный молотый перец и соль по вкусу

Мясо нарезать небольшими кусочками, посолить, поперчить, выложить в кастрюлю и обжарить в топленом масле до образования золотистой корочки.

Затем добавить нарезанный кольцами лук, тертую морковь, влить немного воды, положить томатную пасту и тушить в течение 15 минут на слабом огне.

Влить в кастрюлю 2—2,5 стакана воды, положить рис и варить до готовности.

Оставить плов упревать на 20 минут, после чего выложить горкой на блюдо и подать к столу.

Плов с барбарисом

300 г баранины

250 г сала

50 г барбариса

4 стакана риса

2 репчатые луковицы

3 айвы

3 моркови

соль и красный молотый перец по вкусу

Лук нарезать кольцами и обжарить в растопленном сале. Затем положить нарезанную порционными кусками баранину, обжаривать в течение 10 минут, после чего добавить нарезанную соломкой морковь и разрезанную пополам айву.

Влить в казан 5 стаканов воды, положить барбарис, соль, перец и тушить в течение 40 минут.

Затем добавить промытый рис, влить воду и варить до испарения жидкости.

Накрыть казан крышкой и оставить на 30 минут.

Готовый плов перемешать, выложить горкой на широкое блюдо и подать к столу.

Сладкие пловы

Плов с айвой и яблоками

2 стакана риса

4 яблока

1 айва

4 ст. л. топленого масла

изюм, албухара (сушеная желтая слива), курага, миндаль по вкусу

соль по вкусу

Промытый рис залить на 30—40 минут соленой водой. Набухшую крупу засыпать в подсоленную кипящую воду и варить до тех пор, пока крупинки риса снаружи не станут мягкими, а внутри сохранят некоторую упругость.

После этого рис откинуть на металлическое сито, полить горячей водой и дать ей стечь.

В глубоком казане растопить масло, положить часть риса, осторожно перемешать, засыпать оставшийся рис, полить разогретым маслом, закрыть крышкой и поставить на слабый огонь на 40—45 минут.

Готовый плов горкой выложить на блюдо, вокруг уложить по 2 печеных и свежих яблока и айву. Украсить обжаренными в масле изюмом, албухарой и курагой, а также очищенным и подсушенным миндалем.

Плов с курагой и барбарисом

500 г баранины (мякоть)

500 г риса (лучше рис девзира, но можно любой длиннозернистый)

200 г курдючного сала (или растительного масла)

400 г моркови

2—3 репчатые луковицы

300 г кураги, специи для плова (острый красный перец, сушеный барбарис, семена кориандра, зира)

соль по вкусу

Мясо нарезать кубиками (2×2 см). Лук нарезать тонкими полукольцами, морковь – соломкой.

Курдючное сало нарезать маленькими кубиками (1×1 см).

Рис промыть в холодной воде, пока вода не будет прозрачной.

Затем рис залить водой, добавить щепотку соли и оставить на несколько часов.

Казан прогреть, добавить сало, уменьшить огонь до среднего и вытапливать жир, без помешивания. Удалить образовавшиеся шкварки и увеличить огонь. Добавить лук и обжарить до коричневатого цвета (до хруста).

Положить мясо и обжаривать до образования корочки.

Добавить морковь и жарить, не смешивая, около 3 минут, после чего перемешать и жарить, помешивая, еще не менее 10 минут.

В ступке немного потолочь семена кориандра и зиры и засыпать в казан вместе с солью, красным перцем и барбарисом. Добавить воды (примерно 2 стакана), уменьшить огонь и готовить 30—40 минут. Добавить курагу.

Слить с риса воду, выложить ровным слоем поверх мяса с овощами (не смешивать).

Влить кипяток, чтобы покрыть рис слоем толщиной около 3 см. Накрыть крышкой на 5 минут, после чего крышку снять, уменьшить огонь и готовить до тех пор, пока рис не станет рассыпчатым.

Если вода выкипит, а рис еще останется жестким внутри, то сделать в рисе небольшое отверстие и влить 50 мл воды.

Когда вся вода выкипит, накрыть рис салфеткой, а сверху крышкой и оставить на плите, предварительно выключив огонь, на 20—30 минут.

Готовый плов выложить на тарелку, украсив сверху кусочками мяса и курагой.

Плов сладкий медовый

500 г баранины

800 г риса

500 г моркови

2 репчатые луковицы

300 г жира

красный молотый перец, соль по вкусу

Для сладкой подливки:

150 г изюма

150 г меда

4 ст. л. сливочного или топленого масла

Мякоть баранины нарезать небольшими кусочками, выложить на сильно разогретую сковороду с жиром, обжарить до образования корочки, положить морковь и репчатый лук, нашинкованные мелкой соломкой. Пожарить еще несколько минут и выложить все в казан, после чего залить горячей водой (6 ст. л.), добавить соль, перец и довести до кипения.

Затем всыпать тщательно перебранный и промытый рис, разровнять поверхность. Когда рис впитает жидкость, сделать на поверхности несколько углублений и влить 1—2 ст. л. кипятка. Казан закрыть крышкой, убавить огонь и варить до готовности приблизительно 20—25 минут.

Выложить рис на блюдо, сверху положить мясо, посыпать репчатым луком. Перед подачей на стол готовый плов залить сладкой подливкой.

Подливку приготовить, смешав мед с горячей водой (равными долями), положить промытый изюм, масло и все вместе кипятить 10 минут.

Плов фруктовый

1,5 стакана риса

100 г топленого масла

1 ст. л. настоя шафрана

200 г кураги

200 г изюма

2—3 персика

1 стакан свежей алычи

100 г очищенного миндаля

1—2 ст. л. сливочного масла

Для сиропа:

2 ст. л. сахара

2 ст. л. меда

0,5 стакана гранатового сока

1 ч. л. корицы

2 гвоздики

В большом количестве слегка подсоленного кипятка отварить до полуготовности рис.

Откинуть рис на дуршлаг, промыть холодной кипяченой водой.

Положить в казан (или эмалированную кастрюлю) тонкий слой теста (казмаг), 0,5 стакана отваренного риса, перемешанного с 50 г топленого масла.

Эту смесь разровнять тонким слоем, сверху засыпать остальной рис, положить на него оставшееся масло, плотно закрыть крышкой и томить на слабом огне примерно полчаса, доведя рис до полной готовности.

Фрукты и орехи обжарить в глубокой сковороде на сливочном масле. Отдельно сварить в эмалированном сотейнике сахарно-медовый сироп с соком граната, в конце варки добавить пряности, положить туда поджаренные фрукты и слегка уварить.

Блюдо оформить в виде пяти сегментов, состоящих из риса и фруктов.

Шашлык

Шашлык по-казахски

500 г баранины (корейка)
2 репчатые луковицы
1 лимон
1 ст. л. бараньего жира
1 веточка тархуна
0,5 пучка зелени кинзы
0,5 ч. л. красного молотого перца
соль по вкусу

Баранью корейку нарубить кусками весом по 30—40 г, посолить, поперчить, сбрызнуть лимонным соком, добавить нарезанный кольцами лук, лимонную цедру, перемешать и оставить в прохладном месте на 6—8 часов.

Затем мясо и кольца лука нанизать на шампуры и обжарить над раскаленными углями, периодически смазывая бараньим жиром и поливая маринадом.

Подать к столу, посыпав мелко нарезанной зеленью кинзы и тархуна.

Шашлык из утки

400 г мякоти утки
3 репчатые луковицы
2 ч. л. 3 %-го уксуса
0,25 ч. л. красного молотого перца
соль по вкусу

Мякоть утки нарезать кусочками по 20—30 г, посолить, поперчить, сбрызнуть уксусом, добавить нарезанный кольцами лук и мариновать в течение 3 часов.

Затем нанизать кусочки мяса и кольца лука на шампуры и обжарить над углями. Подать к столу, сбрызнув уксусом.

Шашлык из бараньей печени по-таджикски

200 г бараньей печени
200 г сыра
150 г бараньего сала
100 г панировочных сухарей
30 г муки
2 яйца
1 ч. л. молока
соль и красный молотый перец по вкусу

Печень и сыр нарезать кубиками, сало – тонкими ломтиками. Кусочки печени нанизать на шампуры, чередуя с ломтиками сала и кусочками сыра, посолить, поперчить, залить взбитыми с мукой и молоком яйцами.

Посыпать шашлык панировочными сухарями и обжарить над углями.

Шашлык в кастрюле

400 г баранины
1 гранат
100 г репчатого лука
50 г бараньего топленого сала

соль, перец

Баранину нарезать кусками по 40 г, обжарить до готовности на сковороде, посолить, поперчить и припустить в закрытой посуде.

При подаче на стол посыпать сырым рубленым луком и полить соком граната.

Шашлык в казане по-узбекски

1 кг баранины

3 репчатые луковицы

100 г укропа или кинзы

красный стручковый перец или 10 г красного молотого перца

соль по вкусу

Баранину нарезать небольшими кусочками, посолить. Репчатый лук нарезать кольцами и перемешать с мелко нарезанным укропом или кинзой.

В казан уложить слоями мясо и луково-укропную смесь так, чтобы вся закладка помещалась не ниже середины казана или не достигала его верха на два пальца. В предпоследний слой сверху положить стручок красного перца, разрезанный вдоль пополам, или посыпать красным молотым перцем. Казан плотно закрыть и поставить на очень слабый огонь примерно на 3 часа. Подавать с маринованным луком.

Шашлык из баранины по-охотничьи

1 кг баранины

4 головки репчатого лука

400 г помидоров

200 г зеленого лука

1 лимон

2 ст. л. уксуса

2 ст. л. топленого масла

черный молотый перец, соль по вкусу

Баранину (почечную часть или мякоть задней ноги) нарезать небольшими кусками, сложить в посуду, посолить, посыпать молотым

перцем, добавить мелко нарезанный лук, уксус или 1 ч. л. лимонного сока и перемешать. Посуду накрыть крышкой и на 2—3 часа вынести в холодное место, чтобы баранина промариновалась.

Перед жарением замаринованные куски баранины надеть на металлический вертел поочередно с луком, нарезанным ломтиками. Жарить шашлык надо над горящими без пламени углями примерно 15—20 минут, поворачивая вертел, чтобы баранина прожарилась равномерно.

Готовый шашлык снять с вертела, полить маслом и гарнировать зеленым луком, помидорами, нарезанными дольками, и кусочками лимона.

Шашлык праздничный

500 г баранины
10 ягод свежего барбариса
4 ст. л. 3 %-го уксуса
2 репчатые луковицы
2 пучка зеленого лука
1 ст. л. сливочного масла
1 ч. л. черного молотого перца
0,5 пучка зелени петрушки
соль по вкусу

Баранину нарезать кубиками весом по 30—40 г, положить в эмалированную посуду, посолить, поперчить, добавить тертый лук, измельченную зелень петрушки, уксус, перемешать и оставить в прохладном месте на 4 часа.

Затем нанизать куски мяса на шампуры, смазать сливочным маслом и жарить над раскаленными углями.

Готовый шашлык уложить на блюдо, посыпать рубленым зеленым луком и украсить ягодами барбариса.

Шашлык из цыпленка

1 цыпленок весом 300—350 г
2 репчатые луковицы
1 ст. л. 3 %-го уксуса

1 пучок зелени кинзы
0,5 ч. л. черного молотого перца
0,25 ч. л. молотого шафрана
соль по вкусу

Обработанную тушку цыпленка разрубить на порционные куски, посолить, поперчить, посыпать шафраном, добавить кольца лука, сбрызнуть уксусом и мариновать в течение 5—6 часов.

Затем нанизать куски мяса и кольца лука на шампуры и обжарить над углями.

Подать к столу, сбрызнув уксусом и посыпав мелко нарезанной зеленью кинзы.

Шашлык по-карски из баранины и бараньих почек

1 кг баранины
2 репчатые луковицы
4 бараньи почки
4 помидора
50 г бараньего сала
0,5 лимона
зелень петрушки, черный молотый перец, соль

Куски баранины нарезать кубиками по 30—40 г, посолить, посыпать перцем, мелко нарезанным или натертым на терке репчатым луком и зеленью петрушки, смочить уксусом или лимонным соком, перемешать, уложить в посуду, которая не окисляется, и поставить на холод на 4—6 часов.

Маринованное мясо надеть на шпажку, с одного конца насадить очищенную от пленки баранью почку, а с другого – средний помидор.

Смазать мясо топленным бараньим салом и жарить над углями или в электрогриле.

При подаче жареный шашлык, почку и помидор снять со шпажки, уложить на блюдо и гарнировать кольцами сырого репчатого лука, дольками лимона, зеленым луком и зеленью петрушки. Отдельно подать острый соус и свежий или сушеный молотый барбарис.

Шашлык на пару

1 кг баранины
400 г репчатого лука
100 мл виноградного уксуса
лавровый лист
черный молотый перец, соль

Молодую баранину (окорок, грудинку) нарезать ломтиками, ребра порубить небольшими кусочками, все перемешать в эмалированной посуде с мелко нарезанным репчатым луком, уксусом, лавровым листом, черным молотым перцем, солью, оставить на 6—12 часов (или даже на сутки) в холодном месте.

Поставить посуду в котел, наполненный горячей водой, причем уровень воды не должен достигать края посуды на два пальца.

Котел плотно закрыть и поставить на 2—3 часа на умеренный огонь. При этом необходимо следить, чтобы вода не выкипела раньше, чем шашлык будет готов.

Шашлык из молодой баранины с грибами по-охотничьи

1 кг баранины
500 г свежих грибов
250 г сладкого стручкового перца
100 мл растительного масла
черный молотый перец, соль по вкусу

Баранину нарезать кусочками, посолить, посыпать черным молотым перцем. Свежие грибы разрезать пополам, посолить. Сладкий стручковый перец нарезать кольцами.

Все продукты нанизать, чередуя, на вертел. Подготовленный шашлык смазать маслом и жарить на раскаленных углях, поворачивая время от времени вертел.

На салфетку положить листья бука, на них – готовый шашлык и завернуть на 5—6 минут в салфетку, чтобы шашлык немного обмяк.

Шашлык из телятины с соком грейпфрута

1 кг телятины
2 грейпфрута
1 сладкий желтый перец
1 крупное яблоко
1 сладкий красный перец
1 репчатая луковица
перец, соль по вкусу

Телятину (лучше ребрышки или грудинку) нарезать на куски, добавить сок одного грейпфрута, поперчить и поставить на холод на ночь. Солить мясо не нужно.

Желтый и красный перец, лук, яблоко и грейпфрут нарезать крупными ломтиками, насадить на шампуры.

Отдельно подготовить шампуры с мясом, насаживая телятину свободно таким образом, чтобы кусочки мяса не спрессовывались и обжаривались со всех сторон.

Шампуры с фруктами и овощами полить растительным маслом. Все зажарить.

Мясо посолить перед подачей на стол.

Подавать шампур с мясом и шампур с овощами и фруктами.

Шашлык в казане

1 кг баранины

3 репчатые луковицы

100 г укропа или кинзы

1 красный стручковый перец или 10 г красного молотого перца

соль по вкусу

Баранину нарезать небольшими кусочками, посолить.

Репчатый лук нарезать кольцами и перемешать с мелко нарезанным укропом или кинзой.

В казанок уложить слоями мясо и луково-укропную смесь так, чтобы вся закладка помещалась не ниже середины казана или не достигала его верха на два пальца.

В предпоследний слой сверху положить стручок красного перца, разрезанный вдоль пополам, или посыпать красным молотым перцем.

Казанок плотно закрыть и поставить на очень слабый огонь примерно на 3 часа.

Подавать с маринованным луком.

Кебаб из молодой баранины

1 кг молодой баранины

пряная зелень

репчатый лук, перец, соль по вкусу

Молодую баранину разрубить на кусочки с косточками и хрящами, мариновать в течение 3 часов (в нарезанном колечками луке с добавлением соли и перца), нанизать на шампуры (отряхнув от маринада) и обжарить над раскаленными углями, все время переворачивая.

К кебабу подать пряную зелень (зеленый лук с головками, чеснок с зеленым пером, стебли базилика, кинзы, эстрагона, мяты), разложив ее на пучки, чтобы в каждом было по одному виду зелени и по два стебля зеленого лука.

Шашлык из баранины

1,5 кг баранины
3 репчатые луковицы
50 г бараньего топленого сала
20 мл уксуса или лимонный сок
зелень петрушки
черный молотый перец, соль по вкусу

Куски баранины нарезать кубиками по 30—40 г, посолить, посыпать перцем, мелко нарезанным или натертым репчатым луком и зеленью петрушки, смочить уксусом или лимонным соком, перемешать, уложить в посуду, которая не окисляется, и поставить на холод на 4—6 часов.

Маринованные куски мяса нанизать на металлическую шпажку поочередно с колечками репчатого лука, смазать растопленным бараньим салом и жарить над горящими углями либо в электрогриле.

Готовые кусочки шашлыка снять со шпажки на блюдо.

Можно гарнировать сырым нашинкованным репчатым или зеленым луком, помидорами и долькой лимона.

Шашлык, маринованный в кефире

600 г мякоти баранины (окорок)
1 репчатая луковица
500 мл кефира
1 ст. л. растительного масла
черный молотый перец, соль

Мясо нарезать кубиками, посолить, поперчить, посыпать мелко нарезанным луком, залить кефиром и мариновать 6 час.

Обсушенное мясо нанизать на шампуры, смазать маслом и жарить на гриле 25—30 минут.

Подавать с печеным картофелем, кинзой или зеленью петрушки.

Шашлык из баранины с рисом

1,5 кг баранины
300 г репчатого лука

150 г риса
50 г курдючного сала
1 лимон
50 г зеленого лука
20 мл уксуса
соль, красный молотый перец по вкусу

Баранину нарезать кусочками, посолить и поперчить. Замариновать в уксусе и лимонном соке. Жарить над углями, смазав предварительно растопленным курдючным салом, поочередно с репчатым луком.

Готовый шашлык снять со шпажки и положить на блюдо с рассыпчатой рисовой кашей, украсить дольками лимона и зеленью.

Тикя-кебаб

1 кг баранины
10 г зелени
красный молотый перец, соль по вкусу

Реберную часть корейки молодой баранины нарубить на 5—6 кусков вместе с косточками, посолить, поперчить и нанизать на шпажку.

При нанизывании нужно следить, чтобы внешняя сторона кусочков мяса была обращена в одну сторону. Жарить шашлык над раскаленными углями без пламени.

При подаче посыпать кольцами репчатого лука, зеленью. Отдельно подать сушеный барбарис и перец.

Шашлык по-таджикски

1 кг баранины
200 г репчатого лука
50 мл уксуса
30 г зиры
черный молотый перец, зелень, соль по вкусу

Мякоть баранины нарезать кусочками весом 20—25 г, посолить, поперчить, перемешать с мелко нашинкованным репчатым луком, зирой, полить уксусом и поставить на холод на 3—4 часа.

Затем куски мяса нанизать на шпажку и обжарить над раскаленными углями.

При подаче шашлык уложить на тарелку и посыпать шинкованным репчатым луком и зеленью.

Шашлык степной

1 кг баранины
2 репчатые луковицы
2 зубчика чеснока
25 г зелени
черный молотый перец, соль по вкусу

Баранину нарезать полосками длиной 10—15 см, уложить на них фарш, завернуть, нанизать на шпажки и жарить над углями.

Приготовление фарша: репчатый лук, чеснок, зелень мелко порубить, заправить перцем, солью и тщательно перемешать.

При подаче посыпать зеленью.

Шашлык из почек по-таджикски

1 кг бараньих почек
500 г свежих помидоров
50 мл уксуса
черный молотый перец, соль, зеленый лук

Промытые бараньи почки нарезать кусочками весом 20—25 г, посыпать солью, перцем, нанизать на шпажки и жарить над раскаленными углями. Отдельно обжарить помидоры, также нанизанные на шпажки.

Готовый шашлык снять со шпажек, уложить на блюдо, полить уксусом и посыпать рубленым зеленым луком.

Подавать на стол с жареными помидорами.

Шашлык по-кокандски

200 г баранины
200 г печени
200 г почек
2 репчатые луковицы
зира, черный молотый перец, соль по вкусу

Мякоть окорочной части баранины, печень и почки нарезать кусочками размером с грецкий орех, посыпать толченой зирой, смешанной с солью и черным молотым перцем.

Мясо без маринования нанизать на специальный вилообразный трехрожковый шампур с короткой деревянной ручкой: на один рожок – мясо, на другой – печень, на третий – почки.

Жарить над тлеющими древесными углями сначала с одной, а затем с другой стороны. При подаче на стол положить на тарелку, оформить кольцами репчатого лука.

Отдельно подать виноградный уксус или зерна граната.

Бараний шашлык в казане

1 кг баранины

3 репчатые луковицы

100 г укропа или кинзы

1 красный стручковый перец или 10 г красного молотого перца

соль по вкусу

Баранину нарезать небольшими кусочками, посолить. Репчатый лук нарезать кольцами и перемешать с мелко нарезанным укропом или кинзой.

В казан уложить слоями мясо и луково-укропную смесь так, чтобы вся закладка помещалась не ниже середины казана, но не достигала его верха на два пальца. В предпоследний слой сверху положить стручок красного перца, разрезанный вдоль пополам, или посыпать красным молотым перцем. Казан плотно закрыть и поставить на очень слабый огонь примерно на 3 часа.

Подавать с маринованным луком.

Шашлык из домашней птицы по-узбекски

1 тушка домашней птицы

100 г топленого масла

4 репчатые луковицы

100 г зелени укропа и кинзы

100 мл воды

соль по вкусу

Тушку курицы, гуся или индейки разрезать на куски, посолить.

В казанке прокалить топленое масло, уложить слоями куски птицы и нарезанный кольцами репчатый лук, перемешанный с рубленой зеленью кинзы и укропа, добавить немного воды, посолить, плотно закрыть крышкой и томить на слабом огне в течение 1 час.

Кускус

Кускус – пшеничная крупа, которая служит основой для одноименного блюда магрибского или берберского происхождения. Исторически кускус готовили из проса. В наше время наиболее распространен кускус из манной крупы, получаемой из твердых сортов пшеницы.

Кускус традиционный

500 г крупы кускус
50 г сливочного масла
0,5 ч. л. молотой корицы
2 ст. л. оливкового масла
соль по вкусу

Крупу кускус всыпать в глубокую миску, залить водой, оставить на 10 минут, затем тщательно перемешать до исчезновения комочков.

Варить на пару в течение 20 минут, после чего выложить кускус в миску, залить водой, оставить на 10 минут. Добавить соль, оливковое масло и снова варить на пару в течение 15 минут.

Подать в большом блюде, разложив на поверхности кускуса кусочки сливочного масла и посыпав корицей.

Крупа кускус

250 г манной крупы
200 г пшеничной муки
50 г муки-крупчатки
соль по вкусу

Манную крупу просеять и высыпать на большое блюдо, сбрызнуть холодной подсоленной водой.

Правую руку со слегка расставленными пальцами и приподнятой ладонью положить на крупу.

Перекатив ее несколько раз по кругу (в одну сторону), посыпать горстью пшеничной муки, добавить немного муки-крупчатки и

продолжать катать (в ту же сторону) до образования первых крупинок кускуса.

Затем вновь сбрызнуть крупу водой, перекатить несколько раз по кругу, добавить немного муки и опять перекатить несколько раз по кругу.

Повторять вышеописанную операцию до тех пор, пока крупинки кускуса не увеличатся, превратившись в маленькие шарики.

Просеять крупинки кускуса сначала через сито с крупными отверстиями, потом через сито с мелкими отверстиями.

Зерна, оставшиеся в сите с мелкими отверстиями, использовать для приготовления блюд из кускуса, пересыпав их в дуршлаг или верхний отсек кускусницы (пароварки).

Проскочившие в отверстия сита мелкие крупинки высыпать на блюдо и продолжить операцию до полного использования манной крупы и муки.

При приготовлении некоторых блюд из кускуса эту крупу при желании можно заменить пшеничной, ячневой, кукурузной крупой или мелкой вермишелью или лапшой (желательно домашнего приготовления).

Кускус с курицей и горохом

800 г мяса курицы

500 г готовой крупы кускус

50 г гороха

30 г сливочного масла

1 ст. л. топленого масла

1 репчатая луковица

соль и черный молотый перец по вкусу

Порционные куски курицы положить в кастрюлю, добавить тертый лук, топленое масло, перец и соль.

Обжаривать курицу в течение 10 минут, затем налить в кастрюлю 2 стакана воды, положить предварительно замоченный горох и варить до готовности.

В приготовленный отдельно на пару кускус добавить сливочное масло и подать с курицей и горохом.

Кускус с рыбой и кабачками

1 кг филе свежей рыбы
500 г кабачков
500 г крупы кускус
50 г сливочного масла
5 ст. л. растительного масла
3—5 веточек петрушки
2—3 лавровых листа
2 репчатые луковицы
2 помидора
1 сваренное вкрутую яйцо
1 ст. л. аджики
1 пучок сельдерея
1 веточка чабреца
1 ч. л. молотого красного перца
0,5 ч. л. черного молотого перца
0,25 ч. л. тмина
0,25 ч. л. корицы
соль по вкусу

Филе рыбы разрезать на куски, положить в кастрюлю, добавить тертый лук, мелко нарезанный сельдерей, черный перец, аджику, тмин, чабрец, очищенные от кожицы помидоры и растительное масло.

Обжаривать рыбу и овощи в течение 10—12 минут, затем добавить крупно нарезанные кабачки, красный перец, соль, лавровый лист и тушить в течение 20—25 минут.

За 3 минуты до готовности удалить из отвара лавровый лист и чабрец.

Приготовить кускус на пару над кастрюлей с рыбой и овощами.

Выложить кускус в миску, заправить сливочным маслом, посыпать корицей, перемешать, переложить горкой на блюдо и сделать углубление в виде воронки. Положить в углубление приготовленные рыбу и кабачки.

Готовое блюдо полить соусом, украсить веточками петрушки и половинками сваренного вкрутую яйца.

Кускус из ячневой крупы

300 г баранины
300 г ячневой крупы
300 г репчатого лука
200 г моркови
200 г капусты
100 г баклажанов
100 г сливочного масла
1 пучок кинзы
1 пучок зелени петрушки
2 ч. л. черного молотого перца
1 стручок острого красного перца
0,25 ч. л. молотого шафрана
молотый имбирь на кончике ножа
соль по вкусу

Мясо нарезать порционными кусками и положить в кастрюлю.

Добавить 1 мелко нарезанную луковицу, нашинкованную капусту, 50 г сливочного масла, черный перец, шафран, имбирь и соль.

Влить в кастрюлю 1,7 л воды, довести ее до кипения, убавить огонь до минимума.

Ячневую крупу насыпать в дуршлаг и варить на пару над кастрюлей с мясом в течение 30—35 минут.

Крупу выложить на большое блюдо, остудить, сбрызнуть холодной водой, перемешать и дать немного постоять.

В кастрюлю с мясом положить нарезанные кружками баклажаны, морковь и мелко нарезанные кинзу, петрушку, красный перец и лук.

Тушить в течение 30 минут. За 3—5 минут до готовности мяса и овощей вновь установить дуршлаг с крупой над кастрюлей. Затем выложить крупу в глубокую миску, заправить сливочным маслом и перемешать.

Уложить кускус горкой в большое блюдо, в середине сделать углубление, в которое положить мясо и овощи.

Отдельно подать подливку.

Кускус с мясом и миндалем

500 г готовой крупы кускус
500 г баранины
100 г очищенного миндаля
1 репчатая луковица
0,5 ст. л. топленого масла
0,5 пучка петрушки
0,5 ч. л. молотой корицы
соль и черный молотый перец по вкусу

Порционные куски мяса положить в кастрюлю, добавить немного воды, мелко нарезанный лук, топленое масло, корицу, перец и соль. Тушить в течение 7—10 минут, после чего добавить миндаль, 0,5 стакана воды и тушить в течение 40—45 минут.

Готовый кускус выложить на большое блюдо, сверху положить мясо и миндаль. Полить оставшимся от тушения мяса соком и украсить веточками петрушки.

Кускус с рыбой и айвой

800 г филе рыбы
700 г крупы кускус
400 г айвы
100 г гороха
100 мл оливкового масла
1 ст. л. томатной пасты
соль по вкусу

Филе рыбы посыпать солью.

Оливковое масло нагреть в кастрюле, добавить к нему предварительно замоченный горох и томатную пасту.

Налить в эту же кастрюлю 1,5 л воды и довести ее до кипения. Сварить на пару крупу кускус, затем положить в кастрюлю рыбу, разрезанную на 2—4 части айву и варить до готовности.

Кускус выложить горкой на блюдо, сделать углубление в виде воронки.

Положить в углубление рыбу и айву с горохом.

Кускус с зеленым горошком

500 г консервированного зеленого горошка
100 г крупы кускус
100 г топленого масла
50 г сливочного масла
молотый мускатный орех на кончике ножа
соль и черный молотый перец по вкусу

Разогреть в кастрюле 50 г топленого масла, добавить мускатный орех, перец, соль и варить 3 минуты.

Затем положить зеленый горошек, тушить, помешивая, 2 минуты.

Сварить на пару кускус, добавить к нему сливочное масло, перемешать и выложить горкой на блюдо.

Сделать в горке углубление в виде воронки.

В углубление положить приготовленный зеленый горошек.

Кабоб

Кабоб – это общее наименование популярных в странах Востока блюд из жареного мяса (жаркое, кебаб, кабаб, кябаб).

Кабоб по-татарски

600 г мяса курицы
50 г сливочного масла
50 г панировочных сухарей
2 ст. л. молока
1 ч. л. топленого масла
1 яйцо
соль и красный молотый перец по вкусу

Мясо курицы дважды пропустить через мясорубку, добавить молоко, соль, перец, перемешать и сформовать лепешки.

В середину каждой положить небольшой кусочек сливочного масла.

Поставить лепешки на 20 минут в прохладное место, затем защипнуть края, придав изделиям овально-приплюснутую форму, смазать взбитым яйцом и запанировать в сухарях.

Обжарить изделия до золотистого цвета в топленом масле, затем довести до готовности в духовке, разогретой до 200 ° С.

Кабоб из баранины

500 г баранины с косточкой
1 ст. л. топленого бараньего сала
0,5 ч. л. черного молотого перца
2 репчатые луковицы
соль по вкусу

Мясо нарубить большими кусками, посолить, поперчить и обжарить до золотистого цвета на топленом сале, добавив нарезанный тонкими кольцами лук.

Затем влить небольшое количество воды и тушить до готовности.

Кабоб по-таджикски

500 г мяса курицы
50 г сливочного масла
2 ст. л. молока
2 ст. л. панировочных сухарей
2 ст. л. топленого масла
0,5 пучка зелени петрушки
1 яйцо
соль и черный молотый перец по вкусу

Мясо дважды пропустить через мясорубку.

В фарш добавить молоко, соль, перец, перемешать и разделить в виде лепешек, положив на середину каждой сливочное масло, смешанное с мелко нарубленной зеленью петрушки.

Придать лепешкам форму колбасок, смазать взбитым яйцом, запанировать в сухарях, обжарить в топленом масле до золотистого цвета и довести до готовности в разогретой до 200 ° С духовке.

Кабоб по-узбекски

500 г говядины
50 г сливочного масла
3 ст. л. бараньего жира
2 ст. л. молока
1 пучок зелени кинзы
2 ст. л. панировочных сухарей
1 яйцо
соль и черный молотый перец по вкусу

Мясо дважды пропустить через мясорубку, добавить молоко, перец, соль, перемешать и положить в прохладное место на 40 минут.

Разделить фарш кружочками толщиной 10—15 мм, положить на середину каждого сливочное масло, перемешанное с мелко нарезанной зеленью кинзы (0,5 пучка).

Придать изделиям форму колбасок, смазать яйцом, запанировать в сухарях, обжарить в жире до золотистого цвета и довести до готовности

в разогретой до 200 ° С духовке. Подать к столу, посыпав измельченной зеленью кинзы.

Кабоб праздничный

300 г вареной говядины
50 г говяжьего жира
50 г зерен граната
3 репчатые луковицы
1 ст. л. пшеничной муки
соль и черный молотый перец по вкусу

Мясо нарезать, пропустить через мясорубку вместе с репчатым луком.

Добавить в фарш соль, перец и тщательно перемешать.

Поставить фарш в прохладное место на 2 часа, затем сформовать колбаски весом 30—50 г каждая, панировать их в муке и жарить на говяжьем жире в течение 5—7 минут на сильном огне.

Потом убавить огонь до минимума и жарить колбаски еще 7—10 минут.

Подать к столу, украсив зернами граната.

Кабоб с помидорами

300 г баранины
3—4 помидора
1 пучок зеленого лука
1 ст. л. сухого вина
1 пучок петрушки
сок 0,5 лимона
красный молотый перец по вкусу

Мясо нарезать кусочками весом 25—30 г, посыпать мелко нарубленным зеленым луком (0,5 пучка), красным перцем (0,25 ч. л.), посолить, полить вином и положить в прохладное место на 3 часа.

Затем нанизать на шпажки и обжарить на углях.

Помидоры нарезать, посолить, поперчить, нанизать на шампуры и обжарить на углях.

При подаче к столу положить мясо попеременно с помидорами, полить лимонным соком и украсить мелко нарубленными зеленым луком и петрушкой.

Кабоб из утки

500 г мяса утки
2 репчатые луковицы
2 ст. л. растительного масла
1 ст. л. муки
1 ч. л. 3 %-го уксуса
соль по вкусу

Мякоть утки пропустить через мясорубку, добавить тертый лук, соль и перемешать.

Из готового фарша сформовать кабоб в виде колбасок, запанировать в муке и жарить на растительном масле до готовности.

Подать к столу, сбрызнув уксусом.

Кабоб из бараньей печени

300 г бараньей печени
100 г курдючного сала
3—4 помидора
2 репчатые луковицы
2 ст. л. растительного масла
1 ч. л. винного уксуса
0,5 пучка зелени петрушки
0,5 пучка зелени кинзы
0,25 ч. л. красного молотого перца
соль и черный молотый перец по вкусу

Подготовленную печень нарезать кусками по 25—30 г, посолить, поперчить, нанизать на шпажки вместе с тонкими ломтиками курдючного сала и обжарить над раскаленными углями.

Посыпать кабоб мелко нарезанной зеленью петрушки и кинзы, полить винным уксусом.

На гарнир подать салат из помидоров и репчатого лука, приправленный растительным маслом.

Кабоб с айвой и тыквой

300 г баранины
100 г тыквы
30 г топленого сала
2—3 айвы
2 репчатые луковицы
1 морковь
0,5 пучка зелени петрушки
соль и черный молотый перец по вкусу

Мясо нарезать тонкими брусочками, отбить, посолить, поперчить и положить в кастрюлю с топленным салом.

Сверху уложить нарезанный кольцами репчатый лук, дольки айвы и тыквы, нарезанную соломкой морковь и нашинкованную зелень петрушки. Добавить небольшое количество воды и тушить в течение 1 часа, после чего подать к столу.

Кабоб из рубленой баранины

300 г баранины
4 репчатые луковицы
1 пучок зеленого лука
1 ч. л. винного уксуса
0,5 ч. л. черного молотого перца
соль по вкусу

Мясо и 2 репчатые луковицы пропустить через мясорубку, добавить в фарш перец и соль, перемешать и положить в прохладное место на 2 часа. Затем разделить фарш в виде небольших колбасок, нанизать на шпажки и обжарить на углях.

Подать к столу, посыпав мелко нарезанным репчатым и зеленым луком и полив уксусом.

Мамалыга

Мамалыга – это кукурузная каша. Для приготовления мамалыги берется только кукурузная мука мелкого помола, предварительно подсушенная в духовке, и вода в соотношении 1:3 (например, на 2 стакана кукурузной муки – 6 стаканов воды). Варят мамалыгу в казане или посуде с толстым дном.

В кипящую подсоленную воду тонкой струйкой всыпают муку, непрерывно помешивая. Для этого в центр казана помещают деревянную скалку и ею постоянно размешивают мамалыгу. Время приготовления при слабом кипении колеблется от 25—30 минут. Нагрев уменьшают и уваривают, помешивая, до полного загустения (готовая каша не должна прилипнуть к скалке). Мамалыгу выкладывают на доску, а затем режут на кусочки ниткой или деревянным ножом. В готовую мамалыгу можно добавить сливочное масло, брынзу или сметану.

Каши из кукурузной крупы (муки) встречаются в рецептах многих национальных кухонь: гоми – в грузинской кухне, мамалыга – в румынской, полента – в итальянской.

Мамалыга классическая

100 г кукурузной муки
1 стакан воды
0,5 ч. л. соли

Кукурузную муку всыпать в подсоленный кипяток, размешать и кипятить 5—10 минут. Подают мамалыгу как гарнир или как самостоятельное блюдо с животным или растительным жиром.

Мамалыга на молоке

80 г кукурузной муки
200 мл молока
50 мл воды
40 г брынзы
соль по вкусу

В разбавленном водой молоке сварить негустую мамалыгу. Соединить с ней тертую брынзу, размешать, выложить на блюдо и подать в горячем виде со сметаной.

Мамалыга скороспелая

400 г кукурузной крупы (мелкой)
соль по вкусу

В кипящую подсоленную воду (1,25 л) всыпать постепенно непрерывной струйкой крупу и, все время помешивая, варить на слабом огне около 20 минут.

Готовую мамалыгу выложить, перевернув котелок, на деревянную доску. Скороспелая мамалыга должна быть жиже отварной.

Подается с яичницей-глазуньей, творогом или сметаной.

Булз по-чабански

200 г скороспелой мамалыги

40 г сливочного масла
100 г брынзы
соль по вкусу

Смазать сливочным маслом форму или сотейник, выложить дно и стенки скороспелой мамалыгой, кусочками сливочного масла, положить на середину брынзу, завернуть края мамалыги к центру и поставить в духовку до подрумянивания.

Галушки из мамалыги

100 г мамалыги
1,5 ч. л. сливочного масла
1 ст. л. тертого сыра
1 яйцо
2 ч. л. толченых сухарей
10 г топленого бараньего жира
соль по вкусу

Негустую мамалыгу соединить с маслом и тертым сыром. Ложкой разделить мелкие галушки, смочить их во взбитом яйце, обвалить в толченых сухарях и обжарить со всех сторон на бараньем жире.

Подавать со сметаной и тертым сыром.

Мамалыга с чесноком

400 г кукурузной крупы
50 г сливочного масла
молоко, соль по вкусу

Молоко вскипятить со сливочным маслом, посолить, всыпать кукурузную муку и варить, постоянно помешивая, пока каша не начнет отставать от стенок кастрюли.

Готовые куски мамалыги полить растопленным маслом, посыпать натертым на мелкой терке чесноком.

Мамалыга, запеченная с творогом

400 г кукурузной крупы
1,2 л воды
300 г творога
3 ст. л. сметаны
1 яйцо
1 ст. л. сахара
жир, соль по вкусу

Сварить мамалыгу: муку всыпать в кипящую подсоленную воду тонкой струйкой, чтобы не образовались комки. Кусочки готовой мамалыги уложить тонким слоем на противень, смазанный жиром. Сверху положить слой творога, смешанного с яйцом, посыпать сахаром, полить сметаной. Поставить в духовку на 15—20 минут.

Мамалыга, заправленная ореховым маслом

2—3 стакана кукурузной муки мелкого помола
4—5 ст. л. орехового масла
4 стакана воды
соль по вкусу

Кукурузную муку всыпать в подсоленный кипяток, размешивать и кипятить 5—10 минут. Накрыть крышкой и протомить 25—30 минут.

Готовую мамалыгу размешать и выложить в глубокую миску, залить ореховым маслом, тщательно вымешать, затем несколько раз перетряхнуть, разложить на тарелки.

Подавать в горячем виде.

Мамалыга, заправленная кисломолочным сыром

2—3 стакана кукурузной муки мелкого помола
4—5 стаканов воды
500 г кисломолочного сыра (типа адыгейского)
соль по вкусу

Кукурузную муку всыпать в подсоленный кипяток, размешать и кипятить 5—10 минут. Накрыть крышкой и протомить 25—30 минут. Затем выдержанный кисломолочный сыр, нарезанный длинными

тонкими кусками, положить в готовую мамалыгу и вымешивать до тех пор, пока сыр и мамалыга не превратятся в однородную тягучую массу.

Готовую массу разложить на тарелки и подать в горячем виде с кислым (квашеным) молоком и медом.

Мамалыга с сыром, приготовленная на молоке

3—3,5 стакана кукурузной муки мелкого помола

3,5 стакана молока

1 стакан воды

600 г кисломолочного сыра (типа адыгейского)

соль по вкусу

В котел влить молоко, разбавленное водой, довести до кипения, положить 200 г размельченного сыра, посолить и варить на умеренном огне 15—20 минут. Всыпать муку и, тщательно размешав, накрыть крышкой. Через 20—25 минут в мамалыгу положить оставшуюся часть сыра, нарезанного длинными тонкими кусочками, и вымешивать, пока сыр и мамалыга не превратятся в однородную массу, протомить еще 3—5 минут. Подавать в горячем виде с кислым (квашеным) молоком и медом.

Мамалыга с яйцами

1—1,5 стакана кукурузной муки

2—3 стакана воды

40 г сахара

соль по вкусу

В кипящую воду добавить соль, сахар, засыпать просеянную муку, но не размешивать, пока вода снова не закипит. Как только вода с мукой закипит, быстро веселкой перемешать муку с водой так, чтобы получилась однородная вязкая каша без комков.

Закрыть посуду крышкой и дать каше упреть на слабом огне 10—12 минут. Подать кашу в горячем виде, отдельно подать к ней топленое масло, в которое можно добавить крутое рубленое яйцо. Вместо масла можно подать нарезанное мелкими кубиками и поджаренное с луком свиное сало, копченую грудинку, тертый сыр, брынзу или сметану.

На заметку!

Варить эту кашу следует небольшими порциями и не ранее чем за 20 минут до подачи, так как при более длительном хранении она становится черствой и невкусной.

Жареные ломтики мамалыги

500 г мамалыги
2—3 яйца
2 ст. л. тертого сыра
2 ст. л. сливочного масла
соль по вкусу

Яйца взбить, добавить тертый сыр, смешать с растопленным сливочным маслом и полить этой смесью нарезанную ломтиками мамалыгу. Поставить в духовку и быстро запечь.

Мамалыга с грибами и сыром

300 г кукурузной муки
1 л мясного бульона
200 г мягкого сыра
300 г шампиньонов
100 г сливочного масла
100 г твердого тертого сыра пармезан
соль по вкусу

Довести бульон до кипения, положить соль и всыпать равномерно кукурузную муку, все время помешивая большой деревянной ложкой или плоской деревянной лопаткой (следить, чтобы не образовались комки). Варить, постоянно помешивая, около 40 минут.

Выложить мамалыгу в форму для торта с открывающимися стенками и остудить. Тем временем почистить грибы, нарезать их дольками и поджарить на сливочном масле.

Когда мамалыга остынет, вынуть ее из формы и разрезать на два пласта. Выложить один пласт мамалыги на противень, сверху – мягкий сыр с грибами. Накрыть вторым пластом.

Посыпать сверху тертым сыром пармезан. Положить маленькие кусочки оставшегося масла и выпекать в заранее разогретой духовке при 180° С около 20 минут.

Подавать на стол в горячем виде.

Глазунья с мамалыгой

10 яиц
500 г кукурузной крупы
100 г сливочного масла
2 ст. л. уксуса
соль по вкусу

Вскипятить воду с солью и уксусом. Свежие яйца осторожно отбить в миску, а из миски вылить в кипящую воду и варить до готовности белков (желтки не должны быть вкрутую). Отдельно сварить скороспелую мамалыгу (см. рецепт на стр. 288). Яйца выложить на теплую густую мамалыгу и полить топленым сливочным маслом. Подавать со сметаной.

Мамалыга с тертым сыром

1 л молока
150 г сливочного масла
100 г тертого сыра
200—250 г кукурузной муки
соль по вкусу

Молоко вскипятить со сливочным маслом (50 г), посолить, всыпать кукурузную муку и варить, постоянно помешивая, пока каша не начнет отставать от стенок посуды.

Готовую мамалыгу посыпать тертым сыром, добавить в кашу 100 г сливочного масла. К мамалыге подать маринованные огурцы, лук, селедку или жареное мясо.

Мамалыга с сахаром

9 стаканов молока
1—1,5 стакана кукурузной муки
1 ч. л. сливочного масла
сахар, соль по вкусу

Молоко размешать с маисовой мукой, добавить 1 ч. л. масла, сахар, соль, вскипятить, периодически перемешивая.

Мамырза кукурузная с бараниной и фасолью

1 кг кукурузных зерен
1 стакан фасоли
500 г пшеницы
500 г баранины
100 г риса
50 г топленого масла
соль по вкусу

Зерна белой или желтой кукурузы замочить в холодной воде на 20—30 минут, затем откинуть на решето и сцедить воду. Положить зерно в деревянную ступу и толочь, пока кожица не отделится от ядра. После этого просушить кукурузу и провеять, чтобы удалить кожицу. Положить ядра в казан, добавить фасоль, пшеницу и нарезанное мясо. Залить холодной водой (на два пальца выше уровня продуктов) и поместить казан над огнем. При необходимости в процессе варки можно подливать горячую воду. Когда мамырза будет почти готова, положить перебранный и тщательно промытый рис. Добавить соль по вкусу, сливочное или топленое масло, после чего варить мамырзу еще 15 минут.

Мамалыга с брынзой

500 г кукурузной муки
400 г брынзы
100 г сливочного масла

Приготовить не очень крутую скороспелую мамалыгу (густоты джема).

В смазанный сливочным маслом сотейник выложить слой мамалыги (толщиной в два пальца), слой брынзы (толщиной в палец), накрыть мамалыгой, посыпать тертой брынзой и сверху положить кусочки сливочного масла.

Запечь в духовке и подавать на стол в сотейнике.

Блюда с бараниной

Манты по-узбекски

600 г баранины
500 г пшеничной муки
60 г курдючного сала
5 репчатых луковиц
0,5 стакана сметаны
соль и черный молотый перец по вкусу

Мясо и лук пропустить через мясорубку.

В готовый фарш добавить соль и перец.

Муку высыпать горкой в глубокую миску, сделать углубление, влить 50 мл воды и замесить крутое тесто.

Через 20 минут раскатать тесто в пласт толщиной 2 мм и вырезать из него тонкие круглые лепешки.

На середину каждой лепешки положить приготовленный фарш, сверху – небольшой кусочек курдючного сала и защипнуть края, придав изделию круглую форму.

Манты отварить на пару в каскане под крышкой в течение 40 минут.

Подать к столу, полив сметаной.

Кюрза

500 г баранины
400 г пшеничной муки
50 г томатной пасты
50 г курдючного сала
4 репчатые луковицы
2 ч. л. топленого масла
2 дольки чеснока
1 стакан кефира или 0,5 стакана сметаны
1 пучок зелени петрушки
1 яйцо
0,5 пучка зеленого лука

0,5 ч. л. черного перца
0,5 ч. л. красного молотого перца
корица на кончике ножа
соль по вкусу

Мясо и лук пропустить через мясорубку. Добавить в фарш мелко нарезанное курдючное сало, соль, перец и томатную пасту.

Муку всыпать горкой в глубокую миску, сделать углубление в форме воронки, влить в него 50 мл воды, добавить яйцо и замесить крутое тесто.

Через 20 минут раскатать тесто в пласт толщиной 2 мм, вырезать из него кружочки, на каждый положить фарш и защипнуть, придав форму полукруглого пирожка, оставив на одном конце изделия небольшое отверстие.

Подготовленные манты смазать сверху топленым маслом, дать ему впитаться, после чего плотно уложить в кастрюлю открытыми концами вверх.

Влить в кастрюлю подсоленную кипящую воду слоем 3 см, закрыть крышкой и довести изделия до готовности в течение 10—16 минут.

Затем слить воду, выложить манты на блюдо, залить кефиром или сметаной и посыпать мелко нарубленным чесноком, измельченной зеленью петрушки, рубленным зеленым луком, красным молотым перцем и корицей.

Манты с бараниной и черемшой

200 г черемши
100—150 г бараньего фарша
150 г муки
2 репчатые луковицы
1 ст. л. топленого масла
соль и красный молотый перец по вкусу

Замесить тесто из муки и воды с добавлением соли и оставить его в теплом месте на 30 минут.

Затем раскатать тесто жгутами и оторвать по 5 кусочков на порцию, весом 20 г каждый.

Кусочки раскатать в тонкие кружки.

В мясной фарш добавить измельченный лук, немного холодной воды, мелко нарезанную черемшу, соль, перец и тщательно перемешать.

На середину каждого кружочка положить немного готового фарша, защипнуть края.

Уложить манты на смазанные топленным маслом решетки каскана и варить на пару 30 минут.

Жареные манты по-казахски

200 г баранины
100 г муки
50 г бараньего жира
2—3 ст. л. мясного бульона
1 репчатая луковица
1 ч. л. 3 %-го уксуса
0,5 ч. л. дрожжей
соль и черный молотый перец по вкусу

Дрожжи развести в небольшом количестве теплой воды, вылить в муку, добавить соль, воду, замесить тесто и оставить его в теплом месте на 1 час. Затем раскатать тесто в тонкий пласт, вырезать кружочки, на середину каждого положить немного фарша, приготовленного из мелко

нарезанного и посыпанного солью мяса, тертого лука и молотого перца, защипнуть края.

Обжарить манты в бараньем жире до образования корочки золотистого цвета, затем добавить мясной бульон, уксус и тушить до готовности на слабом огне.

Отбивные из баранины

500 г баранины
150 мл растительного масла
100 г панировочных сухарей
20 г топленого масла
3 яйца
1 пучок зелени кинзы
соль и красный молотый перец по вкусу

Мясо нарезать порционными кусками, отбить, посолить, поперчить, полить топленным маслом, смазать взбитыми яйцами, посыпать панировочными сухарями и обжарить в растительном масле до готовности.

Подать к столу, посыпав нарубленной зеленью кинзы.

Манты с мясом и тыквой

500 г баранины
350 г тыквы
300 г пшеничной муки
50 г курдючного сала
2 репчатые луковицы
соль и красный молотый перец по вкусу

Для приготовления фарша баранину, курдючное сало, лук и тыкву мелко нарезать, добавить 2—3 ст. л. воды, соль, перец и перемешать.

В муку влить 0,5 стакана воды, замесить тесто, раскатать его в тонкие круглые лепешки, края которых должны быть тоньше, чем середина.

На середину каждой лепешки положить фарш, края защипнуть.

Манты варить на пару в течение 25—30 минут.

Баранина в томате

400 г баранины
300 г томатной пасты
2 репчатые луковицы
2 ст. л. топленого масла
1 огурец
1 пучок зелени укропа
0,5 лимона
0,25 ч. л. черного молотого перца
соль по вкусу

Мясо нарезать кусочками по 40—50 г и обжарить на масле вместе с мелко нарезанным луком в течение 10 минут.

Затем влить небольшое количество воды, добавить соль, перец, томатную пасту и тушить до готовности.

Подать к столу, посыпав измельченной зеленью укропа и украсив фигурно нарезанным огурцом и кружками лимона.

Манты с овощной начинкой

100 г муки
100 г курдючного сала
100 г капусты
4 репчатые луковицы
3 клубня картофеля
2 болгарских перца
1 ст. л. оливкового масла
соль по вкусу

Из муки, соли и воды замесить крутое тесто, оставить его на 40 минут в теплом месте, затем раскатать в пласт толщиной 2 мм и вырезать из него круглые лепешки.

Для приготовления фарша смешать нарезанные маленькими кубиками курдючное сало и картофель, добавить нашинкованную капусту, измельченный болгарский перец и лук.

Фарш посолить и перемешать.

На середину каждой лепешки положить немного фарша, защипнуть края.

Уложить манты на смазанные оливковым маслом решетки каскана и варить на пару в течение 30 минут.

Дюшбара

500 г баранины с костью
250 г пшеничной муки
40 г курдючного сала
4 репчатые луковицы
2 дольки чеснока
2 яйца
1 пучок зелени эстрагона
1 ч. л. сухого укропа
0,5 стакана кислого молока
0,5 пучка зелени петрушки
0,5 ч. л. черного молотого перца
0,5 ч. л. сухой мяты
0,5 ч. л. сушеного базилика
молотый шафран на кончике ножа
соль по вкусу

От мяса отделить кость, положить ее в кастрюлю, залить 0,5 л воды, добавить целую очищенную луковицу, соль и сварить бульон.

Мякоть баранины, лук, чеснок и курдючное сало пропустить дважды через мясорубку, добавить 1 яйцо, соль и перец.

Готовый фарш поставить в прохладное место на 15—20 минут.

Муку высыпать горкой в глубокую миску, сделать углубление в форме воронки, влить в него яйцо, кислое молоко, замесить крутое тесто и дать ему выстояться в течение 20 минут. Тесто раскатать в тонкий пласт, нарезать квадратиками размером 1,5 × 1,5 см.

В середину каждого квадратика положить фарш и сформовать маленькие пельмени треугольной формы. В кипящий бульон опустить пельмени, добавить укроп, мяту, базилик, шафран и варить 3—4 минуты. Затем посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки и эстрагона, довести до кипения и подать к столу вместе с бульоном.

Баранина со сметаной и томатом

200 г баранины
2 репчатые луковицы
2 моркови
2 ст. л. шампанского
1 ст. л. бараньего жира
1 ст. л. томатной пасты
1 ст. л. сметаны
0,25 ч. л. черного молотого перца
соль и красный молотый перец по вкусу

Мясо нарезать маленькими ломтиками, посолить, добавить красный и черный перец, влить шампанское и поставить в прохладное место на 3—4 часа.

Затем положить мясо на сковороду, добавить жир, мелко нарезанные морковь и лук, обжарить в течение 5 минут, после чего влить небольшое количество воды и тушить.

За 3—5 минут до готовности положить сметану и томатную пасту.

Подать к столу с овощным гарниром.

Тантуи кадуги

100 г тыквы
20 г бараньего жира
2 ст. л. пшеничной муки
2 ст. л. кислого молока
1 репчатая луковица
1 ст. л. растительного масла
0,5 пучка зелени кинзы
соль и черный молотый перец по вкусу

Для приготовления фарша смешать нарезанные кусочками тыкву, жир, измельченную зелень, перец, соль, нашинкованный лук и обжарить на растительном масле.

Для приготовления теста смешать муку, соль и кислое молоко.

Фарш выложить на тонко раскатанный пласт теста, сформовать манты и варить на пару 25 минут.

Хасиб традиционный

400 г бараньих кишок
200 г бараньего легкого
200 г бараньего сердца
100 г риса
50—70 г курдючного сала
5—6 репчатых луковиц
1 пучок зелени кинзы
0,5 ч. л. тмина
соль и черный молотый перец по вкусу

Обработанные бараньи кишки наполнить фаршем из смеси мелко нарезанных сердца, легкого, сала, тертого лука, мелко рубленой зелени кинзы и предварительно припущенного риса. Колбасу отварить в подсоленной воде с добавлением тмина и перца. Подать в горячем виде.

Люля-кебаб

300 г жирной баранины или говядины
1 ст. л. топленого говяжьего сала
0,5 ч. л. черного молотого перца
2 репчатые луковицы
0,5 пучка зелени петрушки
0,25 ч. л. молотого красного перца
соль по вкусу

Мясо и 1 луковицу пропустить через мясорубку. Фарш посолить, поперчить, тщательно перемешать и сделать из него колбаски весом по 40—60 г каждая.

Колбаски обжарить на топленом сале. Подать к столу, посыпав мелко нарезанной зеленью петрушки и кольцами лука.

Голубцы по-азиатски

350 г мякоти баранины
250 г виноградных листьев
30 г кураги
2 репчатые луковицы
1 ст. л. растительного масла
0,5 пучка зелени петрушки
соль и черный молотый перец по вкусу

Мякоть баранины и 1 луковицу пропустить через мясорубку.

Приготовленный фарш посолить, поперчить, добавить к нему мелко нарубленную зелень петрушки и тщательно перемешать.

Уложить фарш на ошпаренные кипящей водой виноградные листья и завернуть, придав голубцам овальную форму.

Лук нарезать кольцами, обжарить на растительном масле, сверху уложить голубцы, влить небольшое количество воды, добавить предварительно замоченную курагу, соль и тушить в течение 50 минут.

Куырдак

300 г бараньего легкого
250 г бараньей печени
150 г курдючного сала

100 г бараньего сердца
2 репчатые луковицы
соль и черный молотый перец по вкусу

Курдючное сало нарезать мелкими кусочками и обжарить до вытапливания жира.

Добавить нарезанные кубиками сердце и легкое, а через 15 минут – печень, измельченный лук, соль и перец.

Обжарить на сильном огне в течение 5 минут, затем влить немного воды и тушить до готовности.

Мясо в слоеном тесте

400 г баранины
300 г говяжьего фарша
300 г слоеного теста
2 репчатые луковицы
1 ст. л. оливкового масла
1 яичный желток
соль и черный молотый перец по вкусу

Мясо нарезать крупными кусками, отбить, посолить, поперчить и обжарить до золотистого цвета в оливковом масле. Говяжий фарш смешать с тертым луком. Куски мяса обмазать фаршем, уложить на раскатанное тесто, защипнуть края, смазать тесто желтком.

Запекать в разогретой до 200 ° С духовке в течение 30 минут.

Биточки «Варзоб»

500 г мякоти баранины
2 ст. л. молока
2 ст. л. топленого бараньего жира
2 репчатые луковицы
2 ст. л. панировочных сухарей
2 ч. л. топленого масла
1 яйцо
соль по вкусу

Мясо пропустить через мясорубку, добавить молоко, обжаренный на топленом масле лук, соль и перемешать. Из фарша сформовать биточки толщиной 1—2 см. Биточки смазать взбитым яйцом, запанировать в сухарях, обжарить с обеих сторон в жире и довести до готовности в разогретой до 200 ° С духовке.

Традиционная кавурма

500 г баранины или говядины
2—3 ст. л. курдючного сала
1 ч. л. черного молотого перца
1 пучок зелени кинзы
0,5 ч. л. красного молотого перца
соль по вкусу

Нарезанное небольшими кусочками мясо посолить, поперчить и обжарить в сала до полной готовности.

Выложить мясо на блюдо, дать остыть, затем переложить в эмалированную кастрюлю, посыпать мелко нарубленной зеленью кинзы и залить оставшимся от жаренья жиром. Поставить в прохладное место на 1 час, затем подать к столу.

Рагу из баранины

500 г баранины
8 репчатых луковиц
1 ст. л. муки
0,5 стакана сметаны
красный молотый перец и соль по вкусу

Мясо нарезать крупными кусками, положить в кастрюлю, залить водой, посолить и варить до готовности, затем вынуть из бульона.

В бульоне развести муку, добавить сметану, перец, взбить, довести соус до кипения, положить в него мясо, мелко нарезанный лук и тушить в течение 10 минут.

Баранина с баклажанами

650 г баклажанов
300 г баранины
1 ч. л. 3 %-го уксуса
1 пучок зелени петрушки
1 ч. л. черного молотого перца
1 лавровый лист
0,5 граната
соль по вкусу

Очищенные баклажаны разрезать на 4—6 частей, посолить, плотно уложить в кастрюлю, залить холодной водой, дать постоять 2 часа.

Затем слить воду, залить баклажаны чистой водой, дать постоять 2 часа, снова поменять воду. Добавить порционные куски баранины, перец, соль, лавровый лист и варить до готовности на умеренном огне. Готовое блюдо подать к столу, сбрызнув уксусом и украсив веточками петрушки и зернами граната.

Отбивные из баранины по-татарски

600 г баранины
80 г бараньего сала
50 г топленого масла
50 г тертого хрена
20 г горчицы
2 репчатые луковицы
2 ст. л. муки
2 маринованных огурца
1 стручок острого перца
0,5 стакана мясного бульона
сок 0,5 лимона
соль по вкусу

Мясо нарезать большими порционными кусками, отбить и надрезать так, чтобы получились карманчики.

Внутренность карманчиков посолить, смазать горчицей и начинить смесью из мелко нарезанных сала, огурцов, острого перца и лука.

Закрывать карманчики заостренными спичками.

Отбивные посолить, обвалять в муке и обжарить в топленом масле по 5—7 минут с каждой стороны.

Затем переложить готовое мясо в отдельную посуду, а в сковороду, где жарились отбивные, влить мясной бульон, лимонный сок и довести соус до кипения.

Отбивные положить на блюдо, полить приготовленным соусом и посыпать тертым хреном.

Гуруч-хасиб

500 г риса
300 г бараньей селезенки
1 баранья кишка
1 пучок зелени укропа
1 ч. л. черного молотого перца
соль по вкусу

Рис замочить на 1 час, затем смешать его с мелко нарезанной селезенкой, добавить соль, перец, влить немного воды.

Начинить приготовленным фаршем обработанную баранью кишку, завязанную с одного конца, завязать другой конец и варить на пару в течение часа.

Готовую колбасу нарезать кружками и посыпать измельченной зеленью укропа.

Печень баранья с чесноком, жаренная на решетке

400 г бараньей или говяжьей печени

50 г сливочного масла

2 дольки чеснока

1—2 ст. л. жира

соль и черный молотый перец по вкусу

Печень нарезать порционными кусочками, посолить, поперчить и жарить на решетке, смазанной жиром, до готовности.

Для приготовления соуса растопленное сливочное масло смешать с толченым чесноком.

Кусочки печени выложить на блюдо и полить приготовленным соусом.

Асып

200 г бараньих кишок

200 г бараньей вырезки

200 г бараньего сердца

200 г бараньей печени

150 г курдючного сала

2 репчатые луковицы

соль и черный молотый перец по вкусу

Баранью вырезку, сердце и печень пропустить через мясорубку.

Добавить мелко нарезанное курдючное сало, тертый лук, перец, соль, немного воды, тщательно перемешать и начинить промытые бараньи кишки приготовленным фаршем, завязать с обеих сторон шпагатом, в

нескольких местах проколоть иглой и опустить в кипящую подсоленную воду.

Варить в течение 1 часа, затем подать к столу.

Мясо по-казахски

700 г баранины

150 г пшеничной муки

3 стакана говяжьего бульона

2 репчатые луковицы

1 ст. л. растительного масла

соль и черный молотый перец по вкусу

Мясо нарезать крупными кусками, посолить, положить в кастрюлю, залить холодной водой и варить до готовности на среднем огне.

Лук нарезать кольцами и обжарить в растительном масле.

В муку положить соль, влить немного воды, замесить тесто, раскатать его тонким пластом и нарезать крупными ромбами.

Готовые изделия опустить в кипящий говяжий бульон и отварить до готовности.

На большое блюдо положить отваренные ромбы из теста, на них – нарезанное тонкими ломтиками мясо, а сверху – посыпанный перцем лук.

Тухумхасиб

500 г отварного риса

20 яиц

1 баранья кишка

0,5 пучка зелени петрушки

соль и черный молотый перец по вкусу

Яйца взбить с солью, добавить рис, перец, измельченную зелень петрушки, перемешать и положить в промытую баранью кишку, завязанную с одного конца.

Затем завязать другой конец кишки, положить готовую колбасу в кастрюлю, залить холодной водой, довести до кипения, проткнуть изделие в нескольких местах иглой и варить 20—25 минут.

Ятоза

100 г баранины
100 г белокочанной капусты
100 г муки
2 репчатые луковицы
соль по вкусу

В муку влить немного соленой воды, замесить крутое тесто, оставить его на 40 минут в теплом месте, затем разделить на кусочки весом по 50—60 г каждый.

Раскатать кусочки теста в виде четырехугольников, на середину каждого положить фарш, защипнуть в форме конверта и варить на пару в течение 30 минут.

Для приготовления фарша баранину нарубить мелкими кусочками, добавить соль, нашинкованную капусту и мелко нарубленный лук.

Нахудшурак

200 г отварной баранины
2 ст. л. гороха
1 репчатая луковица
1 ст. л. сливочного масла
соль и черный молотый перец по вкусу

В кипящую воду положить предварительно замоченный горох и варить 30 минут, после чего горох выложить на блюдо, сверху поместить кусочки мяса и обжаренный на сливочном масле лук.

Куырма-самса

300 г баранины
200 г пшеничной муки
100—150 мл растительного масла
20 г риса
1 репчатая луковица
1 ст. л. топленого масла

соль и черный молотый перец по вкусу

Для приготовления фарша мясо и лук пропустить через мясорубку, посолить, поперчить, обжарить на топленом масле, добавить рис, немного воды и тушить в течение 15 минут.

В муку влить немного воды, замесить тесто и раскатать его тонким слоем.

Вырезать из теста небольшие кружочки, на середину каждого положить фарш, сложить изделия в виде полумесяца, защипнуть края и жарить в растительном масле.

Кебаб из баранины

500 г баранины

300 г зеленого лука

3 шт. острого стручкового перца

1 яйцо

50 г муки

70 г сливочного масла

125 мл воды

мята, зелень петрушки, чабрец, красный и черный молотый перец, соль по вкусу

Взять небольшой глиняный кувшин или горшок с узким горлышком.

Нарезать небольшими кусочками мякоть баранины от задней ноги, добавить крупно нарезанный зеленый лук, мяту, измельченную зелень петрушки, несколько веточек чабреца, стручки острого перца, черный и красный молотый перец, соль, половину муки и сливочное масло.

Все продукты тщательно перемешать, поместить в горшок, влить воду, закрыть крышкой и замазать ее тестом, приготовленным из оставшейся муки с яйцом.

Запекать в течение 2 часа в духовом шкафу или же зарыть на 2 часа в горячие угли.

Барра-гушт

500 г баранины

2 дольки чеснока

1 ч. л. виноградного уксуса

1 пучок зеленого лука

0,5 ч. л. черного молотого перца

молотый шафран на кончике ножа

соль по вкусу

Мясо целым куском опустить в кипящую воду, добавить соль, черный молотый перец, шафран и варить до готовности.

Затем нарезать порционными кусками, натереть толченым чесноком, сбрызнуть виноградным уксусом, посыпать измельченным зеленым

луком и подать к столу.

Баранина в горчично-ореховом соусе

500 г баранины
50 г бараньего жира
2 ст. л. оливкового масла
2 сваренных вкрутую яйца
2 ст. л. горчицы
1 ст. л. измельченных грецких орехов
0,5 ч. л. сахара
соль по вкусу

Мясо нарубить порционными кусками, посолить, положить в сковороду, добавить жир и обжаривать в течение 7 минут на сильном огне.

Затем влить немного воды и тушить до готовности.

Мясо охладить, полить соусом и подать к столу.

Для приготовления соуса желтки сваренных вкрутую яиц протереть сквозь сито, растереть с горчицей, сахаром, солью, постепенно добавляя оливковое масло.

Положить грецкие орехи, рубленый яичный белок и перемешать.

Баранина с фасолевым соусом

600 г баранины
400 г консервированной фасоли
200 г сливок
100 г бараньего жира
50 г пшеничной муки
20 г сливочного масла
2 ч. л. горчицы
1 стручок острого перца
1 пучок зелени петрушки
1 пучок зелени укропа
1 пучок зелени кинзы
0,5 ч. л. тмина
сок 0,5 лимона

соль и черный молотый перец по вкусу

Мясо нарезать порционными кусками, отбить, посолить, поперчить, смазать горчицей, посыпать 1 ст. л. муки, обжарить в жире с обеих сторон и переложить в другую посуду.

Для приготовления соуса в сковороде с оставшимся от жаренья жиром положить муку, сливочное масло, мелко нарезанный стручок острого перца, влить сливки, довести до кипения, затем добавить фасоль, лимонный сок, соль и варить 3 минуты.

Готовое мясо залить соусом, посыпать тмином, измельченной зеленью петрушки и укропа, фигурно украсить веточками кинзы и подать к столу.

Мошбиринч

300 мл бульона из баранины

150 г мякоти баранины

20 г маша

1 репчатая луковица

1 клубень картофеля

1 яйцо

1 ст. л. топленого масла

1 ст. л. риса

соль и черный молотый перец по вкусу

Для приготовления фарша смешать сырое яйцо, соль, перец, воду и пропущенные через мясорубку мясо и лук. В кипящий бульон положить приготовленные из фарша фрикадельки, маш и варить 30 минут, после чего добавить топленое масло, предварительно промытый рис, нарезанный кубиками картофель и варить 15 минут.

Шавла

100 г мякоти баранины

1 репчатая луковица

1 морковь

1 ст. л. топленого масла

0,5 стакана риса

1 ч. л. измельченной зелени кинзы
0,5 ч. л. черного молотого перца
соль по вкусу

Нарезанное кусочками мясо обжарить на топленом масле, добавить нашинкованный лук, нарезанную кубиками морковь, соль, перец, предварительно промытый рис, залить водой и варить 20 минут на медленном огне, плотно накрыв посуду крышкой.

Подать к столу, посыпав зеленью кинзы.

Шима

100 г мякоти баранины
1 репчатая луковица
1 помидор
1 яйцо
1 стакан пшеничной муки
1 ст. л. растительного масла
1 ст. л. измельченной зелени петрушки
соль и черный молотый перец по вкусу

Нарезанное кусочками мясо обжарить на растительном масле с нашинкованным луком и кусочками помидора, после чего добавить соль, перец, 0,5 стакана воды и тушить 40 минут.

Для приготовления крутого теста смешать муку, соль, яйцо и 0,5 стакана воды.

Тесто раскатать в форме тонкого жгута, нарезать лапшу, отварить в подсоленной воде и откинуть на дуршлаг.

На блюдо выложить лапшу, сверху поместить тушенное с овощами мясо и украсить измельченной зеленью петрушки.

Мошкичири

100 г мякоти баранины
30 г маша
2 ст. л. молока
1 репчатая луковица
1 ст. л. растительного масла

1 ст. л. томатной пасты
0,5 стакана риса
0,5 ч. л. черного молотого перца
соль по вкусу

Маш варить 45 минут, добавить предварительно промытый рис, соль, перец и продолжать варить 15 минут.

Мясо нарезать кусочками, обжарить с нашинкованным луком на растительном масле, добавить томатную пасту, полстакана воды и тушить 30 минут. Кашу выложить в блюдо горкой, заправить молоком, сверху поместить мясо с луком.

Гуляш с фасолью

500 г филе баранины
500 г отварной фасоли
50 г бараньего сала
50 г бараньего жира
3 репчатые луковицы
2 ст. л. пшеничной муки
1 стакан мясного бульона
соль и красный молотый перец по вкусу

Мясо нарезать кубиками, посолить, поперчить, обвалять в муке.

Лук нашинковать, обжарить в жире, добавить мясо и жарить на сильном огне в течение 3—4 минут, затем положить фасоль.

Влить мясной бульон, довести до кипения и тушить в течение 5 минут.

Мясные рулетики с черносливом

300 г мякоти баранины
200 г чернослива
2 ст. л. жира
2 ст. л. красного вина
0,5 пучка зелени кинзы
соль и черный молотый перец по вкусу

Нарезанное небольшими ломтиками мясо отбить, посолить и поперчить.

В середину каждого ломтика положить предварительно очищенный от косточек чернослив.

Ломтики свернуть в форме рулетов, завязать ниткой, обжарить в жире, после чего влить красное вино, 0,5 стакана воды и тушить в течение 10—15 минут.

Подать к столу, украсив каждый рулетик веточкой кинзы.

Баранина под соусом из хрена

1 кг мякоти баранины
200 г репчатого лука
100 г тертого хрена
3 ст. л. мясного бульона
2 ст. л. сливочного масла
2 лавровых листа
2 помидора
1 долька чеснока
1 бутон гвоздики
1 пучок зелени укропа
1 ст. л. пшеничной муки
1 ст. л. сахара
0,5 стакана сливок
соль по вкусу

Нарезанное кусками мясо варить 1 час с добавлением гвоздики, соли, сахара, лавровых листьев, измельченной зелени укропа и толченого чеснока. За 10 минут до готовности положить в бульон луковицы, разрезанные на 2 части и обжаренные на раскаленной сковороде без жира.

Для приготовления соуса смешать обжаренную на сливочном масле муку, подогретые сливки и тертый хрен.

Смесь разбавить бульоном и довести до кипения.

Отварное мясо залить соусом и подать к столу, украсив фигурно нарезанными помидорами.

Баранина, фаршированная брынзой

4 кг мякоти баранины
300 г тертой брынзы
200 г топленого масла
1 стакан сметаны
1 пучок зеленого лука
соль и черный молотый перец по вкусу

Для приготовления фарша смешать тертую брынзу, сметану, измельченный зеленый лук, соль и перец.

Полученную массу выложить на отбитые куски мякоти баранины.

Мясо свернуть рулетом, завязать шпагатом и выпекать в умеренно разогретой духовке 1 час, периодически переворачивая рулеты и смазывая топленым маслом.

Рагу из баранины с чесноком

500 г баранины
7—8 долек чеснока
1 морковь
1 ст. л. муки
1 ст. л. растительного масла
1 ч. л. томатной пасты
соль и черный молотый перец по вкусу

Баранину нарезать крупными кусками, посолить, поперчить, обжарить на растительном масле, добавить нарезанную соломкой морковь, толченый чеснок, влить немного воды и тушить в течение 10 минут.

Затем положить муку, томатную пасту и тушить в течение 40 минут, периодически помешивая.

Гуляш из баранины с лимонным соком

500 г баранины
100 г жира
2 репчатые луковицы
2 ст. л. муки
1 лимон
0,5 стакана мясного бульона
соль и красный молотый перец по вкусу

Мясо нарезать маленькими кубиками, посолить, обвалять в муке и обжарить в жире до золотистого цвета, затем добавить мелко нарезанный лук и жарить в течение 3 минут на сильном огне. После чего положить очищенные от кожуры ломтики лимона, красный молотый перец, влить бульон и тушить до готовности.

Рагу из баранины с базиликом

1 кг баранины
500 г картофеля
100 г репчатого лука
5 листьев базилика
3 ст. л. муки
2 ст. л. топленого масла
2 ст. л. курдючного жира
2 яйца, сваренные вкрутую
1 корень сельдерея
1 корень петрушки
1 ст. л. измельченного укропа
1 стакан мясного бульона
0,5 стакана сметаны
0,5 ч. л. черного молотого перца
соль по вкусу

Баранину, нарезанную небольшими кусками, обжарить в смеси топленого масла и курдючного жира, добавить нашинкованный лук, соль, перец, мясной бульон и тушить на слабом огне в течение 20 минут.

Добавить муку, нарезанные кружочками картофель, корни сельдерея и петрушки, сметану, зелень укропа и тушить в течение 20 минут, после чего посыпать рублеными яйцами, украсить листиками базилика и подать к столу.

Бараньи ребрышки с фасолевым соусом

600 г бараньих ребрышек
500 г вареной фасоли
100 г бараньего сала
100 г жира
100 г сметаны
4 репчатые луковицы
2 болгарских перца
2 дольки чеснока
2 ст. л. муки
1 ст. л. сахара
1 ст. л. 3 %-го уксуса

1 пучок зелени петрушки
0,5 ч. л. черного молотого перца
0,25 ч. л. красного молотого перца
0,25 ч. л. молотой гвоздики
соль по вкусу

Бараньи ребрышки нарубить порционными кусками, посолить, посыпать молотой гвоздикой, черным перцем и мукой, обжарить до готовности в 50 г жира и переложить в другую посуду.

На сковороду положить оставшийся жир, нарезанное тонкими ломтиками сало, тертый лук, толченый чеснок, нашинкованный болгарский перец и жарить в течение 7 минут.

Затем посыпать красным перцем, влить уксус, добавить сахар, фасоль, сметану, перемешать и кипятить в течение 3—4 минут.

На большое блюдо выложить бараньи ребрышки, залить приготовленным фасолевым соусом, посыпать измельченной зеленью петрушки и подать к столу.

Отбивные из баранины по-узбекски

500 г баранины
200 г яблок
80 мл растительного масла
3 ст. л. мясного бульона
3 ст. л. томатной пасты
3 болгарских перца
2 стручка острого перца
1 ст. л. пшеничной муки
1 пучок зелени кинзы
соль по вкусу

Мясо нарезать порционными кусками, отбить, посолить, посыпать мукой и обжарить в растительном масле с обеих сторон.

Добавить очищенные и нарезанные кубиками яблоки, нашинкованный болгарский и острый перец, томатную пасту, влить мясной бульон и тушить в течение 15 минут.

Подать к столу, украсив измельченной зеленью кинзы.

Жареный барашек

туша 1 барана
500 мл оливкового масла
500 г сливочного масла
4 ст. л. молотого шафрана
3 ст. л. молотого тмина
3 ст. л. молотого душистого перца
3 ст. л. молотого имбиря
2 ч. л. молотого красного перца
2 ч. л. молотого розмарина
2 ч. л. молотого лаврового листа
2 ч. л. молотого чабреца
соль по вкусу

Подготовленную тушу барана посолить, насадить на жердь длиной около 3 м, воткнув ее сзади и выведя под шеей.

Шею и ноги барана крепко привязать к жерди.

В яме глубиной 40—50 см развести огонь, вбить по краям ямы рогатины так, чтобы они возвышались над огнем на 40—50 см, и, когда огонь прогорит и образуются угли, положить на рогатины жердь с бараном и время от времени поворачивать ее.

Оливковое масло нагреть, растопить в нем сливочное масло, добавить шафран, тмин, душистый и красный перец, имбирь, чабрец, розмарин, лавровый лист и перемешать.

По мере жаренья смазывать этой смесью тушу барана со всех сторон. Через 2—3 часа готовую тушу нарезать крупными кусками и подать к столу.

Тушбера

200 г мякоти баранины
1 репчатая луковица
1 ст. л. воды
1 ст. л. измельченной зелени мяты
1 ст. л. измельченной зелени укропа
1 ч. л. 3 %-го уксуса
1 ч. л. черного молотого перца
соль по вкусу

Для приготовления фарша смешать пропущенные через мясорубку мясо и репчатый лук, измельченную зелень мяты, соль, перец и воду.

Из полученной массы сформовать фрикадельки и отварить их в подсоленной воде.

Подать к столу, сбрызнув уксусом и посыпав измельченной зеленью укропа.

Баранина с шампиньонами

500 г баранины
150 г шампиньонов
100 г жира
2 маринованных огурца
2 репчатые луковицы
1 стручок острого перца

1 болгарский перец
1 стакан сливок
1 ч. л. аниса
соль по вкусу

Мясо нарезать порционными кусками, посолить, посыпать анисом и обжаривать в жире с обеих сторон в течение 15 минут, после чего переложить в отдельную посуду.

На сковороде, где жарилось мясо, положить нарезанный кольцами лук, нашинкованные огурцы, болгарский и острый перец и ломтики шампиньонов, влить сливки, довести до кипения и тушить в течение 15 минут, затем положить мясо в сковороду, перемешать и подать к столу.

Гуляш из баранины с картофелем

600 г баранины
100 г жира
5 клубней картофеля
4 репчатые луковицы
2 ст. л. томатной пасты
1 стручок острого перца
0,5 стакана мясного бульона
0,5 ч. л. молотого тмина
соль по вкусу

Мясо нарезать кусочками толщиной 0,5 см и длиной 2 см, посолить и обжаривать в растопленном жире в течение 5—7 минут, затем добавить крупно нарезанный лук, измельченный острый перец, тмин и жарить на сильном огне.

Через 10 минут положить натертый на крупной терке картофель, томатную пасту, добавить бульон и тушить в течение 7—8 минут.

Ломтики баранины с фасолью

600 г баранины
500 г консервированной фасоли
60 г жира
30 г топленого масла

2 репчатые луковицы
соль и красный молотый перец по вкусу

Мясо нарезать порционными кусками, поперчить, посолить и обжаривать в топленом масле в течение 15 минут.

Затем добавить мелко нарезанный лук, фасоль и поставить в умеренно разогретую духовку на 3—5 минут.

Сразу подать к столу.

Шницель по-казахски

400 г баранины
200 г бараньей печени
100 мл оливкового масла
2 репчатые луковицы
2 яйца
соль и красный молотый перец по вкусу

Мясо и печень нарезать кусками, поперчить, посолить и обжарить с обеих сторон в 50 мл оливкового масла.

На оставшемся масле потушить, добавив 0,25 стакана воды и соль, нашинкованные болгарский перец и лук.

Залить тушеные овощи взбитыми яйцами и жарить, помешивая, 3—5 минут.

Мясо и печень выложить на блюдо, сверху поместить тушеные овощи со взбитыми яйцами.

Шиш-кебаб по-турецки

1 кг баранины
1 лимон
50 г миндаля
150 г кислого молока
черный молотый перец, соль по вкусу

Мякоть баранины (заднюю ногу) нарезать кусочками по 30—40 г, положить в эмалированную посуду, полить соком лимона, посолить и поперчить. Выдержать в течение 2 часов.

Нанизать кусочки мяса на вертел и обжарить. Готовый шашлык посыпать измельченным миндалем и залить хорошо взбитым кислым молоком.

Подать, не снимая мясо с вертела.

Молочный кебаб

1 кг баранины

500 мл молока

корица, черный молотый перец, соль по вкусу

Мякоть баранины нарезать кусочками по 30—40 г, посолить, посыпать черным молотым перцем и выдержать 1—2 часа.

В кастрюлю влить молоко, довести до кипения, положить мясо и варить 20 минут.

Затем мясо нанизать на вертел и поджарить на решетке, время от времени поливая молоком.

Готовый кебаб посыпать корицей.

Жареная баранья нога

1 баранья нога
150 г топленого масла
10 клубней картофеля
8 болгарских перцев
сок 3 лимонов
1 пучок зелени петрушки
1 пучок зелени кинзы
2 ч. л. аджики
1 ч. л. молотого шафрана
1 ч. л. молотого черного перца
0,5 ч. л. корицы
соль по вкусу

Баранью ногу разрубить на несколько крупных кусков, смазать 100 г топленого масла, посолить, посыпать перцем, корицей, шафраном, уложить на противень вместе с очищенным и разрезанным пополам картофелем.

Для приготовления соуса смешать оставшееся топленое масло, лимонный сок, аджику и 1 стакан воды.

Мясо и картофель полить соусом и запекать в умеренно разогретой духовке в течение 45 минут, поливая время от времени выделяющимся жиром.

Затем положить на противень очищенный от семян болгарский перец, запекать в течение 10 минут.

Готовое мясо и овощи выложить на блюдо, посыпать измельченной зеленью петрушки и кинзы и подать к столу.

Бараньи почки по-татарски

500 г бараньих почек
80 г бараньего жира
3 репчатые луковицы
2 ст. л. муки
1 стакан сливок
1 стручок острого перца

соль и красный молотый перец по вкусу

Подготовленные бараньи почки разрезать пополам в длину, затем разрезать поперек на маленькие кусочки, обдать кипятком, промыть холодной водой и положить в сковороду с растопленным жиром.

Обжаривать в течение 5 минут, затем добавить нарезанный кольцами лук, измельченный острый перец, посолить, посыпать красным перцем, влить сливки с разведенной в них мукой и тушить в течение 15—20 минут.

Отварной сельдерей с бараниной под острым соусом

500 г корней сельдерея
300 г отварной баранины
3 ст. л. оливкового масла
2 яичных желтка
1 стакан молока
1 ч. л. горчицы
1 ч. л. муки
0,5 пучка зелени петрушки
соль и черный молотый перец по вкусу

Для приготовления соуса в теплое молоко насыпать муку, добавить соль, взбитые яичные желтки, горчицу и варить, помешивая, на слабом огне до загустения.

Затем добавить оливковое масло и молотый черный перец.

Корни сельдерея посолить, затем отварить, нарезать ломтиками, смешать с кусочками мяса, уложить на блюдо, полить соусом и украсить зеленью петрушки.

Мшалаут

500 г баранины
1 ч. л. молотого красного перца
1 лимон
1 лавровый лист
0,25 ч. л. молотого шафрана

соль и черный молотый перец по вкусу

Мясо нарезать порционными кусками, посолить, посыпать перцем и шафраном, положить в кастрюлю, влить 1,5 стакана воды, добавить лавровый лист и тушить до готовности.

Подать к столу, украсив ломтиками очищенного лимона.

Омлет с отварной бараниной по-таджикски

150 г отварной баранины

80 г жира

50 г тертого сыра

30 г сушеных грибов

50 г отварной домашней лапши

12 яиц

4 репчатые луковицы

соль по вкусу

Сушеные грибы отварить в подсоленной воде, мелко нарезать, добавить лапшу, нарезанный кольцами лук.

Яйца взбить и посолить.

Разогреть на сковороде жир, обжарить в нем кусочки отварной баранины и залить яичной массой, сверху положить приготовленную овощную смесь, посыпать тертым сыром и запечь в умеренно разогретой духовке.

Тушеная баранина с луком-пореем

700 г лука-порея

300 г баранины

50 г топленого масла

1 стакан сливок

1 ст. л. муки

соль и красный молотый перец по вкусу

Баранину нарезать тонкими ломтиками, посолить, поперчить и обжарить в топленом масле до золотистого цвета.

Добавить крупно нарезанный лук-порей, влить немного воды и тушить в течение 20 минут, после чего добавить муку, влить сливки, довести до кипения, снять с огня и подать к столу.

Баранина, сваренная на пару

1 кг баранины
6 клубней картофеля
1 ч. л. молотого тмина
соль и молотый черный перец по вкусу

Очищенный картофель разрезать на 4 части, мясо нарубить крупными кусками. Картофель положить в дуршлаг, сверху поместить куски мяса, посолить, поперчить и накрыть влажной салфеткой.

Кастрюлю заполнить на две трети водой.

Воду довести до кипения, закрепить над кастрюлей дуршлаг с картофелем и мясом, заложить щель между дуршлагом и краями кастрюли влажной салфеткой, закрыть дуршлаг крышкой и варить на пару в течение 1,5—2 часов.

Подать к столу, посыпав молотым тмином.

Сладкий таджин

1 кг баранины
1 кг тыквы
50 мл растительного масла
50 г топленого масла
50 г сахарной пудры
1 ч. л. муки
1 долька чеснока
1 лимон
1 апельсин
0,5 ч. л. корицы
0,5 ч. л. молотого шафрана
0,25 ч. л. молотого имбиря
соль по вкусу

Мясо нарезать небольшими кусками, натереть чесноком, посолить, посыпать имбирем, шафраном, положить в кастрюлю, добавить растительное масло, влить немного воды и тушить на медленном огне до готовности.

Затем добавить разведенную водой муку и довести до кипения.

Тыкву нарезать тонкими ломтиками, положить в глубокую сковороду и тушить, не добавляя воды и помешивая, до полного испарения жидкости.

Затем добавить соль, сахарную пудру, корицу, топленое масло и обжаривать в течение 40 минут, не переставая мешать.

Мясо выложить на блюдо, сверху поместить тыкву, полить оставшимся от тушения мяса соусом, украсить дольками лимона и апельсина и подать к столу.

Кефта, жаренная в масле

300 г баранины
200 мл оливкового масла
200 г картофельного пюре
3 пучка зелени петрушки
3 ст. л. муки
1 яйцо
2 репчатые луковицы
соль и черный молотый перец по вкусу

Мясо нарезать кусками и пропустить через мясорубку вместе с петрушкой и луком, добавить соль, перец, яйцо, картофельное пюре и перемешать.

Из приготовленного фарша сформовать котлеты, посыпать их мукой и обжарить до готовности в оливковом масле.

Кефта, запеченная в духовке

500 г баранины
1 долька чеснока
1 ч. л. молотого черного перца
1 ч. л. тмина
1 яйцо
1 ст. л. топленого масла
1 ст. л. панировочных сухарей
соль по вкусу

Мясо нарубить и пропустить через мясорубку, добавить толченый чеснок, соль, перец, тмин, яйцо и перемешать.

Из приготовленного фарша сформовать маленькие котлеты, уложить их на смазанный топленным маслом и посыпанный панировочными сухарями противень и поставить в умеренно разогретую духовку на 20 минут.

Таджин с овощами и изюмом

500 г баранины
100 г моркови
100 г репы
100 г кабачков
100 г помидоров
100 г изюма
50 мл растительного масла
3 репчатые луковицы
1 корень сельдерея
1 пучок зелени укропа
0,5 пучка петрушки
1 ч. л. аджики
сок 0,5 лимона
0,5 ч. л. черного молотого перца
0,5 ч. л. красного молотого перца
соль по вкусу

Баранину нарезать небольшими кусочками и обжарить в растительном масле до золотистого цвета.

Затем посолить, поперчить, добавить нарезанные кубиками морковь, репу, кабачки, корень сельдерея, измельченный лук и очищенные от кожицы дольки помидоров.

Влить немного воды, тушить в течение 30 минут, после чего положить предварительно замоченный изюм.

Через 15 минут посыпать блюдо измельченной зеленью укропа и петрушки, добавить аджику, заправить лимонным соком и подать к столу.

Рубленые котлеты из баранины

400 г баранины
100 г бараньего сала
100 г панировочных сухарей
50—80 г бараньего жира
50 г муки
50 г белого хлеба
3 яйца
1 репчатая луковица

соль и красный молотый перец по вкусу

Мясо, сало и хлеб пропустить через мясорубку, добавить мелко нарезанный лук, перец, соль, 1 яйцо, муку, 30 г панировочных сухарей.

Фарш перемешать, сформовать из него котлеты, обвалять их в панировочных сухарях, полить взбитыми яйцами и обжарить на жире с обеих сторон.

Спаржа с жирной бараниной

400 г спаржи

150 г жирной баранины

50 г сливочного масла

1 ст. л. тертого сыра

сок 0,5 лимона

соль и черный молотый перец по вкусу

Очищенную спаржу отварить в подсоленной воде.

Жирную баранину нарезать маленькими кусочками, посолить, поперчить, положить в сковороду, добавить сливочное масло и обжаривать в течение 5—7 минут.

Затем влить немного воды, перемешать и тушить до готовности на слабом огне.

Выложить на блюдо спаржу, сверху положить кусочки мяса, сбрызнуть лимонным соком, посыпать тертым сыром и подать к столу.

Баранина с черносливом и миндалем

600 г баранины

300 г чернослива

100 г обжаренного миндаля

2 ст. л. сахара

2 ст. л. топленого масла

2 ст. л. оливкового масла

1 репчатая луковица

1 лимон

1 лавровый лист

1 ч. л. меда

0,5 ч. л. корицы
0,5 ч. л. кунжутного семени
0,25 ч. л. молотого имбиря
0,25 ч. л. молотого шафрана
0,25 ч. л. молотого душистого перца
молотый мускатный орех на кончике ножа
соль по вкусу

Предварительно замоченный чернослив залить горячей водой и варить в течение 5—7 минут.

Смешать шафран, имбирь, мускатный орех и душистый перец, положить смесь в теплую воду, добавить оливковое масло и перемешать.

Мясо нарезать тонкими ломтиками и окунуть каждый в приготовленную смесь.

Ломтики мяса посолить, положить в кастрюлю, влить немного воды, добавить лавровый лист, нарезанный кольцами лук, толченый миндаль, топленое масло и тушить в течение 20—25 минут, после чего положить чернослив, добавить сахар, мед, корицу и кунжутное семя. Через 5—7 минут разложить приготовленное блюдо по тарелкам, украсить ломтиками очищенного лимона и подать к столу.

Таджин с яблоками

500 г баранины
500 г зеленых яблок
2 ст. л. оливкового масла
1 ч. л. муки
0,5 ч. л. молотого шафрана
0,5 ч. л. молотого имбиря
соль по вкусу

Мясо нарезать крупными кусками, положить в кастрюлю, посолить, посыпать шафраном и имбирем, добавить оливковое масло, влить немного воды и тушить до готовности.

Затем положить очищенные от кожицы и сердцевин и разрезанные пополам яблоки, влить немного воды и тушить в течение 7 минут, после

чего добавить разведенную в небольшом количестве воды муку и тушить 3—5 минут.

Таджин с айвой

500 г баранины

300 г айвы

2 ст. л. сахара

2 ст. л. топленого масла

0,5 ч. л. молотого шафрана

молотый мускатный орех на кончике ножа

соль по вкусу

Разрезать айву на четыре части, посыпать сахаром, залить холодной водой и отварить до готовности.

Мясо нарезать маленькими кусочками и обжаривать в топленом масле в течение 5 минут, затем посолить, посыпать шафраном и мускатным орехом, влить немного отвара айвы и тушить на слабом огне в течение 20—30 минут.

Затем положить айву, влить немного отвара, довести до кипения и подать к столу.

Мосли по-мароккански

1 баранья нога
500 г картофеля
100 г сливочного масла
1 ст. л. муки
1 ст. л. лимонного сока
1 ст. л. 3 %-го уксуса
несколько веточек петрушки
0,5 ч. л. молотого шафрана
соль и черный молотый перец по вкусу

В подготовленной бараньей ноге сделать глубокие надрезы.

Соль, уксус, молотый черный перец и шафран залить 1 стаканом воды, перемешать и полить мясо приготовленной смесью.

Мясо и разрезанный пополам очищенный картофель уложить на посыпанный мукой противень, добавить нарезанное небольшими кусочками масло, поставить в сильно разогретую духовку и запекать до готовности, сбрызгивая время от времени разведенным в 1 стакане воды лимонным соком.

Подать к столу, украсив веточками петрушки.

Рубленые котлеты из баранины с чесноком

400 г баранины
100 г бараньего сала
100 г панировочных сухарей
50—80 г бараньего жира
50 г муки
50 г белого хлеба
3 яйца
2 дольки чеснока
1 репчатая луковица
соль и красный молотый перец по вкусу

Мясо, сало и хлеб пропустить через мясорубку, добавить мелко нарезанный лук, толченый чеснок, перец, соль, 1 яйцо, муку, 30 г

панировочных сухарей.

Фарш перемешать, сформовать из него котлеты, обвалять их в панировочных сухарях, полить взбитыми яйцами и обжарить на жире с обеих сторон.

Мешмашия

1 кг баранины
500 г кураги
200 г изюма
4 репчатые луковицы
3 помидора
3 ст. л. растительного масла
0,5 ч. л. корицы
0,5 ч. л. молотого душистого перца
соль по вкусу

Мясо нарезать порционными кусками, положить в кастрюлю, добавить очищенные от кожицы и измельченные помидоры, растительное масло, соль, душистый перец, нашинкованный лук, влить немного воды и тушить в течение 45—50 минут.

Затем положить предварительно замоченные курагу и изюм, корицу, тушить на слабом огне 20 минут, после чего подать к столу.

Баранина с каштанами и изюмом

500 г баранины
200 г каштанов
150 мл оливкового масла
100 г изюма
50 г гороха
1 ст. л. сахара
соль и черный молотый перец по вкусу

Мясо нарезать небольшими кусочками, посолить, поперчить и обжарить в оливковом масле до золотистого цвета, после чего добавить сахар, изюм, предварительно замоченные каштаны и горох.

Влить немного воды, довести до кипения, убавить огонь до минимума и тушить в течение 1,5 часов.

Жареная баранья лопатка

1 баранья лопатка
50 г топленого масла
2 ст. л. растительного масла
2 дольки чеснока
0,5 ст. л. муки
соль и черный молотый перец по вкусу

Баранью лопатку смазать топленым маслом, натереть чесноком, посыпать солью, перцем, положить в кастрюлю, залить водой и варить в течение 1,5 часов на умеренном огне.

Затем вынуть лопатку и обжарить ее на растительном масле до золотистого цвета.

Для приготовления соуса кастрюлю, в которой варилось мясо, снова поставить на огонь и уварить бульон до 0,25 первоначального объема, затем добавить муку, размешать и довести до кипения.

Обжаренную лопатку выложить на блюдо, полить приготовленным соусом и подать к столу.

Баранина с тушеным рисом

400 г жирной баранины
300 г риса
50 г топленого масла
50 г курдючного жира
1 ст. л. муки
1 репчатая луковица
0,5 стакана мясного бульона
соль и красный молотый перец по вкусу

Баранину нарезать тонкими ломтиками, посолить, поперчить, посыпать мукой и обжарить в курдючном жире до золотистого цвета.

Затем добавить нашинкованный лук, влить бульон и тушить до готовности.

Топленое масло разогреть в кастрюле, положить рис, перемешать, налить 2—3 стакана воды, добавить соль и довести до готовности в умеренно разогретой духовке.

Рис выложить горкой на блюдо, сверху поместить ломтики баранины, полить оставшимся от тушения соусом и подать к столу.

Баранина, запеченная с цветной капустой

500 г цветной капусты
200 г отварной баранины
50 г курдючного жира
3 ст. л. молока
2 яйца
1 репчатая луковица
0,5 стакана муки
соль и черный молотый перец по вкусу

Капусту отварить в подсоленной воде и нарезать небольшими кусочками.

В глубокую сковороду с растопленным жиром положить нарезанный кольцами лук, капусту, ломтики отварной баранины, посолить, поперчить и перемешать.

Яйца взбить с молоком, добавить муку и полить приготовленным тестом смесь.

Поставить сковороду в умеренно разогретую духовку на 10 минут.

Яблоки, фаршированные бараниной

300—400 г фарша из баранины
8 яблок
3 ст. л. белого сухого вина
1 репчатая луковица
1 ст. л. жира
0,5 ч. л. черного молотого перца
соль по вкусу

Фарш из баранины смешать с тертым луком, поперчить, посолить, перемешать, положить на сковороду, добавить жир, влить вино и

тушить на сильном огне 5—7 минут.

Из очищенных яблок вынуть сердцевину и заполнить отверстия готовым фаршем.

Фаршированные яблоки уложить на смазанный жиром противень и запекать в умеренно разогретой духовке в течение 5—7 минут.

Таджин с помидорами

3 кг помидоров

1 кг баранины

100 мл растительного масла

1 пучок зелени петрушки

0,5 ч. л. молотого имбиря

0,25 ч. л. молотого шафрана

соль по вкусу

Мясо разрезать на 10 кусков, положить в кастрюлю, посолить, посыпать имбирем и шафраном, влить растительное масло, немного воды и тушить, помешивая, до готовности.

Затем вынуть из кастрюли мясо, положить в нее очищенные от кожицы и разрезанные на 4 части помидоры, добавить измельченную зелень петрушки и тушить, помешивая, до загустения.

Затем положить мясо, тушить 10—15 минут, после чего подать блюдо к столу.

Кефта по-тунисски

500 г баранины
200 г панировочных сухарей
100 мл растительного масла
100 мл томатного соуса
2 репчатые луковицы
2 яйца
2 дольки чеснока
1 пучок зелени петрушки
соль и красный молотый перец по вкусу

Мясо пропустить через мясорубку, добавить тертый лук, яйца, панировочные сухари, толченый чеснок, измельченную зелень петрушки, соль и перец.

Фарш перемешать и сформовать из него шарики диаметром 3—3,5 см.

Обжаривать изделия в растительном масле в течение 10—15 минут, затем подать к столу, полив томатным соусом.

Кабама

1 баранья лопатка
500 г картофеля
200 мл оливкового масла
1 репчатая луковица
1 ст. л. томатной пасты
соль и черный молотый перец по вкусу

Баранью лопатку разрубить на 5—7 кусков, посолить, поперчить, положить в кастрюлю, добавить 100 мл оливкового масла, измельченный лук и обжаривать в течение 20 минут.

Затем влить разведенную 2 стаканами воды томатную пасту и тушить на среднем огне до готовности, добавляя время от времени воду.

Картофель разрезать на 4 части, посолить, обжарить в оставшемся оливковом масле, затем положить в кастрюлю с мясом, влить немного воды и тушить на среднем огне в течение 15 минут.

Бараньи ребрышки на листьях салата

500 г бараньих ребрышек

100 г топленого масла

3—4 ст. л. панировочных сухарей

2 яйца

1 пучок салата

0,5 ч. л. молотого красного перца

соль по вкусу

Бараньи ребрышки нарубить порционными кусками, посолить, поперчить, смазать взбитыми яйцами, обвалять в панировочных сухарях и обжарить до готовности в топленом масле.

Листья салата разложить на блюде, сверху положить жареные бараньи ребрышки и подать к столу.

Другие национальные мусульманские вторые блюда

Хасиб, жаренный с овощами

500 г хасиба

100 г бараньего сала

6 болгарских перцев

2 репчатые луковицы

2 ч. л. 3 %-го уксуса

1 ст. л. аджики

1 пучок зелени петрушки

соль и черный молотый перец по вкусу

Болгарский перец, хасиб и сало нарезать крупными кусками, лук – кольцами, нанизать вперемежку на шампуры, посолить, сбрызнуть уксусом, поперчить и обжарить над раскаленными углями.

Затем смазать аджикой, посыпать измельченной зеленью петрушки и подать к столу.

Лагман традиционный

500 г говядины

400 г пшеничной муки

100 мл молока

30 г гороха

5 репчатых луковиц

5 ст. л. растительного масла

3 яичных желтка

3 клубня картофеля

2—3 стакана говяжьего бульона

2 моркови

2 ст. л. томатной пасты

1 долька чеснока

0,5 репы

0,5 ч. л. зиры

соль и черный молотый перец по вкусу

Просеянную муку высыпать горкой в глубокую миску, сделать сверху углубление в форме воронки, влить в него молоко и яичные желтки.

Замесить тесто и оставить его на 1,5 часа.

Затем раскатать тесто в пласт толщиной не более 3,5 мм, нарезать лагман (длинная лапша) шириной 3 мм и немного растянуть его.

Лагман опустить в кипящую подсоленную воду и варить в течение 10 минут, после чего откинуть на дуршлаг и смазать перекаленным растительным маслом. Горох отварить до полуготовности.

Для приготовления кайлы лук нарезать кольцами, картофель, морковь и репу – соломкой, мясо – небольшими кусочками. Обжарить мясо и лук на растительном масле в течение 3 минут, добавить томатную пасту, убавить огонь до минимума и через 10 минут положить морковь, репу и толченый чеснок.

Через 10 минут влить немного бульона, добавить картофель, горох, перец, зиру, соль и тушить до готовности.

Лагман разогреть в разведенном водой кипящем бульоне, уложить на блюдо, сверху поместить кайлу.

Тастира с жареной рыбой

1 кг филе рыбы
3 клубня картофеля
3 болгарских перца
2—3 помидора
2 стручка острого перца
2 дольки чеснока
2 яйца
2 ст. л. топленого масла
1 стакан растительного масла
1 лимон
0,5 пучка зелени укропа
0,5 пучка зелени петрушки
0,5 ч. л. черного молотого перца
0,5 ч. л. молотого тмина
соль по вкусу

Филе рыбы посолить, посыпать тмином, измельченным чесноком (1 долька) и обжарить в раскаленном растительном масле.

Картофель нарезать соломкой, посолить, поперчить и обжарить в смеси топленого и растительного масла.

Для приготовления тастиры очищенный от семян болгарский и острый перец обжарить в масле, после чего снять кожицу и мелко нарезать перец.

Помидоры опустить на несколько секунд в кипящую воду, очистить от кожицы, разрезать пополам и выложить на сковороду.

Добавить толченый чеснок, соль, растительное масло и жарить в течение 3 минут, затем протереть смесь через сито, смешать с приготовленным перцем, довести до кипения, добавить яйца, тмин, немного воды, перемешать и тушить в течение 3—4 минут.

Жареную рыбу, тастирu, посыпанный измельченной зеленью укропа и петрушки жареный картофель и дольки лимона подать к столу на большом блюде.

Шавля с сушеным урюком и мятой

500 г риса мистраль

2 моркови

250 г урюка

2 репчатые луковицы

1 ст. л. сухой мяты

1 ст. л. барбариса

1 ч. л. сладкой молотой паприки

1 ч. л. зиры

кинза, зеленый лук, соль, черный перец по вкусу

растительное масло для жарки

В казане, в раскаленном масле обжарить половинку луковицы до почернения, затем выбросить ее.

Оставшийся репчатый лук нарезать кольцами, морковь – соломкой, обжарить до подрумянивания и посолить.

Влить воду (примерно, 2,5 л) и варить, помешивая, 20 минут.

Всыпать промытый рис, урюк, добавить соль и специи: перец, паприку, барбарис, зиру, сухую мяту. Убавить огонь и варить, не накрывая крышкой, пока рис не будет готов, а вода полностью не

испарится. Если воды мало, а рис еще не готов – добавить немного кипятка.

Готовую шавлю накрыть крышкой и дать настояться 10 минут. Подавать, выложив на сервировочное блюдо и посыпав рубленым зеленым луком и кинзой.

Цыпленок в медовом соусе

1 цыпленок весом 700—800 г
250 г чернослива
100 г миндаля
100 г топленого масла
50 г зеленого горошка
2 репчатые луковицы
2 ст. л. меда
2 ч. л. кунжутного семени
1 ст. л. оливкового масла
1 ч. л. лимонного сока
0,5 граната
0,5 ч. л. молотого черного перца
0,5 ч. л. корицы
0,5 ч. л. молотого шафрана
молотый имбирь на кончике ножа
соль по вкусу

Подготовленную тушку цыпленка положить в кастрюлю, посолить, поперчить, сбрызнуть лимонным соком, посыпать шафраном, имбирем, корицей, измельченным луком, добавить топленое масло, влить 1 стакан воды и тушить на среднем огне до готовности.

Цыпленка вынуть из кастрюли, положить туда предварительно замоченный чернослив, тушить в течение 15—20 минут.

Чернослив переложить в отдельную посуду. В кастрюлю добавить мед и, помешивая, варить до консистенции густого соуса, после чего положить в кастрюлю вареного цыпленка. Тушить в течение 5 минут и снять кастрюлю с огня.

Миндаль перемешать с кунжутным семенем и обжарить в оливковом масле до золотистого цвета.

Цыпленка уложить на блюдо, украсить черносливом, зернами граната и зеленым горошком, полить медовым соусом, посыпать смесью миндаля и кунжута и подать к столу.

Перец, фаршированный овощами

4 болгарских перца
4 стебля лука-порей
3 ст. л. оливкового масла
2 репчатые луковицы
2 моркови
2 помидора
1 пучок зелени петрушки
1 ст. л. 3 %-го уксуса
1 долька чеснока
1 лавровый лист
1 бутон гвоздики
0,5 ч. л. сахара
0,5 ч. л. черного молотого перца
0,5 ч. л. молотого шафрана
корица и молотый имбирь на кончике ножа
соль по вкусу

Для приготовления маринада в кипящую воду положить сахар, соль, черный молотый перец, корицу, шафран, лавровый лист, гвоздику, имбирь, кипятить на слабом огне в течение 5 минут, затем добавить уксус и снова довести до кипения.

Для приготовления фарша лук, морковь и петрушку мелко нарезать, посолить, обжарить в оливковом масле, добавить протертые помидоры, толченый чеснок, влить немного воды и тушить до готовности.

У болгарского перца сделать круговой надрез у плодоножки и удалить ее вместе с семенами.

Опустить перец на 2—3 минуты в кипящий маринад, затем начинить фаршем, оформить в виде корзиночек, используя лук-порей, и подать к столу.

Буза из сорго с орехами

200 г сорго
2 ст. л. топленого масла
1 ст. л. молотого миндаля
1 ст. л. молотого фундука
1 ст. л. молотых грецких орехов
1 ст. л. молотого арахиса

соль и сахар по вкусу

Предварительно замоченное сорго залить 0,5 л воды и варить до размягчения.

Добавить смесь из миндаля, фундука, арахиса и грецких орехов, соль, сахар и варить до готовности.

Добавить в кашу топленое масло, закрыть кастрюлю крышкой и оставить на 10—15 минут, после чего подать к столу.

Хасиб из говядины

300 г жирной говядины

100 г говяжьих кишок

100 г тертой редьки

2 ст. л. растительного масла

2—3 репчатые луковицы

0,5 пучка зелени петрушки

0,25 ч. л. красного молотого перца

соль и черный молотый перец по вкусу

Мясо и лук пропустить через мясорубку. Положить в фарш мелко нарезанную зелень петрушки, соль и перец.

Обработанные кишки наполнить приготовленным фаршем, связать концы суровой ниткой, придав полуфабрикату форму полумесяца.

Хасиб обжарить на растительном масле и подать горячим с гарниром из тертой редьки.

Сумаляк (каша из пророщенного зерна)

200 г пророщенных зерен пшеницы

20 г сливочного масла

1—2 ч. л. меда

1 апельсин

0,5 граната

молотый имбирь на кончике ножа

соль и сахар по вкусу

Пророщенные зерна пшеницы замочить в теплой воде на 1 час.

Слить воду, положить зерна в кастрюлю, залить чистой водой, довести до кипения, добавить соль, сахар, имбирь и варить на слабом огне до готовности.

Заправить сумаляк сливочным маслом, полить медом и подать к столу, украсив зернами граната и кружочками апельсина.

Лаасида

250 г манной крупы
50 г сливочного масла
3 ст. л. меда
соль по вкусу

Влить в кастрюлю 1,5 л горячей воды, постепенно всыпать манную крупу и, помешивая, довести до кипения.

Варить на среднем огне в течение 10 минут, затем добавить соль, 20 г сливочного масла, убавить огонь до минимума и варить 20 минут, постоянно помешивая.

Выложить готовую лаасиду на блюдо, полить медом и украсить маленькими кусочками сливочного масла.

Манпар

700 г говядины
400 г пшеничной муки
50 г топленого сала
4 стакана говяжьего бульона
3—4 веточки кинзы
2 помидора
2 репчатые луковицы
2 дольки чеснока
1 пучок зелени петрушки
1 лавровый лист
1 ст. л. томатной пасты
1 ч. л. аджики
1 ч. л. 3 %-го уксуса
1 ч. л. черного молотого перца
молотый имбирь на кончике ножа

соль по вкусу

Муку высыпать горкой в глубокую миску, сделать сверху углубление в форме воронки, положить соль, влить немного воды, замесить тесто.

Через 2—3 часа раскатать тесто в длинный плоский жгут.

Разрезать его на маленькие кусочки, опустить их в кипящую подсоленную воду, варить 10 минут, затем откинуть на дуршлаг.

Мясо нарезать кубиками, положить в глубокую сковороду, обжарить в топленом сале с нашинкованным луком, добавить томатную пасту, аджику, перец, имбирь, соль, уксус, влить бульон и тушить в течение 20—25 минут на среднем огне.

Затем положить лавровый лист и тушить еще 10 минут. Клецки переложить в сковороду к мясу, добавить толченый чеснок, довести до кипения и снять с огня.

Подать к столу, посыпав мелко нарубленной зеленью петрушки и украсив фигурно нарезанными помидорами и веточками кинзы.

Сутли из бараньего легкого

2 л молока
150 г топленого масла
100 г муки
1 баранье легкое
1 пучок зелени петрушки
соль и черный молотый перец по вкусу

Баранье легкое нарезать порционными кусками, посолить и тушить в смеси молока, муки и топленого масла до готовности.

Готовое легкое охладить, поперчить, посыпать измельченной зеленью петрушки и подать к столу.

Ясса

800 г мяса курицы
4—5 ст. л. оливкового масла
4 репчатые луковицы
сок 3 лимонов
0,5 стручка острого перца
0,5 ч. л. черного молотого перца
соль по вкусу

Мясо курицы нарубить кусками, посолить, поперчить, посыпать мелко нарезанным острым перцем и кольцами лука, полить лимонным соком, 2 ст. л. оливкового масла и положить в прохладное место на сутки.

Куски мяса обсушить салфеткой, уложить на противень и жарить в разогретой до 200—230 ° С духовке в течение 15 минут, периодически сбрызгивая маринадом.

Маринованный лук обжарить на оливковом масле до золотистого цвета, затем добавить маринад и 0,5 стакана воды, довести до кипения, положить куски курицы и тушить до готовности.

Фасоль, отваренная с луком и помидорами

500 г фасоли
4 помидора
4 репчатые луковицы
4 ст. л. растительного масла
черный молотый перец и соль по вкусу

Варить замоченную фасоль в течение полчаса, затем посолить и поперчить, влить растительное масло, добавить тертый лук.

Помидоры обдать кипятком, снять кожицу, удалить семена, после чего тонко нарезать и добавить к фасоли.

Куен гушти из кролика

1 тушка кролика
1 л растительного масла
1 пучок зелени петрушки
1 репчатая луковица
1 ч. л. черного молотого перца
соль по вкусу

Обработанную тушку кролика разрубить на куски весом 80—100 г, посолить и обжарить во фритюре до образования корочки золотистого цвета. Затем положить куски мяса на противень, поперчить, посыпать измельченным луком и поместить в разогретую до 180 ° С духовку на 15—20 минут.

Готовое мясо посыпать рубленой зеленью петрушки и подать к столу с овощным салатом.

Соте овощное

500 г помидоров
250 г репчатого лука
300 г моркови
450 г сладкого болгарского перца
800 г баклажанов
3—4 зубчика чеснока
1 ч. л. сахара
3 лавровых листа

0,5 стакана растительного масла
черный молотый перец, соль по вкусу

Все овощи нарезать кольцами приблизительно одной толщины.

Слоями уложить в казан (или любую большую толстостенную посуду), чередуя помидоры, репчатый лук, морковь, перец, баклажаны, затем опять перец, морковь, лук и помидоры. Каждый слой чуть присыпать солью и молотым перцем, сверху посыпать сахаром, уложить лавровый лист и тонко нарезанный чеснок.

Полить растительным маслом.

Закрывать казан крышкой. Довести до кипения, после чего уменьшить огонь и томить под крышкой примерно 40 минут. Готовые овощи разложить по тарелкам и подать с мягким белым хлебом.

Оджа традиционная

4 яйца
4 ст. л. томатной пасты
2 дольки чеснока
1 ч. л. аджики
0,5 стакана оливкового масла
0,5 ч. л. молотого тмина
соль по вкусу

Томатную пасту развести 1 стаканом воды, вылить в глубокую сковороду, добавить оливковое масло, аджику, тмин, измельченный чеснок и соль.

Варить 15 минут, затем вбить в горячую смесь яйца, размешать и подать к столу.

Куропатка, тушенная с айвой

400 г мяса куропатки
100 г айвы
3 ст. л. оливкового масла
2 моркови
0,25 ч. л. черного молотого перца

соль по вкусу

Мясо нарезать порционными кусками, посолить, поперчить и положить в прохладное место на 1,5—2 часа, после чего обжаривать в течение 10 минут, добавив оливковое масло, тертую морковь и дольки айвы.

Влить небольшое количество воды и тушить на слабом огне в течение 50 минут.

Мургкабоби

500 г мяса курицы
300 г картофеля
50 г слоеного теста
2 ст. л. топленого масла
2 моркови
2 репчатые луковицы
2 дольки чеснока
соль по вкусу

Мясо курицы нарубить кусками по 40—50 г, обжарить в топленом масле, добавив измельченный лук, нарезанную соломкой морковь и соль.

Выложить приготовленную массу в горшочки, сверху положить нарезанный соломкой картофель и толченый чеснок.

Горшочки закрыть «крышками» из слоеного теста и поставить в разогретую до 200 ° С духовку на 10—15 минут.

Оджа с острым соусом

4 яйца
4 дольки чеснока
2 ч. л. аджики
1 ст. л. томатной пасты
0,5 ч. л. молотого кориандра
0,5 стакана оливкового масла
0,5 ч. л. красного молотого перца

соль по вкусу

Оливковое масло нагреть в глубокой сковороде, добавить толченый чеснок, разведенные в 0,5 стакана воды томатную пасту и аджику, кориандр, перец, соль и тушить в течение 5 минут на слабом огне. Яйца взбить, вылить в сковороду с соусом и тушить на слабом огне, помешивая, в течение 1—2 минут.

Курица с морковью

800 г филе курицы
3 ст. л. растительного масла
1,5 кг моркови
1 долька чеснока
0,5 стакана лимонного сока
цедра 0,5 лимона
соль по вкусу

Мясо курицы нарубить небольшими кусками, уложить в кастрюлю, посолить, добавить толченый чеснок, растительное масло, 1 стакан воды и довести до кипения на среднем огне.

Перемешать, положить нарезанную соломкой морковь и тушить до готовности, влив при необходимости немного воды.

Затем добавить разрезанную на несколько частей кожуру лимона, лимонный сок, довести до кипения и варить 10 минут.

Поместить куски мяса на блюдо, а сверху выложить морковь.

Жута-нан

200 г пшеничной муки
7 шт. моркови
6 репчатых луковиц
3 ст. л. сметаны
1 ст. л. топленого масла
1 яйцо
0,5 ч. л. красного молотого перца
соль по вкусу

Муку всыпать горкой в глубокую миску, сделать сверху углубление в форме воронки, добавить соль, яйцо, влить немного воды и замесить тесто.

Для приготовления фарша морковь и репчатый лук нарезать соломкой, посолить, поперчить и перемешать.

Раскатать тесто в пласт толщиной 2 мм, смазать топленным маслом, разложить ровным слоем фарш и свернуть рулетом.

Варить на пару в течение 30 минут, затем подать к столу, полив сметаной.

Самса с мясом курицы

500 г мяса курицы
300 г пшеничной муки
3 ст. л. сметаны
1 репчатая луковица
1 ст. л. растительного масла
черный молотый перец и соль по вкусу

Для приготовления фарша мясо курицы нарезать маленькими кусочками, добавить рубленый лук, соль, перец, 1,5—2 ст. л. воды и перемешать.

Муку высыпать горкой в миску, добавить соль, 0,5 стакана воды, замесить тесто и раскатать из него небольшие круглые лепешки.

На середину каждой лепешки положить приготовленный фарш, завернуть изделия в виде треугольников и защипнуть края.

Самсу разложить на смазанном растительным маслом противне и выпекать в разогретой до 250 ° С духовке в течение 12—15 минут.

Подать к столу, полив сметаной.

Яхна барра из молодого ягненка

ягненок весом 3 кг

1,5 кг моркови

4 ст. л. виноградного уксуса

4 лавровых листа

2 ст. л. черного перца горошком

2 пучка зелени петрушки

соль по вкусу

Подготовленную тушку ягненка залить холодной водой, смешанной с виноградным уксусом, оставить на 1 час, затем разрубить на куски весом по 100—150 г, положить в большую кастрюлю или котел, залить кипящей водой так, чтобы она полностью покрывала мясо и варить в течение 30 минут.

Затем добавить черный перец горошком, лавровый лист, соль, нарезанную кружочками морковь и варить на слабом огне в течение 30—40 минут.

Готовое мясо и морковь посыпать измельченной зеленью петрушки и подать к столу.

Лахчак

200 г говядины

3 репчатые луковицы

1 долька чеснока

1 стакан пшеничной муки

1 ст. л. томатной пасты

1 ч. л. жира

соль и черный молотый перец по вкусу

Для приготовления теста развести муку водой, затем раскатать в пласт, нарезать кусочками в форме квадратов и отварить в подсоленной воде, после чего откинуть на дуршлаг.

Нарезанное кусочками мясо обжарить на жире с добавлением томатной пасты, соли, перца, толченого чеснока и нашинкованного лука, добавить готовые изделия из теста, перемешать и подать к столу.

Товук буглама с курицей и айвой

1 тушка курицы
300 г мясного фарша
2 айвы
2 ч. л. лимонного сока
1 репчатая луковица
соль и черный молотый перец по вкусу

Подготовленную тушку курицы посолить, поперчить, начинить смесью мясного фарша, нашинкованного лука и мелко нарезанной айвы.

Положить курицу в каскан и варить на пару в течение 2,5 часов.
Готовую курицу сбрызнуть лимонным соком и подать к столу.

Овощи фри запеченные

1 кг помидоров
500 г картофеля
500 г репчатого лука
500 г баклажанов
500 г кабачков
300—400 мл растительного масла
5 долек чеснока
соль и черный молотый перец по вкусу

Картофель нарезать соломкой, лук, баклажаны и кабачки – кружочками.

Последовательно положить во фритюр картофель, кабачки, баклажаны.

Глубокий противень смазать растительным маслом и уложить в него овощи слоями, соблюдая ту же последовательность.

Лук отварить в подсоленной воде и уложить на овощи.

Поверх лука положить 500 г нарезанных кружками помидоров.

Приготовить томатный соус, используя оставшиеся помидоры, а такперец и чеснок.

Залить овощи полученным томатным соусом и несколько минут запекать в духовке.

Оладьи из картофеля

1 кг картофеля
150—200 мл растительного масла
100 г тертого сыра
3 яйца
2 ст. л. муки
1 лимон
черный молотый перец и соль по вкусу

Очищенный картофель крупно нарезать, опустить в кипящую воду и варить в течение 20 минут, после чего воду слить, а картофель размять.

Влить яйца, добавить тертый сыр, посолить, поперчить и перемешать все ингредиенты.

Из картофельной массы сформовать маленькие шарики, обвалять их в муке и сплющить. Полученные оладьи обжарить во фритюре, после чего обсушить на бумажной салфетке.

Готовое блюдо подать на стол с ломтиками лимона.

Запеканка из шпината

1 кг шпината
100 г сливочного масла
50 г тертого сыра
соль и черный молотый перец по вкусу

Листья шпината залить кипящей водой и бланшировать в течение 10 минут, после чего откинуть на дуршлаг и размять в пюре.

Полученное пюре посолить, поперчить, положить в чугунную сковороду, выложив сверху сливочное масло кусочками.

Посыпать шпинат тертым сыром и выпекать в духовке в течение 15 минут.

Картофель с мятой

1 кг картофеля
4 ст. л. растительного масла
2 яйца
1 головка чеснока
1 пучок зеленой мяты
1 ст. л. аджики
черный молотый перец и соль по вкусу

Картофель нарезать, положить в кастрюлю, после чего соединить толченый чеснок, соль, черный перец, аджику и растительное масло.

Полученной смесью залить картофель, добавить 1 л воды, довести до кипения и тушить на медленном огне.

Зеленую мяту промыть и добавить в кастрюлю с картофелем.

Тушить полученную смесь в течение 20 минут.

Яйца разбить, смешать с несколькими ложками картофельного отвара, тщательно взбить и влить в кастрюлю.

Через несколько минут снять кастрюлю с огня.

Тыква, тушенная с рисом и изюмом

500 г тыквы
150 г сахара
100 г сливочного масла
100 г вареного риса
100 мл молока
50 г изюма

Очищенную и нарезанную кусочками тыкву поместить в кастрюлю с кипящей водой, варить 15 минут, после чего влить молоко, добавить сахар, 50 г сливочного масла, рис и тушить в течение 15 минут, периодически помешивая.

Затем добавить обжаренный на сливочном масле изюм, тушить 5 минут, после чего подать к столу.

Чекчука из помидоров

1 кг свежих помидоров
6 яиц
2 ст. л. оливкового масла
1 долька чеснока
1 ч. л. аджики
черный молотый перец и соль по вкусу

Помидоры очистить от кожицы, нарезать дольками и положить в сковороду, добавить толченый чеснок, черный перец, соль, аджику, оливковое масло и тушить на медленном огне в течение 10 минут, после чего влить 1 стакан воды и дождаться, пока она выкипит.

Залить помидоры яйцами и тушить полученную смесь еще 15 минут.

На заметку!

Это блюдо арабского происхождения чрезвычайно популярно в Израиле в качестве завтрака, а называется оно

там «шакшука». В него там также добавляют репчатый лук, сладкий перец и много зелени.

Чекчука с болгарским перцем

1 кг болгарского перца
500 г свежих помидоров
5 яиц
4 ст. л. оливкового масла
молотый красный перец и соль по вкусу

Помидоры обдать кипятком, снять с них кожицу, удалить семена, нарезать дольками и положить в сковороду.

Добавить масло, посолить и поперчить, после чего тушить на слабом огне в течение 20 минут.

Испечь в духовке болгарский перец, затем снять с него кожицу и удалить семена.

Перец нарезать дольками и соединить с помидорами.

Тушить блюдо 30 минут, после чего залить взбитыми яйцами, перемешать, нагревать в течение 3 минут, затем подать к столу.

Чекчука с кабачками

500 г кабачков
500 г помидоров
500 г болгарского перца
200 мл оливкового масла
3 яйца
3 дольки чеснока
черный молотый перец и соль по вкусу

Помидоры положить в кипяток на 5 минут, после чего снять с них кожицу.

Болгарский перец испечь в духовке, снять с него кожицу и удалить семена.

Кабачки нарезать дольками и вместе с перцем обжарить на оливковом масле, после чего положить в сковороду помидоры, толченый чеснок, соль и перец.

Тушить 15 минут, затем залить взбитыми яйцами и довести до готовности.

Жаркое из куриных желудочков с грибами

600 г куриных желудочков
300 г шампиньонов
3 картофелины
1 репчатая луковица
1 морковь
4—5 зубчиков чеснока
5 ст. л. сухого белого вина
1 кубик куриного бульона
растительное масло
соль, перец, приправы по вкусу

Желудочки хорошо промыть, снять пленку. В казане разогреть растительное масло, положить желудочки, посолить, поперчить и обжарить на сильном огне 5 минут.

В это время нарезать полукольцами лук и морковь, добавить к желудочкам, уменьшить огонь и обжаривать 20 минут.

Почистить картофель, нарезать не слишком мелко, добавить к желудочкам, посыпать куриным кубиком, долить воду и вино, чтобы жидкость слегка покрыла содержимое казана.

Тушить 20—30 минут на среднем огне, изредка помешивая.

Почистить шампиньоны, нарезать и добавить в казан, тушить еще 10—15 минут, в последнюю очередь добавить чеснок и потомить блюдо еще 3—5 минут.

Отварной сельдерей с острым соусом

500 г корней сельдерея
3 ст. л. растительного масла
2 яйца, сваренные вкрутую
2 яичных желтка
1 стакан молока
1 ч. л. горчицы
1 ч. л. пшеничной муки

сок 1 лимона
0,5 ч. л. красного молотого перца
0,5 ч. л. молотого тмина
0,5 ч. л. уксуса
соль и черный молотый перец по вкусу

Для приготовления соуса муку развести в молоке, добавить соль, взбитые яичные желтки и довести смесь до загустения на слабом огне. Затем влить растительное масло, добавить горчицу, перец, тмин и лимонный сок.

Очищенные корни сельдерея отварить в подсоленной воде, добавив уксус.

Готовый сельдерей нарезать ломтиками, добавить рубленые яйца и залить приготовленным соусом.

Жареная стручковая фасоль

500 г стручковой фасоли
50 г сливочного масла
1 пучок петрушки
соль и черный молотый перец по вкусу

Стручки фасоли отварить в подсоленной воде, предварительно удалив грубые волокна.

Фасоль выложить на сковороду с разогретым сливочным маслом, поперчить и обжарить в течение 3—4 минут.

Готовую фасоль посыпать измельченной зеленью петрушки и подать к столу.

Тбиха с тыквой

500 г тыквы
200 мл оливкового масла
150 г болгарского перца
50 г гороха
1 ст. л. томатной пасты
1 репчатая луковица
1 ч. л. аджики

молотый красный перец и соль по вкусу

Лук и болгарский перец крупно нарезать и обжарить в оливковом масле. Добавить томатную пасту, предварительно замоченный горох и аджику.

Залить 0,5 л воды и тушить на медленном огне.

Тыкву нарезать тонкими дольками.

При полной готовности гороха блюдо посолить, поперчить, добавить нарезанную тыкву и тушить в течение 30 минут.

Шницель из мяса ягненка

600 г мяса ягненка

150 г жира

100 г панировочных сухарей

50 г сала

3 яйца

1 ст. л. лимонного сока

соль по вкусу

Мясо нарезать порционными кусками, отбить, нашпиговать кусочками сала, посолить, полить взбитыми яйцами и посыпать панировочными сухарями. Обжарить мясо в жире на сильном огне, сбрызнуть лимонным соком и подать к столу.

Батат с помидорами

1 кг батата (сладкого картофеля)

4 помидора

500 г мясного фарша

1 репчатая луковица

растительное масло

соль, специи по вкусу

Батат очистить, тщательно вымыть. Затем разрезать на кубики и еще раз вымыть. Переложить в дуршлаг и дать воде стечь.

Жарить на растительном масле, пока не потемнеет.

Лук очистить, мелко нарезать и жарить в сковороде на растительном масле, пока не станет мягким.

Затем добавить мясной фарш, посыпать специями, посолить и продолжать жарить на небольшом огне.

Помидоры ошпарить кипятком (чтобы кожица легче отделялась), очистить, мелко нарезать, добавить к мясу.

Перемешать и жарить, пока фарш в достаточной степени не пропитается томатным соком.

Батат поместить в казан, сверху положить жареный фарш. Залить оставшимся после жарения соусом.

На большом огне, помешивая, довести до готовности.

Подавать в горячем виде, лучше с рисом.

Говядина с черносливом и корицей

1 кг говядины (мякоть)

5 шт. моркови

3 репчатые луковицы

500 г чернослива

0,5 стакана сухого белого вина

1 ст. л. муки

1 ч. л. корицы (без верха)

соль, сахар по вкусу

Мясо вымыть и нарезать кусочками, разогреть казан с растительным маслом и обжарить куски мяса до появления на поверхности корочки. Добавить заранее обжаренный на сковороде в растительном масле мелко нарезанный лук, натертую морковь, заправленные зажаренной мукой с добавлением соли, сахара, вина и, если необходимо – воды (вкус должен быть кисло-сладкий).

Жидкость должна покрывать куски мяса в казане.

Мясо тушить на маленьком огне.

За 30 минут до окончания добавить промытый и ошпаренный кипятком чернослив и корицу, можно по желанию 1 ч. л. томата-пюре и черный молотый перец.

Шницель из говяжьей печени с изюмом

500 г говяжьей печени
100 г изюма
100 мл растительного масла
2 ст. л. молока
2 стручка острого перца
2 репчатые луковицы
2 яйца
2 ст. л. муки
соль по вкусу

Печень нарезать порционными кусками, посолить, смешать с тертым луком и мелко нарезанным острым перцем, положить в сковороду, влить немного воды и тушить в течение 10 минут, добавив растительное масло.

Яйца взбить с молоком и мукой, добавить соль, изюм, перемешать и покрыть приготовленным тестом тушеную печень, после чего закрыть сковороду крышкой и держать блюдо на огне до готовности в течение 10—12 минут.

Тыква фаршированная

1 тыква
300 г говядины
2 шт. картофеля

1 репчатая луковица
100 г грибов
2 ст. л. сметаны
соль, перец по вкусу

Маленькая тыква (чтобы поместилась в казан под крышку) будет служить «кастрюлей». Срезать с тыквы «крышку с хвостиком», вынуть мякоть.

Приготовить начинку: отбитую говядину крупными ломтями (так удобнее) подрумянить на сковороде, немного потушить с водой, солью и перцем, порезать на меньшие кусочки.

Картофель нарезать брусочками, подрумянить в масле на сковороде, обжарить лук.

Все засыпать в тыкву, добавить грибы, обжаренные в сметане (можно чернослив), накрыть крышкой с хвостиком, поставить тыкву в казан, на решетку или дубовые палочки, подлить немного воды, чтобы тыква парилась. Поместить в духовку примерно на 1,5 часа.

Жаркое в тыкве

1 тыква (чтобы поместилась в казан или глубокую сковороду)
1 кг говяжьего фарша (мелкорубленого)
пшено (примерно четверть от объема фарша)
репчатый лук
соль, специи по вкусу

Срезать у тыквы со стороны хвостика «крышку» таким образом, чтобы на ней конусом осталась мякоть. Удалить из тыквы середину (с семенами), можно часть мякоти (если тыква очень мясистая или хочется поместить больше начинки).

Приготовление начинки: ошпаренное кипятком пшено, обжаренный репчатый лук и фарш (можно перемешать или положить слоями – при этом пшено обязательно внизу) закладывать внутрь тыквы так, чтобы они заполнили примерно две трети внутреннего объема тыквы.

Залить подсоленной водой, накрыть «крышкой» и закрепить ее деревянными шпажками.

Положить тыкву в казан и влить воду почти до верха, поместить в холодную духовку и запекать при температуре 150— 180 ° С. Время

приготовления зависит от размера тыквы.

Подавать на стол целиком в той же посуде, в которой блюдо готовилось. Порции накладывать ложкой, обязательно захватывая мякоть тыквы.

На заметку!

Начинка может быть любой:

пшено – рис

пшено – овощи

фарш мясной – фарш птицы.

Можно добавлять к основному составу начинки, например в мясной фарш – сладкий перец, яблоки, груши, айву, чернослив.

Таким же образом делается и сладкая фаршированная тыква, где мясной фарш заменяется смесью из изюма, кураги, чернослива, сушеного инжира, орехов, а подсоленная вода – подслащенным молоком со сливочным маслом.

Лапша с креветками в меду

400 г очищенных креветок

400 г широкой лапши

1 морковь, нарезанная мелкой соломкой

2 корня сельдерея

1 пучок зеленого лука

3 зубчика чеснока

2 ст. л. оливкового масла

0,5 стакана воды

0,25 стакана меда

4 ч. л. крахмала

1 ч. л. соли

0,25 ч. л. острого молотого красного перца

0,25 ч. л. сухого розмарина

Нарезать морковь и сельдерей мелкой соломкой, нашинковать зеленый лук, чеснок измельчить.

В нагретом масле на довольно большом огне в казане поджарить одновременно креветки, овощи и чеснок в течение 3 мин или до порозовения креветок.

В небольшой пиале перемешать все оставшиеся ингредиенты, кроме лапши (от воды до специй по порядку).

Влить эту смесь в казан и, перемешивая, держать на огне еще минуту или пока соус не загустеет.

Подать, высыпав медовые креветки на предварительно сваренную лапшу.

Тыква, тушенная в казане

1 тыква (200 г мякоти)

130 г сметаны

150 г сливок

40 г сахара

перец, соль по вкусу

Очищенную тыкву нашинковать мелкими кубиками, ошпарить горячей водой, положить в казан, добавить соль, перец, сахар, сметану, немного воды или сливок.

Жидкость должна покрывать тыкву. Все хорошо перемешать, закрыть крышкой и тушить.

Обычно это блюдо подается на завтрак. Тыкву можно есть с парным молоком.

Нахутак из нута

120 г турецкого гороха (нут)

соль, специи по вкусу

Горох (нут) замочить в теплой воде с вечера на 8—10 часов, после чего слить воду, плотно закрыть крышкой и оставить еще на 2—3 часа.

Хорошо разогреть казан на углях, выложить горох, добавив соль и специи, и, постоянно размешивая, варить до готовности.

Курица, фаршированная потрохами и лапшой

1 курица

150 г лапши

1 ст. л. сливочного масла

1 репчатая луковица

1 куриная печень, сердечко и желудочек

3 ст. л. консервированных грибов

1 ст. л. тертого сыра

3 ст. л. сливочного масла

соль, перец, сушеные пряности по вкусу

Курицу вымыть, натереть внутри перцем, солью и сушеными пряностями. Лапшу отварить до полуготовности.

Поджарить репчатый лук, добавить печень, сердечко и желудочек (мелко нарезанные), измельченные грибы и жарить еще 3 минуты.

При необходимости добавить 3 ст. ложки воды.

Полученную массу приправить специями, тертым сыром.

Добавить лапшу и охладить.

Курицу наполнить фаршем. Отверстие зашить ниткой.

Затем обмазать курицу растопленным сливочным маслом, пряностями и солью.

Жарить в казане в растительном масле, подливая бульон или воду.

Примечание.

Можно запечь курицу в духовке.

Еще более современным способом приготовления курицы является ее жарение в фольге. Время, необходимое для приготовления такой курицы – 1,5 часа.

Рецепты мусульманской выпечки

Несладкая выпечка

Млауи

500 г манной крупы
50 г топленого масла
0,25 ч. л. соли

Манную крупу просеять, посолить, развести в 0,25 стакана теплой воды и замесить тесто (при необходимости добавить еще воды).

Из теста сформировать шарики размером с куриное яйцо. Смазать топленным маслом большую сковороду и растянуть на ней каждый шарик двумя руками так, чтобы получилась лепешка.

Обжарить лепешки с одной стороны на сковороде с растопленным маслом, затем перевернуть, сложить конвертиком и обжарить с другой стороны.

Лепешки традиционные

1 кг пшеничной муки
3 ст. л. манной крупы
1,5 ч. л. дрожжей
0,5 ч. л. соли
0,25 ч. л. сахара

Муку просеять через сито, добавить соль. Дрожжи и сахар развести в 0,5 стакана теплой воды и влить смесь в муку. Месить тесто в течение 7—10 минут, затем добавить немного теплой воды и продолжать месить до образования плотной, эластичной массы.

Сформовать из теста шарики и оставить их в теплом месте на 10 минут.

Равномерно распределить на доске 1,5 ст. л. манной крупы и раскатать на ней шарики в круглые лепешки толщиной 1—1,5 см. Посыпать поверхность лепешек оставшейся манной крупой, накрыть салфеткой и оставить в теплом месте на 1,5—2 часа.

Жарить лепешки с обеих сторон в предварительно нагретой сковороде на среднем огне.

Муерки

500 г пшеничной муки
100 г манной крупы
3—4 ст. л. растительного масла
соль по вкусу

Просеянную муку высыпать горкой в глубокую миску, добавить соль, влить небольшое количество воды и месить тесто до тех пор, пока оно не станет эластичным. Оставить тесто в теплом месте на 1 час, затем разделить его на 2 части.

Смазать растительным маслом большое плоское блюдо и растянуть на нем половину теста таким образом, чтобы края получившегося тонкого пласта заходили за края блюда.

Две противоположные стороны пласта завернуть навстречу друг другу так, чтобы они соединились в центре. Получившийся рулет свернуть в форме улитки, посыпать манной крупой и прижать ладонью до толщины 2 см.

Готовое изделие должно иметь круглую форму.

Из второй половины теста сформовать такую же лепешку.

Выпекать муерки в разогретой до 200 ° С духовке.

Хлеб домашний по-татарски

500 г пшеничной муки
10—15 г дрожжей
2 ч. л. соли
2 ч. л. кунжутного семени
1 ч. л. аниса

В просеянную муку положить соль, разведенные в теплой воде дрожжи и влить 1,5—2 ст. л. воды.

Замесить тесто, добавить кунжутное семя и анис, вновь перемешать.

Разделить тесто на 2 части, скатать из них на посыпанном мукой столе 2 шара, а затем сформовать хлеб круглой формы толщиной 2—3 см.

Дать изделиям подойти в течение 1,5—2 часов в теплом месте, а затем, проколов в нескольких местах вилкой, поставить в духовку и

выпекать в течение 35—40 минут.

Луковые лепешки

500 г пшеничной муки
2 репчатые луковицы
1 ст. л. растительного масла
0,5 ч. л. дрожжей
0,5 ч. л. соли

В муку положить соль, разведенные в теплой воде дрожжи и тертый лук.

Замесить тесто, добавив при необходимости воду.

Тесто поставить в теплое место на 1 час, затем сформовать из него лепешки.

Обжарить лепешки на сковороде в растительном масле, а потом довести до готовности в духовке.

Кульча

500 г пшеничной муки
100 мл молока
1 ч. л. растительного масла
1 ч. л. бараньего жира
0,5 ч. л. дрожжей
0,5 ч. л. соли

В муку положить соль, разведенные в теплом молоке дрожжи, растительное масло и растопленный жир.

Замесить тесто и поставить его в теплое место на 1 час, затем разделить на несколько частей, сформовать из них лепешки с утолщенными краями и, накрыв салфеткой, положить в теплое место на 40 минут.

Выпекать лепешки в разогретой до 250 ° С духовке.

Лепешки «Джуйбори»

400 г пшеничной муки
3 ч. л. сливочного масла
1 ч. л. бараньего жира
1 ч. л. дрожжей
0,5 ч. л. кунжутного семени
соль и сахар по вкусу

В просеянную муку добавить соль, разведенные в теплой воде дрожжи и сахар, положить бараний жир и замесить тесто.

Оставить его на 45 минут в теплом месте, затем разделить на части, придать каждой части круглую форму, нанести на поверхность лепешек узор, посыпать кунжутным семенем и выпекать в разогретой до 250 ° С духовке на смазанном сливочным маслом противне.

Лепешки «Оби-Нон»

400 г пшеничной муки
100 мл молока

1 ст. л. растительного масла
1 ч. л. дрожжей
1 ч. л. соли

В просеянную муку влить разведенные в теплом молоке дрожжи, добавить соль и замесить тесто. Оставить его на 1 час в теплом месте, затем разделить на круглые лепешки с утолщенными краями.

На середину каждой лепешки нанести узор. Оставить на 15 минут в теплом месте, а затем выпекать в разогретой до 250 ° С духовке на смазанном растительным маслом противне.

Хлеб домашний по-казахски

500 г муки-крупчатки
250 г пшеничной муки
100 мл растительного масла
1 ст. л. топленого масла
1 ч. л. тмина
1 яйцо
0,5 ч. л. соли
0,5 ч. л. дрожжей
0,5 ч. л. семян аниса
0,5 ч. л. сахара

В просеянную муку влить растительное масло и растереть между ладонями до получения однородной смеси. Затем положить соль и, добавив немного воды, замесить тесто. Оставить тесто на 15 минут, потом добавить разведенные в небольшом количестве воды дрожжи с сахаром и продолжать месить, время от времени добавляя воду, пока тесто не станет мягким и не будет легко растягиваться руками.

Посыпать тесто семенами аниса, смазать руки топленым маслом и месить тесто до тех пор, пока семена не распределятся равномерно по всему объему теста. Затем снова смазать руки маслом, сформовать из теста небольшие батоны, сделав на их поверхности надрезы, и оставить их в теплом месте на 10—15 минут.

Противень смазать топленым маслом, положить на него батоны, посыпать тмином, смазать взбитым яйцом и поставить для расстойки на 1,5—2 часа в теплое место, накрыв полотенцем. Батоны выпекать в

разогретой до 250 ° С духовке в течение 30—40 минут (10 минут на сильном огне, 20—30 минут – на умеренном), не переворачивая.

Лепешки «Ак-Нан»

1 кг пшеничной муки
10 г дрожжей
1 ст. л. молока
1 репчатая луковица
соль по вкусу

Муку высыпать горкой в глубокую миску, влить немного воды, добавить разведенные в теплом молоке дрожжи и соль, замесить тесто и поставить его на 5 часов в теплое место.

Готовое тесто разделить в виде больших шаров, раскатать их и сформовать лепешки с утолщенными краями. Середину каждой лепешки проколоть, положить на нее тертый лук.

Оставить лепешки в теплом месте для расстойки на 30 минут, затем выпекать в разогретой до 200 ° С духовке.

Ячменные лепешки

500 г ячменной крупы
1 стакан молока
1 ст. л. топленого масла
1 ч. л. дрожжей
соль по вкусу

В ячменную крупу положить соль, топленое масло, растереть и добавить разведенные в теплом молоке дрожжи.

Замесить тесто и оставить его в теплом месте на 2 часа.

Затем разделить тесто на 2 части и сформовать из них толстые лепешки.

Выпекать изделия в разогретой до 200 ° С духовке.

Лепешки со шкварками и луком

20 г шкварок

1 стакан пшеничной муки
1 репчатая луковица
1 ст. л. жира
1 ч. л. соли

Для приготовления теста смешать муку, соль и воду.

Затем добавить измельченные шкварки и нашинкованный лук.

Тесто разделить на небольшие куски, раскатать каждый в тонкий пласт и обжарить на жире с двух сторон.

Лепешки с мясом

100 г пшеничной муки
100 г баранины
20 г бараньего сала
1 репчатая луковица
0,5 ч. л. дрожжей
соль и черный молотый перец по вкусу

Для приготовления фарша мясо, сало и лук пропустить через мясорубку, добавить соль, перец и перемешать.

В просеянную муку положить соль, добавить разведенные теплой водой дрожжи, замесить тесто и положить на 2 часа в теплое место.

Раскатать тесто в тонкий пласт, сформовать из него лепешки с утолщенными краями. На середину одной лепешки положить фарш, накрыть другой лепешкой, защипнуть края и выпекать в умеренно разогретой духовке в течение 40—50 минут.

Санза

2 яйца
1 ст. л. растительного масла
1 ч. л. сливочного масла
0,5 стакана муки
0,5 ч. л. соли

Для приготовления сдобного теста муку развести теплой водой, добавить соль и яйца, растертые с размягченным сливочным маслом.

Тесто поделить на кусочки, каждый из которых раскатать в тонкий жгут и обжарить на растительном масле.

Хлеб из манной крупы

400 г манной крупы
20 г дрожжей
2 ст. л. пшеничной муки
1 яичный желток
1 ч. л. топленого масла
0,5 стакана оливкового масла
0,5 ч. л. соли
0,5 ч. л. сахара

В манную крупу всыпать муку, соль и сахар, добавить разведенные в теплой воде дрожжи, оливковое масло, влить немного воды и замесить тесто.

Сформовать из теста 2 шара, положить их на смазанный топленым маслом противень, накрыть салфеткой и поставить в теплое место для расстойки на 1,5—2 часа.

Затем смазать поверхность шаров яичным желтком и выпекать в разогретой до 250 ° С духовке, при необходимости переворачивая хлеб, чтобы он равномерно пропекся.

Лепешки слоеные с луком

1 стакан муки
1 репчатая луковица
1 ст. л. топленого масла
1 ч. л. жира
1 ч. л. соли

Для приготовления теста смешать муку, соль и воду.

Затем тесто раскатать в тонкий пласт, смазать топленым маслом, посыпать измельченным луком, солью, свернуть, придать форму лепешки и обжарить с двух сторон на жире.

Чахолдак

1 яйцо

2 ст. л. молока
1 ст. л. топленого масла
1 ч. л. сливочного масла
1 ч. л. сахара
0,5 стакана пшеничной муки
0,5 ч. л. соли

Для приготовления сдобного теста муку развести в теплом молоке с добавлением сахара, смешать с солью, размягченным сливочным маслом и яйцом.

Тесто поставить в теплое место на 1 час, после чего разделить на небольшие куски, раскатать каждый в тонкую лепешку и обжарить на топленом масле с обеих сторон.

Тунукча

150 г пшеничной муки
2 ст. л. растительного масла
1 яйцо
соль по вкусу

В просеянную муку положить яйцо, добавить соль, воду и замесить крутое тесто.

Разделить его на куски весом 30—40 г, раскатать их в пласты толщиной 2 мм, придать круглую форму, положить в смазанный маслом казан и обжарить с обеих сторон.

Затем сбрызнуть лепешки водой, завернуть в салфетку, оставить на 20 минут и подать к столу.

Брики с яйцами и луком

300 г пресного теста
100 мл оливкового масла
4 яйца
1 репчатая луковица
1 пучок зелени петрушки
черный молотый перец, соль по вкусу

Для приготовления начинки смешать измельченные лук и зелень петрушки, посолить и поперчить.

Тесто раскатать в тонкий пласт и вырезать из него 4 небольших кружка.

На каждый кружок теста положить готовую начинку, влить сырое яйцо, края защипнуть.

Выложить изделия на смазанный оливковым маслом противень и довести до готовности в умеренно разогретой духовке.

Брики с мясом

500 г пресного теста

300 г отварной баранины

50 мл растительного масла

6 яиц

1 репчатая луковица

соль и черный молотый перец по вкусу

Для приготовления начинки мясо нарезать мелкими кусочками, посолить, поперчить и смешать с тертым луком.

Из пресного теста сформовать треугольники, в центр каждого положить начинку, залитую сверху сырым яйцом.

Брики уложить на смазанный растительным маслом противень и выпекать в умеренно разогретой духовке.

Брики с яйцами

400 г муки

5 яиц

4 ст. л. растительного масла

1 стакан молока

1 пучок петрушки

соль по вкусу

Из муки, молока, соли и 1 яйца замесить тесто, накрыть его салфеткой, оставить на 30 минут, затем раскатать в тонкий пласт.

Нарезать тесто полосками и выложить на доску, посыпанную мукой.

Яичные желтки по очереди поджарить на сковороде и положить на полоски теста.

Сверху полить взбитым белком и сложить брики треугольниками.

Обжарить брики в растительном масле с обеих сторон, затем подать к столу, посыпав измельченной зеленью петрушки.

Брики с тыквой и зеленым луком

300 г пресного теста

300 г тыквы

3 ст. л. сливочного масла

1 ст. л. оливкового масла

1 пучок зеленого лука

1 ч. л. черного молотого перца

соль по вкусу

Для приготовления начинки тыкву нарезать мелкими кубиками, положить в сковороду, посолить, влить немного воды, добавить сливочное масло и тушить до готовности.

Затем размять до пюреобразного состояния, смешать с рубленым зеленым луком и перцем.

Тесто раскатать в тонкий пласт, вырезать из него стаканом кружочки, положить в середину каждого начинку, сложить изделия вдвое и защипнуть края.

Уложить брики на смазанный оливковым маслом противень и выпекать в умеренно разогретой духовке.

Лепешки с мясом и ананасами

100—150 г мясного фарша

4 ломтика ананаса

1 стакан муки

2 яйца

1 пучок зеленого лука

соль по вкусу

В муку положить яйца, влить немного воды, замесить тесто.

Для приготовления начинки смешать мясной фарш, соль и измельченный зеленый лук.

Раскатать тесто в пласт, разрезать на части, сформовать из них небольшие лепешки. В середину каждой положить начинку, сверху поместить кусочки ананаса. Выпекать лепешки в умеренно разогретой духовке в течение 20 минут.

Брики с картофелем

250 г отварного картофеля
150 г пресного теста
50 мл оливкового масла
2 яйца, сваренные вкрутую
1 репчатая луковица
1 пучок зелени петрушки
черный молотый перец и соль по вкусу

Для приготовления начинки смешать рубленые яйца, нарезанный кубиками картофель, измельченную зелень петрушки, мелко нарезанный лук, соль и перец.

Из пресного теста сделать квадраты, положить в середину каждого начинку, свернуть изделия в виде треугольников, уложить на смазанный оливковым маслом противень и выпекать в умеренно разогретой духовке.

Брики с бараниной и сыром

400 г муки
300 г баранины
100 мл растительного масла
2 яйца, сваренные вкрутую
2 ст. л. тертого сыра
черный молотый перец и соль по вкусу

Баранину мелко нарубить и сварить в небольшом количестве подсоленной воды (бульон использовать для других блюд), а мясо смешать с рублеными яйцами.

Муку смешать с 3 ст. л. растительного масла, солью, влить немного воды, замесить тесто и оставить его на 40 минут.

Готовое тесто раскатать в тонкий пласт, вырезать из него кружочки, на середину каждого положить начинку, защипнуть края.

Обжарить изделия в растительном масле и подать к столу, посыпав тертым сыром и перцем.

Сладкая выпечка

Сметанные пирожные

1 кг муки
500 г сливочного масла
2 яйца
1,5 стакана сахара
1 стакан сметаны

Смешать 800 г муки, яйца и сметану. Тесто разделить на 3 части и раскатать в тонкие пласты.

Для приготовления начинки размягченное масло взбить с сахаром и оставшейся мукой, разделить на 5 частей.

Тремя порциями смазать пласты теста, раскатать и охладить их, после чего вновь смазать оставшейся начинкой, положить друг на друга и раскатать.

Изделие нарезать кусками прямоугольной формы и выпекать в умеренно разогретой духовке в течение 30 минут.

Миндальные пирожные

200 г сливочного масла
9 яиц
2 ст. л. молока
1,5 стакана сахара
0,5 стакана измельченного миндаля
0,5 стакана сливок
0,5 стакана пшеничной муки
70 мл сахарного сиропа
1 ст. л. желатина
1 апельсин
1 ч. л. жира

Белки 6 яиц взбить в пену и, помешивая, влить, в массу из растертых с 0,5 стакана сахара желтков и муки. Тесто выложить на смазанный

жиром противень и выпекать в предварительно разогретой духовке 30 минут при температуре 200 ° С. Испеченный бисквит остудить, разрезать на 3 коржа.

Для приготовления крема 3 взбитых яйца сварить с молоком и смешать с обжаренным миндалем и 1 стаканом сахара.

Массу остудить, добавить предварительно разведенный в теплой воде желатин и взбитые сливки. Нижний бисквитный корж пропитать сиропом, остальные поместить сверху и смазать кремом. Изделие нарезать прямоугольными кусками и подать к столу, украсив каждое пирожное ломтиком очищенного апельсина.

Печенье «Персики»

2 кг муки
600 г сахара
500 г сливочного масла
3 яйца
3 стакана абрикосового джема
2 стакана сметаны

Сливочное масло растереть с 500 г сахара и яйцами, всыпать муку.

Тесто поставить на 1 час в холодильник, после чего сформовать из него маленькие шарики, выложить на смазанный маслом противень и выпекать в умеренно разогретой духовке в течение 10 минут. Затем смазать джемом, посыпать сахаром и подать к столу.

Ореховые трубочки

2 кг муки
1 кг сахара
500 г толченых грецких орехов
4 яйца
500 г сливочного масла
4 стакана сметаны
2 стакана меда

Для приготовления теста смешать размягченное сливочное масло, охлажденную сметану, яичные желтки и муку.

Выдержать тесто 30 минут при комнатной температуре, после чего разделить на равные части и раскатать в форме лепешек.

Для приготовления начинки толченые грецкие орехи соединить с сахаром и медом. Готовую начинку выложить на лепешки из теста, свернуть каждую в виде трубочки, уложить на смазанный маслом противень и выпекать в предварительно разогретой до 220 ° С духовке в течение 12 минут.

Медовые пирожные

500 г муки
500 г абрикосов
500 г сливок
400 г клубники
200 г сливочного масла
100 г меда
100 г сахара
100 г кокосовой стружки
8 яиц
3 ч. л. оливкового масла
3 ч. л. манной крупы
2 апельсина
0,5 ч. л. корицы

Для приготовления теста просеянную муку смешать с размягченным сливочным маслом, добавить мед, 2 яйца и корицу. Тесто вымесить до однородного состояния, поставить в прохладное место на 40 минут, затем раскатать в пласт толщиной 1,5 см и распределить по смазанному оливковым маслом и посыпанному манной крупой маленьким формочкам.

Абрикосы освободить от косточек и нарезать тонкими ломтиками. Клубнику разрезать пополам. Абрикосы и клубнику разложить по формочкам и посыпать кокосовой стружкой.

Для приготовления глазури взбить с помощью миксера оставшиеся яйца, сливки и сахар. Полить приготовленной глазурью изделия и поместить формочки в разогретую до 200 ° С духовку. Выпекать пирожные в течение 15—20 минут, затем остудить, украсить тонкими дольками очищенных апельсинов и подать к столу.

Абрикосовые пирожные

6 яиц
2 стакана свежей клубники
1 стакан сахара
1 ст. л. сливочного масла
0,5 стакана пшеничной муки
1 стакан абрикосового варенья
1 ст. л. картофельной муки
0,5 стакана сахарного сиропа

Яичные белки взбить в пену, смешать с желтками, растертыми с сахаром, добавить в полученную массу пшеничную и картофельную муку и перемешать.

Тесто выложить на смазанный маслом противень и выпекать в предварительно разогретой духовке 30 минут при температуре 200 ° С.

Испеченный бисквит охладить, разделить на 3 коржа, пропитать сахарным сиропом и, смазывая каждый вареньем, сложить друг на друга.

Изделие разрезать на прямоугольные куски, каждый из которых украсить клубникой.

Пирожные с черносливом

2 кг муки
1 кг сливочного масла
1 кг сахара
1 кг чернослива
4 яйца

Смешать размягченное сливочное масло с 500 г сахара, мукой и взбитыми яйцами.

Тесто раскатать в тонкий пласт и выемкой вырезать изделия в форме цветка.

В центр каждой фигуры положить начинку, приготовленную из очищенного и нарезанного кусочками чернослива и оставшегося сахара.

Выпекать в умеренно разогретой духовке 15 минут.

Песочный пирог

450 г сахара
400 г муки
250 г сливочного масла
200 г яблочного повидла
100 г клубники
2 яичных белка
2 киви
2 ч. л. манной крупы
1 яйцо
1 пакетик ванильного сахара
0,5 ч. л. чайной соды
0,25 ч. л. корицы

Растопленное сливочное масло смешать со 150 г сахара, добавить взбитое яйцо, соду, ванильный сахар.

Полученную массу вымесить в течение 15 минут, затем всыпать муку, замесить тесто, раскатать его в пласт толщиной 5 мм и вырезать круглые коржи. Каждый корж выложить в смазанную маслом и

посыпанную манной крупой форму и выпекать в разогретой до 200 ° С духовке в течение 10—15 минут.

Для приготовления крема влить в кастрюлю 100 мл воды, положить оставшийся сахар и варить, помешивая, на слабом огне до загустения.

Остудить сироп и добавить взбитые белки. Готовым кремом промазать испеченные коржи.

Изделие выложить на блюдо и смазать сверху яблочным повидлом, смешанным с корицей. Готовый пирог нарезать порционными кусками и украсить каждый ягодами клубники и тонкими ломтиками киви.

Яблочные пирожные

1 кг яблок

2 яйца

1 стакан абрикосового джема

1 стакан пшеничной муки

3 ст. л. сливочного масла

2 ст. л. молока

2 ст. л. толченых грецких орехов

2 ст. л. изюма

1 ст. л. меда

1 ст. л. лимонного сока

0,5 ч. л. соли

0,5 стакана сахара

Просеянную муку смешать с солью, сахаром, размягченным сливочным маслом, молоком и взбитыми яйцами.

Замесить тесто и поставить в холодильник на 30 минут, после чего разделить на 6 равных частей, каждую из которых раскатать в пласт и поместить на смазанный маслом противень.

На каждую лепешку выложить кусочки предварительно очищенных и нарезанных яблок.

Изделия выпекать в умеренно разогретой духовке в течение 25 минут, после чего посыпать изюмом.

Для приготовления крема растопить в кастрюле мед, добавить джем, грецкие орехи, лимонный сок и варить до получения однородной массы.

Смазать полученным кремом изделия, поставить в прохладное место на 2 часа, затем подать к столу.

Пирожные с грушевым повидлом

1 кг пшеничной муки
300 г сливочного масла
2 ст. л. сахара
2 ч. л. манной крупы
1 стакан сметаны
0,5 стакана грушевого повидла
0,5 стакана сахарной пудры

Сливочное масло размять со сметаной и сахаром, взбить, добавить муку и замесить тесто.

Оставить его на 1 час в прохладном месте, затем раскатать в пласт толщиной 5 мм и нарезать квадратами 8×12 см.

В середину каждого квадрата положить повидло, свернуть изделия в виде улитки, уложить на посыпанный манной крупой противень и выпекать в разогретой до 180—200 ° С духовке в течение 10—15 минут.

Подавать к столу, посыпав сахарной пудрой.

Сливочные колбаски

400 г муки
400 г сметаны
250 г сахара
150 г сливочного масла
6 яиц

Для приготовления теста влить в кастрюлю 1,5 стакана воды, добавить размягченное сливочное масло, довести смесь до кипения, остудить, добавить взбитые яйца и муку.

Готовое тесто сформовать в виде коротких колбасок.

Выложить колбаски на смазанный маслом противень и поместить в разогретую до 200 ° С духовку на 15—20 минут.

Изделия остудить, сложить горкой на блюде и полить кремом, приготовленным из сметаны, взбитой с сахаром.

Клубничный бисквит

1 кг клубники
600 мл сливок
300 г сахара
200 мл молока
100 г муки
50 г сливочного масла
2 яйца
2 ст. л. клубничного варенья
2 ч. л. оливкового масла
1 ч. л. желатина
1 пакетик ванильного сахара

Яичные белки взбить с 50 г сахара. Желтки растереть с 50 г сахара добела, всыпать муку, добавить размягченное сливочное масло, ванильный сахар, тщательно перемешать, затем ввести яичные белки.

Готовое тесто выложить в смазанную оливковым маслом форму и выпекать в разогретой до 180—200 ° С духовке в течение 25—30 минут.

Изделие охладить и разрезать на два пласта.

Для приготовления молочной помадки развести в молоке 100 г сахара и варить, помешивая, на слабом огне до загустения. 500 мл сливок взбить с 50 г сахара и соединить полученную массу с приготовленной помадкой и предварительно разведенным желатином.

Нижний бисквитный корж смазать клубничным вареньем, сверху положить 500 г нарезанной клубники, залить кремом и накрыть вторым коржом.

Оставшиеся сливки взбить с оставшимся сахаром и покрыть этой массой второй корж.

Сверху выложить нарезанную клубнику.

Бисквит поставить на 1 час в прохладное место, после охлаждения подать к столу.

Пирог из манной крупы

200 г сахара
200 г грушевого повидла
150 г манной крупы

100 г молотого миндаля
100 г сливок
20 г сливочного масла
6 яиц
1 ст. л. муки
сок 1 лимона

Яичные желтки растереть со 150 г сахара, добавить лимонный сок, муку, манную крупу, взбитые белки.

Тесто перемешать, выложить в смазанную маслом форму и выпекать в умеренно разогретой духовке в течение 40—50 минут.

Остывший пирог разрезать на 3 пласта.

Коржи смазать повидлом, посыпать молотым миндалем и уложить друг на друга. Верхний корж украсить взбитыми с оставшимся сахаром сливками.

Грибия

400 г муки
300 г сгущенного молока
300 г сливочного масла
100 г топленого масла
200 г сахара
100 г манной крупы
100 г молотого миндаля
100 г клубники
50 г ядер грецких орехов
2 ч. л. сливочного масла
2 ч. л. клубничного сиропа
1 пакетик ванильного сахара
0,5 ч. л. корицы

Размягченное топленое масло положить в кастрюлю, добавить сахар и взбить до образования пенистой беловатой массы, после чего положить просеянную муку, манную крупу и молотый миндаль. Замесить тесто и положить его в прохладное место на 1 час, затем разделить на куски размером с куриное яйцо и сформовать из каждого шарик.

Придать изделиям коническую форму с плоским основанием, верх каждого посыпать измельченными ядрами грецких орехов и корицей и уложить на смазанный топленным маслом противень. Выпекать в умеренно разогретой духовке в течение 10—12 минут, затем охладить, выложить на блюдо, полить кремом. Каждое пирожное украсить ягодой клубники.

Для приготовления крема сливочное масло размягчить, взбить, добавить сгущенное молоко, клубничный сироп и ванильный сахар.

Взбить смесь с помощью миксера до получения густой пышной массы.

Торт миндальный

400 г пшеничной муки
250 г сливочного масла

200 г молотого миндаля
150—200 г сахара
100 г сливочного масла
100 г манной крупы
7—10 ягод клубники
4 яйца
2 ч. л. манной крупы
1 пакетик ванильного сахара
1 банан
1 апельсин
1 ст. л. сахарной пудры
сок 0,5 лимона
0,25 ч. л. соли

Муку и 250 г манной крупы насыпать горкой в глубокую миску, сделать сверху углубление в форме воронки, положить в него смешанное с ванильным сахаром растопленное сливочное масло, сахар и соль. Влить 1 стакан воды и замесить тесто. Поставить тесто на 1,5—2 часа в прохладное место, затем раскатать, уложить в смазанную маслом и посыпанную манной крупой форму, поставить на 10 минут в духовку, разогретую до 200 ° С.

Для приготовления крема смешать миндаль, яйца, сахар, 100 г растопленного сливочного масла до получения однородной массы.

Вынуть корж из духовки, дать ему остыть, после чего смазать слоем крема и вновь поставить в духовку на 15 минут.

Готовый торт украсить ягодами клубники, ломтиками банана, кружками апельсина, посыпать сахарной пудрой, сбрызнуть лимонным соком, поставить в прохладное место на 2—3 часа, затем подать к столу.

Пончики из манной крупы с финиками

500 г манной крупы
500 г фиников (без косточек)
100 г меда
2 ч. л. сахарной пудры
1,5 стакана растительного масла
0,25 ч. л. пищевой соды

корица на кончике ножа

Финики мелко нарубить, посыпать корицей, сахарной пудрой и перемешать.

Манную крупу насыпать в глубокую миску горкой.

В центре горки сделать углубление в форме воронки и влить в него 0,25 стакана нагретого растительного масла, после чего перемешать и добавить 0,5 стакана теплой воды и соду. Раскатать тесто в пласт толщиной 0,5 см и оставить на 5 минут в теплом месте.

Затем нарезать пласт лентами шириной 8 см. На каждую ленту положить подготовленную начинку из фиников и, свернув рулетом, прижать рукой. Рулет нарезать кружочками.

Обжарить пончики во фритюре, затем смазать теплым медом и подать к столу.

Ванильный пирог

500 г пшеничной муки
300 г сахара
250 мл оливкового масла
250 мл молока
10—12 яиц
1 ч. л. сливочного масла
1 пакетик ванильного сахара
пищевой разрыхлитель

Яйца взбить с сахаром, добавить ванильный сахар и, продолжая взбивать, влить оливковое масло, молоко, всыпать муку и пищевой разрыхлитель.

Тесто тщательно перемешать, выложить в смазанную сливочным маслом форму и выпекать в духовке, разогретой до 200 ° С, в течение 35—40 минут.

Сладкие лепешки с дыней

1 кг пшеничной муки
200 г дыни
100 г сливочного масла

3 ст. л. кукурузной муки
1,5 ч. л. дрожжей
0,5 ч. л. соли
0,5 ч. л. сахара

В просеянную муку положить соль, добавить разведенные в 0,5 стакана теплой воды дрожжи и сахар, влить воду, замесить тесто и сформовать из него шарики. Посыпать доску 1,5 ст. л. кукурузной муки и раскатать на ней шарики в круглые лепешки толщиной 1 см.

Посыпать поверхность лепешек оставшейся кукурузной мукой и оставить в теплом месте на 1,5 часа.

Жарить в предварительно нагретой сковороде.

Положить лепешку на блюдо, смазать сливочным маслом, сверху положить следующую лепешку, на нее – тонкие ломтики дыни. Следующую лепешку положить на другое блюдо и повторить вышеописанные действия.

Чареки

800 г пшеничной муки
700 г сахара
400 г молотого миндаля
200 г сливочного масла
100 г сахарной пудры
2 ч. л. меда
2 ч. л. изюма
1 ч. л. топленого масла
1 ч. л. лимонного сока
1 пакетик ванильного сахара
0,5 стакана апельсинового сока
0,5 ч. л. корицы
соль на кончике ножа

В просеянную муку положить соль, размягченное сливочное масло.

Постепенно добавляя воду, замесить мягкое тесто. Разделить его на маленькие шарики и оставить их на 10 минут.

Для приготовления начинки смешать молотый миндаль, 200 г сахара, корицу, изюм, 2 ст. л. апельсинового сока и лимонный сок.

Шарики из теста раскатать в тонкие лепешки и, положив на край каждой лепешки по 1 ст. л. начинки, завернуть ее в тесто, защипнув края.

Придать изделиям форму полумесяца.

Чареки положить на смазанный топленным маслом противень и выпекать в разогретой до 200—250 ° С духовке в течение 10 минут, после чего выложить на плоское блюдо и оставить на 20 минут, чтобы остыли.

Для приготовления сиропа смешать в кастрюле сахар, ванильный сахар, оставшийся апельсиновый сок, мед и 1 стакан воды.

Нагревать смесь до тех пор, пока она не загустеет, затем снять с огня и остудить до температуры 40—50 ° С.

Окунуть каждый чарек в сироп, затем обвалять в сахарной пудре и подать к столу.

Блинная горка с медом «Багрир»

350 г манной крупы
150 г пшеничной муки
100 г сливочного масла
50—70 мл растительного масла
2 ст. л. меда
1 ст. л. молока
1 банан
1 апельсин
0,25 ч. л. дрожжей
0,25 ч. л. корицы
соль и сахар по вкусу

Смешать манную крупу и муку, положить соль и, добавив немного воды, замесить тесто. Когда оно станет мягким, положить разведенные в теплом молоке дрожжи, влить воду, размешать тесто до исчезновения комочков и оставить на 1,5—2 часа.

Когда объем теста увеличится в 2 раза, поставить на огонь сковороду, смазать ее растительным маслом. Половником налить на сковороду тонкий слой теста. Через 3—5 минут снять блин, не переворачивая, и положить на чистую салфетку.

Таким же образом испечь остальные блины, каждый раз смазывая сковороду растительным маслом. Готовые блины уложить рядом (не один на другой) и дать им остыть.

Положить блины один на другой на блюдо, смазывая каждый сливочным маслом и посыпая сахаром.

Последний блин полить медом, посыпать корицей и украсить ломтиками банана и тонкими кружками очищенного апельсина.

Готовое изделие поставить в прохладное место на 20 минут.

Подать к столу, разрезав стопку блинов на 4 части.

Самса с миндальной начинкой

400 г пшеничной муки
100 г молотого миндаля
50 г сахара

50 г сливочного масла
50 г меда
5 ст. л. оливкового масла
2 ст. л. апельсинового сока
соль на кончике ножа

В просеянную муку положить соль и размягченное сливочное масло. Растереть тесто между ладонями, а затем, добавив немного воды, месить его руками до получения однородной массы.

Разделить тесто на несколько частей и оставить на 20 минут.

Для приготовления начинки смешать миндаль, сахар и апельсиновый сок.

Раскатать тесто и нарезать его полосками шириной 5—6 см.

Отрезать у каждой полоски ближний к себе край по косой, положить на получившиеся треугольники по 1 ч. л. начинки, сложить вдвое, защипнуть края и обжарить каждый треугольник в оливковом масле с обеих сторон, затем смазать медом и подать к столу.

Картофельный кекс с орехами

250 г вареного картофеля
120 г сахара
2—3 яйца
50 г измельченных грецких орехов
0,5 ч. л. пищевой соды

Яичные желтки растереть в пену с сахаром. Добавить орехи, тертый картофель, соду и взбитые в пену яичные белки. Все тщательно перемешать и выложить в форму для кекса. Выпекать в умеренно разогретой духовке в течение 1 часа.

Бешкито

500 г пшеничной муки
250—300 г сахара
150 г сливочного масла
5 яиц
3 ст. л. картофельного крахмала

2 ч. л. растительного масла
цедра 1 апельсина
0,5 ч. л. пищевой соды

Яйца взбить с сахаром, добавить размягченное сливочное масло, взбивать до получения однородной смеси.

Затем положить крахмал, чайную соду, апельсиновую цедру, перемешать и всыпать муку.

Замесить тесто, оставить его в теплом месте на 15—20 минут, после чего раскатать в пласт толщиной 5 мм. Вырезать стаканом из теста кружки, положить их на смазанный растительным маслом противень и выпекать в умеренно нагретой духовке в течение 20 минут.

Медовый хворост

500 г пшеничной муки
300 г меда
5 яиц
1 стакан растительного масла

Яйца взбить, добавить муку и замесить тесто.

Тесто раскатать в тонкий пласт, нарезать узкими лентами, каждую из которых обернуть вокруг вилки и обжарить во фритюре.

Приготовить горячий сироп из 0,5 стакана воды и меда.

Обмакнуть хворост в сироп, охладить и подать к столу.

Творожный бисквит

500 г творога
400 г пшеничной муки
15 яичных желтков
4 яичных белка
1 стакан сахара
1 ст. л. сливочного масла

Желтки взбить с сахаром, смешать с творогом, добавить муку и взбитые в пену белки.

Творожную массу перемешать, выложить на смазанный сливочным маслом противень и выпекать в умеренно разогретой духовке в течение 40 минут.

Медовые «пальчики»

350 г муки
200 г меда
100—150 г растительного масла
50 г сахара
2 яйца

В просеянную муку положить сахар, взбитые яйца, замесить тесто, раскатать его в пласт толщиной 1 см, затем разрезать на полоски длиной 5—6 см.

Полоски обвалять в муке и придать им форму пальчиков.

Обжарить изделия во фритюре, затем смазать медом и подать к столу.

Хлебцы с шоколадом

500 г пшеничной муки
200 мл молока
150 г топленого масла
15 г дрожжей
4 яйца
2 ст. л. сахара
1 плитка шоколада
1 ст. л. сливочного масла
0,25 ч. л. соли

В просеянную муку положить соль, сахар, 3 яйца, влить смешанное с топленным маслом молоко, добавить разведенные в теплой воде дрожжи, замесить тесто и поставить его в теплое место на 2 часа.

Затем сформовать маленькие хлебцы и положить внутрь каждого кусочек шоколада.

Уложить изделия на смазанный сливочным маслом противень, оставить на 40 минут, после чего выпекать в умеренно разогретой духовке в течение 25 минут.

Слоеные рогалики с повидлом

400 г сливочного масла
3 яйца
3 стакана пшеничной муки
1 стакан молока
1 стакан сахара
1 ст. л. дрожжей
1 ст. л. жира
0,5 стакана яблочного повидла
0,25 ч. л. соли

Для приготовления слоеного дрожжевого теста дрожжи развести в теплом молоке, влить в муку, добавить соль и 2 яйца, растертых с 2 ст. л. сахара и размягченным маслом.

Тесто раскатать в тонкий пласт и нарезать на куски в форме ромбов.

Для приготовления начинки смешать повидло и 2 ст. л. сахара.

Полученную массу выложить на каждый кусочек теста и завернуть рулетом.

Изделия выложить на смазанный жиром противень и выпекать в предварительно разогретой духовке 20 минут при температуре 260 ° С.

Для приготовления мучной посыпки смешать 1 ст. л. муки, 1 яичный желток и 2 ст. л. сахара.

Полученной массой посыпать испеченные рогалики и подать к столу.

Миндальный рулет

200 г творога
50 г сливочного масла
3 ст. л. сахара
2,5 стакана муки
2 ст. л. молока
2 яйца
2 ст. л. изюма
1 ст. л. топленого масла
1 пакетик ванильного сахара
1 стакан абрикосового джема
1 апельсин
0,5 стакана измельченного миндаля
0,5 пакетика разрыхлителя
0,5 ч. л. корицы
сахарная пудра по вкусу

Муку высыпать горкой в глубокую миску, сделать сверху углубление в форме воронки, влить в него яйца, молоко, добавить сахар и месить тесто в течение 10 минут.

Затем добавить разрыхлитель, ванильный сахар, растопленное сливочное масло и творог.

Готовую массу перемешать и положить в прохладное место на 2 часа.

Раскатать тесто в тонкий пласт, смазать топленным маслом и абрикосовым джемом.

Поверх положить изюм и миндаль, после чего свернуть тесто рулетом.

Выложить рулет на смазанный маслом противень и выпекать в умеренно разогретой духовке в течение 25 минут.

Готовый рулет остудить, посыпать корицей, сахарной пудрой, нарезать, украсить кружками очищенного апельсина и подать к столу.

Ванильное печенье

250 г сливочного масла
3 стакана муки

3 яйца
1 стакан сахара
1 пакетик ванильного сахара
0,5 ч. л. пищевой соды

Яйца растереть с сахаром, добавить сливочное масло, соду, ванильный сахар, муку и замесить крутое тесто.

Раскатать его в тонкий пласт и вырезать стаканом кружки.

Положить изделия на смазанный маслом противень и выпекать в умеренно разогретой духовке в течение 15 минут.

Восточные пряники

3 яйца
1 стакан сахара
1 стакан муки
1 ст. л. топленого масла
1 ст. л. меда
0,5 пакетика ванильного сахара
0,5 ч. л. молотого кардамона

Яйца растереть с сахаром, добавить кардамон, ванильный сахар, всыпать муку и перемешать.

Брать тесто чайной ложкой, другой ложкой снимать его на смазанный маслом противень, располагая кусочки теста с интервалом в 5 см.

Выпекать в умеренно разогретой духовке в течение 10 минут, затем смазать медом, остудить и подать к столу.

Кофейные пирожные

100 г сливочного масла
4 ч. л. порошка какао
2 стакана муки
2 ч. л. оливкового масла
1 ст. л. сахарной пудры
0,5 ст. л. молотого кофе

Смешать муку, кофе и какао, всыпать сахарную пудру, добавить сливочное масло, замесить тесто, сформовать из него шарики, положить их на смазанный оливковым маслом противень и выпекать в умеренно разогретой духовке 15 минут.

Кукурузное печенье

2 стакана кукурузных хлопьев
2 яичных белка
2 ст. л. молотого миндаля
2 ст. л. изюма
1 стакан сахара
1 ст. л. сливочного масла
0,5 пакетика ванильного сахара
0,5 ч. л. корицы

Яичные белки взбить с сахаром, добавить ванильный сахар, кукурузные хлопья, молотый миндаль и изюм, перемешать и выкладывать столовой ложкой на смазанный сливочным маслом противень.

Выпекать в умеренно разогретой духовке в течение 15—20 минут, затем переложить печенье на блюдо и посыпать корицей.

Баурсок

2 ст. л. молока
1 ст. л. жира
1 ч. л. сливочного масла
1 ч. л. сахара
1 ч. л. дрожжей
0,5 стакана пшеничной муки
4 ч. л. сахарной пудры
0,5 ч. л. соли

Для приготовления сдобного теста развести дрожжи в теплом молоке с добавлением сахара, смешать с мукой, размягченным сливочным маслом, сахаром и солью. Тесту придать форму жгута, нарезать кусочками, из которых сформовать шарики.

Изделия обжарить на жире и подать к столу, посыпав сахарной пудрой.

Овсяное печенье с орехами

150 г муки
150 г сахара
150 г топленого масла
1 ст. л. меда
150 г овсяных хлопьев
50—80 г измельченных грецких орехов

Топленое масло перемешать с сахаром, добавить муку, овсяные хлопья и тщательно перемешать.

Из полученной смеси сформовать небольшие шарики, выложить их на смазанный маслом противень, сделать вверху каждого шарика небольшое углубление и положить в него начинку из смеси грецких орехов и меда.

Выпекать в умеренно разогретой духовке в течение 20 минут, затем остудить и подать к столу.

Ореховый пирог

200 г сливочного масла
60 г шоколада
5 яиц
4 ст. л. вишневого сиропа
3 стакана муки
1 стакан ядер грецких орехов
1 стакан изюма
1 стакан сахара
1 стакан абрикосового джема
1 пакетик ванилина
1 ч. л. лимонной цедры
1 ч. л. разрыхлителя
1 ч. л. корицы
0,5 ч. л. соли

Смешать изюм, измельченные грецкие орехи и вишневый сироп, влить в смесь немного воды и поставить в прохладное место на 12 часов.

Шоколад натереть, смешать с корицей и добавить смесь в охлажденную массу.

Муку высыпать горкой в глубокую миску, сделать сверху углубление в форме воронки и влить в него взбитые с сахаром, ванилином и солью 2 яйца.

Добавить разрыхлитель, 100 г сливочного масла, замесить тесто и оставить его на 2 часа.

Выложить тесто ровным слоем на смазанную сливочным маслом форму, поверх него положить ореховую массу, покрытую смесью из оставшихся яиц и растопленного сливочного масла.

Выпекать в умеренно разогретой духовке в течение 20 минут, затем остудить и украсить абрикосовым джемом.

Шоколадный пирог по-самаркандски

100 г сливочного масла

5 ст. л. порошка какао

4 яйца

2 ч. л. желатина

1 стакан муки

1 ст. л. крахмала

1 ст. л. лимонной цедры

1 стакан сахара

1 ч. л. разрыхлителя

1 ч. л. манной крупы

0,5 стакана ядер грецких орехов

0,5 стакана сливок

0,5 стакана абрикосового сока

0,25 ч. л. корицы

0,25 ч. л. молотой гвоздики

Яйца взбить с сахаром, добавить муку, размягченное сливочное масло, порошок какао, разрыхлитель, крахмал, влить немного воды и замесить тесто.

Оставить его на 20 минут в теплом месте, а затем поместить тонким слоем на посыпанный манной крупой противень и выпекать в умеренно разогретой духовке в течение 20 минут.

Для приготовления крема корицу, гвоздику и измельченную лимонную цедру залить небольшим количеством воды, довести до кипения и варить на медленном огне в течение 3 минут, после чего влить в смесь абрикосовый сок, добавить предварительно замоченный желатин и нагреть смесь до загустения.

Готовый бисквит смазать кремом, посыпать измельченными орехами, поместить в прохладное место на 2 часа, а затем подать к столу, украсив взбитыми сливками.

Фигурное печенье с корицей и имбирем

100 г сливочного масла
1,5 стакана муки
2 яичных белка
0,5 стакана сахара
0,5 стакана молока
0,5 ч. л. соды
0,5 ч. л. корицы
0,5 ч. л. молотого имбиря
сахарная пудра по вкусу

Для приготовления теста соду, сахар, имбирь и корицу размешать в теплом молоке, добавить сливочное масло и всыпать муку.

Замесить тесто, раскатать его в тонкий пласт и вырезать из него фигурки в виде кружков, квадратов, треугольников и полумесяцев.

Выложить изделия на застеленный промасленной пергаментной бумагой противень и выпекать в умеренно разогретой духовке 3—5 минут.

Яичные белки взбить с сахарной пудрой в крутую пену и смазать приготовленной смесью остывшее печенье.

Поставить изделия в умеренно разогретую духовку еще на 3 минуты, затем охладить и подать к столу.

Бисквит «Ташкентский»

10 яиц
2 ст. л. пшеничной муки
1 лимон
1 стакан сахара
1 стакан манной крупы
1 ст. л. сливочного масла

Взбить в пену яичные белки и, помешивая, соединить с желтками, растертыми с сахаром, измельченной лимонной цедрой и манной крупой. Тесто выложить на противень, смазанный сливочным маслом и

посыпанный мукой, и выпекать в предварительно разогретой духовке 30 минут при температуре 200 ° С.

Испеченный бисквит остудить и нарезать кусками в форме прямоугольников.

Персиковый бисквит

6 ст. л. муки

6 яиц

5 ст. л. персикового повидла

5 ст. л. сахарной пудры

1 стакан сахара

1 стакан кураги

1 стакан ядер грецких орехов

1 ч. л. сливочного масла

В муку добавить взбитые с сахаром яичные желтки, влить немного воды, положить предварительно замоченную курагу и измельченные орехи. Приготовленное тесто выложить ровным слоем на смазанный сливочным маслом противень и выпекать в умеренно разогретой духовке в течение 15—20 минут.

Поверхность остывшего бисквита смазать персиковым повидлом, сверху выложить взбитые с сахарной пудрой яичные белки.

Восточные сладости

Шедевры восточных десертов

Пастила дынная

1 кг очищенной дыни
1,5 л воды
4 стакана сахара
сок двух лимонов
1 стакан сахарной пудры
2—3 ст. л. очищенного миндаля

Вымытую и очищенную от кожуры и семян дыню нарезать маленькими кусочками, сложить в кастрюлю с холодной водой, накрыть крышкой и, помешивая, варить на слабом огне до мягкости, после чего протереть через сито. В полученное пюре добавить сахар и лимонный сок и продолжать варить, постоянно помешивая, пока масса не загустеет.

После этого выложить пастилу на смоченный водой противень в пласт толщиной 1 см, разровнять мокрой ложкой и оставить в сухом, хорошо проветриваемом помещении на сутки, чтобы пастила подсохла.

Готовое изделие разрезать на квадратики или прямоугольники, обвалять в смеси сахарной пудры и толченого миндаля, выложить в вазочку и подавать к столу.

Молочный кускус

500 г крупы кускус
150 г сахара
5—7 ягод клубники
2 стакана молока
2 ст. л. изюма
1 ч. л. сахарной пудры
0,25 ч. л. молотой корицы

Сварить крупу кускус. Молоко вскипятить с сахаром. Кускус засыпать в кипящее молоко и варить на слабом огне 10 минут, затем

добавить корицу, предварительно замоченный изюм, перемешать и варить еще 5—7 минут. Подать к столу, украсив блюдо ягодами клубники и посыпав сахарной пудрой.

Пастила айвовая

1 кг айвы

3—4 яблока

2,5 л воды

4—5 стаканов сахара

сок 1 лимона

0,5—1 стакан сахарной пудры

Для украшения:

ягоды из варенья, или цукаты, или любые орехи и изюм

Спелую айву и твердые яблоки вымыть, разрезать на четыре части и удалить сердцевину, складывая мякоть в кастрюлю с холодной водой. Затем кастрюлю с подготовленными фруктами накрыть крышкой и варить, помешивая, на небольшом огне около часа, проверяя готовность вилкой или зубочисткой: если она легко входит – фрукты готовы. Полученную массу протереть сквозь сито, добавить сахар и лимонный сок и продолжать варить, непрерывно помешивая, до тех пор, пока она не загустеет.

Готовую пастилу выложить на смоченную водой доску, разровнять мокрым широким ножом или ложкой, чтобы получился пласт толщиной 1 см, накрыть марлей и поставить в сухое, хорошо проветриваемое место на 1—2 дня.

Когда пастила высохнет, нарезать ее небольшими кусочками любой формы, обвалять в сахарной пудре и сложить для хранения в жестяную коробку.

Подавать к чаю, выложив в вазочки или на тарелочки и украсив ягодами из варенья, цукатами или орехами и изюмом.

Кускус с изюмом

500 г крупы кускус

100 г изюма

50 г сливочного масла

3 ст. л. сахара
1 ч. л. молотой корицы
1 ч. л. сахарной пудры

Сварить крупу кускус, выложить в глубокую тарелку, смешать с 20 г сливочного масла, остудить, добавить 0,5 стакана воды и снова варить на пару в течение 10 минут.

Затем перемешать готовую крупу с оставшимся сливочным маслом, сахаром, корицей и предварительно замоченным изюмом. Подать к столу, посыпав сахарной пудрой.

Медовый кускус

500 г крупы кускус
150 г изюма
150 г меда
50 г сливочного масла
1 банан
1 апельсин
0,25 ч. л. молотой корицы

Сварить крупу кускус. Перед тем как варить кускус на пару второй раз, добавить изюм, корицу и сливочное масло.

Затем охладить, положить мед, перемешать и подать к столу, украсив ломтиками банана и дольками очищенного апельсина.

Орехи в меду «Грильяж»

3 стакана очищенных орехов

1 стакан меда

Очищенные от скорлупы орехи (грецкие, арахис или кешью) высыпать на чистую сковороду и слегка обжарить, остудить, и очистить от тонкой кожицы.

Подготовленные орехи раскрошить на небольшие кусочки.

Мед довести до кипения, всыпать в него орехи и хорошо перемешать.

Полученную массу выложить на блюдо или воощеную бумагу, раскатать с помощью смоченной в холодной воде скалки в пласт толщиной 1 см и охладить.

Перед подачей к столу нарезать кушанье на кусочки любой формы и выложить в вазочку.

Грильяж с шоколадом

2 стакана очищенных орехов

10 ст. ложек сахара

0,5 стакана воды

250 г шоколада

3 ст. л. любых цукатов

5 ст. л. ягодного варенья

50 г сливочного масла

2 вафельные пластины

Шоколад натереть на крупной терке, цукаты мелко нарезать, а орехи растолочь в ступке, чтобы получились небольшие кусочки. Сахар залить горячей водой и сварить густой сироп.

Затем добавить варенье, орехи, тертый шоколад, цукаты и размягченное сливочное масло и продолжать варить на медленном огне, все время помешивая и следя, чтобы не пригорело. Когда масса будет отставать от стенок посуды, выложить ее на вафельную пластину, разровнять мокрой скалкой поверхность, накрыть второй вафлей, придавить небольшим грузом и оставить на сутки в прохладном месте.

Подавая к столу, нарезать грильяж на небольшие кусочки.

Козинаки

3 стакана очищенных грецких орехов

1,5 стакана меда

0,5 стакана сахара

Грецкие орехи, очищенные от скорлупы, разделить на половинки или четвертинки, высыпать на чистую сковороду и слегка поджарить. После этого орехи разломать вручную или порезать на небольшие кусочки.

Мед смешать с сахаром, довести, помешивая, до кипения и варить до тех пор, пока капля, взятая на пробу, не перестанет растекаться на блюде. Затем в полученный сироп всыпать грецкие орехи и, непрерывно помешивая, продолжать варить еще 15 минут.

Полученную густую массу выложить на смоченную холодной водой доску и разровнять поверхность скалкой, тоже смоченной в холодной воде, так, чтобы получился пласт толщиной 1 см.

Затем, когда козинаки слегка остынут, разрезать их острым ножом на небольшие кубики или ромбики и дать затвердеть.

Готовые изделия выложить на блюдо или в вазочку и подать к столу.

Вместо грецких орехов в этом рецепте можно использовать миндаль.

Нуга ореховая

1 стакан меда

0,5 стакана сахара

2 яичных белка

0,75 стакана очищенных грецких орехов

2 вафельные пластины

Очищенные от скорлупы грецкие орехи (можно использовать миндаль или арахис) растолочь в ступке, чтобы получились небольшие кусочки.

Яичные белки взбить в крепкую пену.

Мед смешать с сахаром и варить, помешивая, пока сироп не зарумянится и не будут образовываться «ниточки» (нужно капнуть несколько капель с ложки в холодную воду: если в воде образуются «ниточки», значит, сироп готов). После этого сироп снять с огня и

тонкой струйкой влить его в белковую пену, не прекращая взбивать. Затем добавить измельченные орехи и хорошо перемешать.

Вафельную пластину положить на тарелку или поднос, нанести на нее ровным слоем (толщиной 1 см) теплую ореховую массу. Затем накрыть второй вафлей и оставить на несколько дней в теплом помещении, чтобы нуга подсохла (полностью она не твердеет).

Готовое изделие разрезать на кусочки, выложить горкой на сервировочную тарелку и подать на десерт.

Нуга шоколадно-ореховая

2 стакана любых измельченных орехов

2,5 стакана сахара

1 стакан воды

0,5 стакана меда

1 ст. ложка лимонного сока или фруктового уксуса

6 яичных белков

100 г шоколада

3 вафельные пластины

В кастрюлю с водой всыпать сахар, добавить лимонный сок или уксус и сварить, помешивая, густой сироп так, чтобы капля, падая с ложки, тянула за собой «ниточку». После этого добавить мед и продолжать варить снова до образования «нитки».

Яичные белки взбить в крепкую пену и, не прекращая взбивать, тонкой струйкой ввести в эту пену сироп. Затем посуду с яичной массой поставить в кастрюлю с горячей водой и варить на пару, мешая, до готовности.

Чтобы проверить готовность нуги, нужно провести ложкой через середину массы: если разделенные половинки не сольются, значит, масса готова.

После этого добавить крупно растолченные орехи, тщательно перемешать и разделить массу пополам.

Одну часть выложить на вафельную пластину, разровнять поверхность и накрыть второй вафлей.

Вторую часть соединить с растопленным на водяной бане шоколадом, хорошо вымесить, положить сверху и накрыть третьей вафлей.

Нугу придавить небольшим грузом и оставить на сутки.
Подавать, разрезав на небольшие кусочки.

Финики с медом и кофе

2 ч. ложки растворимого кофе
600 г фиников
5 ст. ложек меда
6 ст. ложек измельченного арахиса

Финики промыть, положить в дуршлаг, поставить его в кастрюлю с кипящей водой и варить на пару, пока они не станут мягкими, после чего удалить косточки, а мякоть мелко нарезать или растолочь в ступке.

Полученную финиковую массу соединить с медом и кофе, тщательно перемешать, сформовать небольшие шарики, обвалять их в измельченном арахисе, уложить в десертную вазу.

Десерт из фиников с миндалем

200 г измельченных фиников
100 г сахарной пудры
100 г молотого миндаля
50 г сливочного масла
3 яйца
2 ст. л. картофельного крахмала
1 ч. л. оливкового масла

Яичные желтки взбить с сахарной пудрой, добавить размягченное сливочное масло, молотый миндаль, измельченные финики, разведенный в небольшом количестве воды крахмал и взбитые в пену белки.

Смазать оливковым маслом форму и выпекать десерт в разогретой до 180 ° С духовке в течение 30 минут.

Финики, фаршированные орехами

300 г крупных фиников
10 грецких орехов
3—4 ст. л. густых сливок или сметаны
1 ч. л. сахара

Вымытые финики разрезать вдоль с одной стороны, удалить косточки, а сами финики пропарить, чтобы они стали мягкими. Грецкие орехи осторожно очистить от скорлупы, разделить на половинки или четвертинки и вложить в финики вместо косточек.

Сливки или сметану взбить с сахарной пудрой в пышную пену и с помощью корнетика заполнить этой смесью финики с орехами.

Готовый десерт выложить в вазочку и подать на стол.

Инжир с миндалем

300 г инжира
3 ст. л. очищенного миндаля

1 ч. л. лимонного сока

Миндаль поломать или порезать на крупные кусочки. Инжир ополоснуть, удалить хвостики, а мякоть нарезать небольшими кусочками, смешать с миндалем, сбрызнуть лимонным соком, выложить в вазочку и подать на десерт.

Молочный десерт «Метлуф»

300 г пшеничной муки
250 г 30 %-ных сливок
250 г сахарной пудры
5 ст. л. молока
2 ч. л. манной крупы
2 яйца
0,5 ч. л. топленого масла

Яйца растереть со 150 г сахарной пудры, добавить муку, молоко, размешать и разлить тесто в виде тонких маленьких блинчиков диаметром 10 см на смазанный топленным маслом и посыпанный манной крупой противень.

Выпекать в сильно разогретой духовке в течение 2—3 минут.

Готовые блинчики снять с противня и свернуть трубочками. Когда трубочки остынут, наполнить их взбитыми с сахарной пудрой сливками, положить в прохладное место на 30 минут и подать к столу.

Желе из айвы

1 кг айвы
1 кг сахара
сок 1 апельсина

Подготовленную айву разрезать на 4 части, удалить сердцевину.

В большую кастрюлю налить 1 л воды, добавить сок 0,5 апельсина, положить айву.

Затем налить еще 1,2 л воды, довести до кипения на сильном огне, убавить огонь до минимума и варить, помешивая, до размягчения айвы.

Готовую массу положить в дуршлаг, поставив его над большой миской.

Разминать айву руками до тех пор, пока не стечет весь отвар.

Добавить в отвар сахар, сок 0,5 апельсина и варить на сильном огне, постоянно помешивая, до консистенции желе.

Смесь перелить в розетки, посыпать корицей, поставить в прохладное место на 2 часа, после чего подать к столу.

Десерт «Рохати дил»

400 г ягодного желе

400 г сахара

200 г моркови

100 г сахарной пудры

1 ч. л. лимонного сока

Для приготовления сиропа растворить сахар в 0,5 л воды, добавить лимонный сок, довести до кипения и варить до загустения.

Очищенную и промытую морковь нарезать соломкой, положить в подготовленный сироп и варить на слабом огне до готовности. Варенье охладить.

Подавать к столу в фужерах, оформив рубленным желе и посыпав сахарной пудрой.

Чак-чак

3 ст. л. сахара

2 ст. л. пшеничной муки

1 яйцо

1 ст. л. молока

1 ст. л. жира

1 ст. л. меда

1 ч. л. сливочного масла

0,5 ч. л. соли

Для приготовления сдобного теста муку развести теплым молоком, добавить соль и яйцо, растертое с сахаром и размягченным сливочным маслом.

Тесто раскатать в форме жгута, нарезать шарики и обжарить на жире.
Чак-чак смазать растопленным медом и подать к столу.

Халва: самое любимое и популярное лакомство

Самая популярная восточная сладость, распространенная в странах Среднего и Ближнего Востока, а также на Балканах – это халва. По большинству версий, скорее всего, халва имеет иранское происхождение. Халва известна с глубокой древности (с эпохи греко-персидских войн, то есть с V века до н. э.). Мастеров по изготовлению халвы в Иране называют канда-латчи. Это по сей день отдельная поварская профессия, стоящая обособленно от других, что свидетельствует о специфичности приготовления халвы и подготовительном процессе, требующем особого мастерства.

Имеются сотни видов халвы, множество рецептов ее приготовления, поэтому в условиях бесписьменной, практической передачи знаний от безграмотных народных канда-латчей требовались еще и уникальные способности по запоминанию. Ручное индивидуальное производство халвы сохранилось ныне лишь в Иране, Афганистане и Турции, и это считается лучшая по качеству халва.

При промышленном же производстве (в основном двух-трех видов) халва получается более низкого качества, быстро сохнет, сваливается в непромешанные комки-сгустки, выделяет жир и горкнет.

Фасовка халвы промышленного изготовления мелкими кусками или в жестяных банках и полиэтиленовых формах также ведет к быстрому высыханию этого изделия и к изменению его вкуса.

Основные компоненты распространенных видов халвы просты: это сахар или мед, мыльный корень и какое-либо (одно-два) вкусовое пищевое сырье, по названию которого именуется сорт той или иной халвы и которое дает ей также и свой характерный привкус. Обычно таким сырьем являются орехи или семена, содержащие масла: грецкие орехи, миндаль, семена подсолнечника, кунжута, конопли.

Помимо этого, на Востоке часто готовят халву и из таких продуктов, как мука, манная крупа, кукуруза, пшеница, морковь, батат (сладкий

картофель) и ряда других.

Отметим, что некоторые разновидности халвы можно подавать не только в качестве десерта, но и как закуску или поздний завтрак.

Мучная халва

2 стакана муки
5 ст. л. сахара
6 ст. л. воды
250 г сливочного масла

Сахар всыпать в кастрюлю с теплой водой, размешать и довести до кипения. Муку просеять, добавить размягченное сливочное масло, вымешать, ввести сироп и еще раз хорошо перемешать до получения однородной массы.

Затем эту смесь вылить на блюдо, выровнять поверхность мокрой ложкой или скалкой и охладить.

Перед подачей к столу халву нарезать на кусочки и сложить в вазочку или мелкую десертную тарелку.

Халва сахарная по-таджикски

10 ст. л. сахара
2,5 ст. л. воды
2 ст. л. пшеничной муки
1 ч. л. топленого масла
1 ч. л. лимонного сока (или лимонная кислота на кончике ножа)

В кастрюлю с водой всыпать сахар и довести до кипения. Затем добавить лимонный сок или кислоту и продолжать варить, помешивая, до образования густой карамельной массы.

После этого вылить ее на противень или мраморную плиту и вытягивать до появления белого цвета.

Одновременно с приготовлением карамели в отдельной посуде растопить масло, всыпать в него просеянную муку и, помешивая, варить до тех пор, пока смесь не приобретет светло-желтый цвет.

Подготовленную муку распределить ровным слоем по горячей растянутой карамельной массе, стараясь перемешать их как можно лучше. Затем халву вытянуть в тонкие нити, нарезать их небольшими кусочками и свернуть в виде колбасок.

Желательно готовить это блюдо в небольшом количестве и сразу же подавать к столу, поскольку при хранении такая халва увлажняется и теряет форму.

Халва медовая

3 стакана муки
200 г топленого масла
7 ст. л. меда

В сковороде распустить масло, всыпать туда просеянную муку, тщательно перемешать и, не прекращая помешивать, обжарить до образования рассыпчатой массы желтого цвета.

После этого добавить мед, снова перемешать и продолжать жарить еще 5 минут.

Готовую халву выложить на тарелку или противень, разровнять поверхность с помощью мокрой скалки, слегка остудить и разрезать на небольшие кусочки.

Халва с ванилью

1 стакан муки
1 стакан сахара
2,5 стакана воды
6 ст. л. топленого масла или топленого бараньего жира
0,5 ч. л. ванили

В кастрюле с толстым дном или в сковороде разогреть бараний жир или топленое масло, затем всыпать, постоянно помешивая, просеянную муку и обжаривать, не прекращая мешать, до получения коричневого цвета. В это время сахар растворить в горячей воде, влить этот сироп в муку и кипятить на слабом огне до загустения.

После этого добавить ваниль, перемешать, выложить халву в порционные вазочки, слегка остудить и подать в горячем виде к чаю.

Халва мучная с орехами

2 стакана муки

2 стакана сахара
3 ст. л. топленого бараньего жира
2 стакана воды
0,5 стакана очищенных грецких орехов или арахиса

Арахис или очищенные от скорлупы грецкие орехи высыпать на чистую сковороду и обжарить. Затем остудить, удалить тонкую кожицу, а ядра растолочь крупными кусочками.

В кастрюле с толстым дном разогреть бараний жир (можно заменить его смальцем или топленым маслом), затем постепенно всыпать просеянную муку и жарить, помешивая, до тех пор, пока масса не приобретет коричневый оттенок. В это время сахар растворить в теплой воде, довести до кипения и сварить сироп.

После этого постепенно влить, помешивая, сахарный сироп в муку, добавить орехи, тщательно перемешать, вылить полученную массу в тарелки или на противень и разровнять поверхность.

Когда халва остынет, нарезать ее на кусочки и подать к столу.

Халва манная с орехами

1 стакан манной крупы
1 стакан сахара
1 стакан воды
1 стакан молока
7 ст. л. топленого масла
0,25 ч. л. молотого кардамона
2 ст. л. изюма без косточек
3 ст. л. очищенного миндаля

В кастрюлю с теплой водой всыпать сахар, размешать и довести до кипения. Затем сироп снять с огня, влить молоко и снова перемешать. В сковороде с толстым дном или сотейнике распустить топленое масло, затем всыпать манку и, постоянно помешивая, обжарить крупу до золотистого цвета. После этого уменьшить пламя, добавить молочно-сахарный сироп, кардамон, предварительно промытый изюм и разделенный на половинки миндаль и варить до тех пор, пока сироп полностью не впитается.

Готовую халву выложить в вазочки, слегка остудить и довольно горячей подать к столу.

Халва ореховая по-арабски

2 стакана сахара
1 стакан очищенного фундука
4 яичных желтка
3 ст. л. крепкого черного кофе
200 г топленого масла
0,25 пакетика ванилина

Фундук обжарить на сухой сковороде, немного остудить и растолочь на крупные куски или разрезать на половинки.

Сахар высыпать на чистую сковороду и расплавить на медленном огне. Когда сахар станет коричневым, добавить в него орехи, перемешать и прогреть еще 1—2 минуты. Затем выложить полученную массу на влажный противень или доску, охладить и измельчить. Яичные желтки растереть добела с полученным карамелизированным сахаром, добавить черный кофе и ванилин и варить на водяной бане до тех пор, пока масса не загустеет.

После этого халву немного охладить, тщательно перемешать с размягченным сливочным маслом, выложить в вазочки или на тарелку (в этом случае можно сформовать из халвы какую-нибудь фигуру) и подать к столу.

Халва манная с изюмом и специями

2 стакана воды
0,75 стакана сахара
2 ст. л. светлого изюма без косточек
цедра 1 апельсина
5 ст. л. топленого масла
1 стакан манной крупы
2 ст. л. очищенного миндаля
0,25 ч. л. молотой гвоздики
0,25 ч. л. корицы
1 ч. л. молотого кардамона
0,25 ч. л. шафрана

В толстостенную кастрюлю с теплой водой всыпать сахар, гвоздику, корицу, кардамон, шафран и мелко натертую апельсиновую цедру и варить, помешивая, на слабом огне до полного растворения сахара. Затем увеличить огонь, довести сироп до кипения и на медленном огне покипятить несколько минут. Готовый сироп процедить сквозь сито, добавить промытый изюм, закрыть крышкой и отставить на некоторое время.

В глубокой сковороде или сотейнике на слабом огне нагреть топленое масло, затем добавить манку и, постоянно помешивая, жарить в течение 10 минут, пока крупа не разбухнет и не приобретет золотистый оттенок. После этого снять посуду с огня и, непрерывно помешивая, тонкой струйкой влить сироп. Потом снова поставить кастрюлю на очень слабый огонь и, не прекращая помешивать, варить халву около 10 минут, пока крупа не впитает всю жидкость.

Когда халва немного остынет, подать ее к столу на десертных тарелочках или в широких вазочках, украсив миндалем. При необходимости можно слегка подогреть халву, подержав кастрюлю с ней на водяной бане.

Халвайтар

1 стакан пшеничной муки
3,5 ст. л. топленого масла

- 1 стакан сахара
- 2 стакана воды
- 2/3 стакана любых очищенных орехов

Подготовить орехи: арахис высыпать на чистую сковороду и обжарить, после чего остудить и удалить тонкую кожицу. Очищенные от скорлупы грецкие орехи, миндаль и обжаренный арахис растолочь в ступке, чтобы получились небольшие кусочки.

В глубокую сковороду или сотейник с разогретым топленым маслом всыпать просеянную муку, тщательно перемешать, чтобы не было комочков, и обжаривать до тех пор, пока мука не приобретет коричневатый оттенок. Затем сахар растворить в кипящей воде, влить этот сироп в посуду с мукой и, помешивая, варить на слабом огне до густоты сметаны.

После этого добавить орехи, перемешать и варить еще 10 минут.

Готовый халвайтар разложить в пиалы или вазочки по количеству гостей и подавать к чаю в горячем виде.

Решид-халва

- 1,3 стакана муки
- 2 яйца
- 6 яичных белков
- 2,5 стакана растительного масла
- 0,75 стакана меда
- 0,5 стакана сахара
- 2 ст. л. сахарной пудры
- 1/3 ч. л. корицы

Яичные белки отделить от желтков и взбивать 15—20 минут. Яичные желтки взбивать отдельно в течение 10—15 минут, после чего соединить с белками и, постепенно вводя просеянную муку, продолжать взбивать на протяжении 20—25 минут при температуре 18—20 ° С. Полученную массу выложить на стол, разделить на небольшие порции и раскатать каждую в виде тонкой лепешки. Сложить их друг на друга, пересыпая мукой, чтобы не склеились, и разрезать по диаметру пополам.

Каждую стопку свернуть по ширине в трубочку, нарезать лапшой и рассыпать по посыпанному мукой столу в один слой, чтобы лапша подсохла и не слипалась. После этого лапшу высыпать в сковороду с разогретым растительным маслом и поджаривать в течение 5—7 минут до появления светло-золотистого оттенка. Готовую лапшу вынуть шумовкой в дуршлаг, чтобы стекло лишнее масло.

Пока подсыхает лапша, соединить мед с сахаром и варить на медленном огне в течение 20—30 минут. Обжаренную лапшу выложить на противень, залить медовым сиропом, разровнять поверхность с помощью смоченной в холодной воде скалки, разрезать на небольшие кусочки (квадратики, прямоугольники, ромбики) и поставить в прохладное место на 1 час. Готовую халву посыпать смесью сахарной пудры с корицей, выложить на блюдо или в тарелку и подать на десерт.

Манная халва с карамелью

2,5 стакана молока
1,5 стакана сахара
200 г сливочного масла
1 стакан манной крупы
1,5 ч. л. изюма без косточек
2 ч. л. тертой апельсиновой цедры
сок 1 апельсина

Молоко влить в кастрюлю и довести до кипения. В это время в другую кастрюлю всыпать сахар и растопить его на слабом огне, постоянно помешивая деревянной лопаточкой, чтобы не пригорел. Как только расплавленный сахар станет светло-коричневым, уменьшить огонь до минимума и очень медленно влить в горячую карамель горячее молоко. Перемешать закристаллизовавшийся сахар и снова поставить кастрюлю на медленный огонь на 5—10 минут, чтобы сахар растворился. Затем всыпать в молоко промытый изюм и апельсиновую цедру, влить апельсиновый сок и перемешать.

Тем временем в чистой кастрюле растопить сливочное масло, всыпать в него манку и обжаривать ее в течение 15 минут, регулярно помешивая, пока крупинки не станут золотисто-коричневыми. После этого уменьшить огонь до минимума и медленно влить карамелизированное молоко, перемешать, чтобы не было комочков,

плотно закрыть крышкой и варить на медленном огне еще несколько минут, пока крупа не впитает всю жидкость.

Готовую халву размешать несколько раз, чтобы она разрыхлилась, выложить на блюдо и подать горячей.

Манная халва с молоком и мускатом

2,5 стакана молока

1,5 стакана сахара

1/3 ч. л. молотого шафрана

0,5 ч. л. тертого мускатного ореха

2 ст. л. изюма без косточек

5—6 очищенных грецких орехов

200 г сливочного масла

1 стакан манной крупы

Молоко вскипятить, всыпать в него сахар, шафран и мускатный орех, размешать и кипятить еще 1 минуту. Затем добавить промытый и обсушенный изюм и продолжать кипятить на слабом огне в течение 10 минут, периодически помешивая.

В это время лесные или грецкие орехи слегка обжарить в сливочном масле и растолочь в ступке. Сливочное масло нарезать небольшими кусками, сложить в кастрюлю и растопить на среднем огне. Затем всыпать манку и, помешивая деревянной лопаточкой, поджаривать ее в течение 10—15 минут, пока крупа не станет золотисто-коричневой, а масло не начнет отделяться от манки. После этого уменьшить огонь и, быстро размешивая, чтобы не было комков, тонкой струйкой влить молочный сироп. Потом всыпать толченые орехи, накрыть кастрюлю крышкой и продолжать варить на слабом огне еще 2—3 минуты, чтобы впиталась вся жидкость.

Готовую халву разрыхлить, несколько раз быстро перемешав, выложить на блюдо или в вазу и подать в теплом виде.

Манная халва с гороховой мукой

2 стакана молока
1 стакан сахара
2 ст. л. темного изюма без косточек
5 ст. л. топленого масла
0,5 ч. л. семян фенхеля
2,5 ст. л. гороховой муки
5 ст. л. манной крупы
3 ст. л. очищенного миндаля
1 маленький лавровый лист
0,25 ч. л. шафрана
1/3 ч. л. молотого черного перца
0,25 ч. л. молотого мускатного ореха

В кастрюлю с толстым дном влить молоко, добавить сахар и, непрерывно помешивая, довести на достаточно сильном огне до кипения. После этого уменьшить огонь до самого слабого, всыпать шафран, промытый и обсушенный изюм, закрыть кастрюлю крышкой и продолжать варить еще 5 минут.

В глубокую сковороду положить топленое масло, разогреть его на среднем огне, добавить лавровый лист и семена фенхеля и жарить несколько секунд. После этого всыпать гороховую муку (желательно из нута), манную крупу и разобранный на половинки миндаль и продолжать жарить, постоянно помешивая, на умеренном огне в течение 7—10 минут до тех пор, пока смесь не приобретет приятный золотистый цвет. Затем снять сковороду с плиты, влить, непрерывно помешивая, тонкой струйкой горячий сироп и, не прекращая мешать, кипятить халву на слабом огне 5—8 минут, пока вся жидкость не впитается и крупа не разбухнет.

Готовую халву выложить в вазочки или формочки, посыпать черным перцем и мускатным орехом, слегка остудить и подать на десерт к чаю.

Ореховая халва по-индийски

1,5 стакана очищенного фундука или миндаля
1,5 стакана сахара

- 1,5 стакана сливок или молока
- 2 ст. л. топленого или сливочного масла
- 2—3 ст. л. очищенных орехов кешью или фисташек для украшения

Фундук или миндаль растолочь, всыпать в кастрюлю, залить молоком или сливками, добавить масло и сахар и, периодически помешивая, варить при сильном кипении в течение 15 минут. Когда жидкость выпарится наполовину, убавить огонь и продолжать варить на слабом огне, постоянно мешая, до тех пор, пока смесь не превратится в густую массу и не начнет отставать от дна кастрюли. После этого выложить халву на смазанный маслом противень и охладить. Затем влажными руками сформовать из нее пласт толщиной 2,5 см и дать затвердеть.

Перед подачей к столу нарезать халву на небольшие кусочки и украсить каждый половинкой поджаренного ореха кешью или фисташками.

Миндальная халва с мускатным орехом

- 4 стакана сахара
- 1 л воды
- 250 г размягченного сливочного масла
- 2,5 стакана манной крупы
- 0,5 стакана очищенного миндаля
- мускатный орех и корица на кончике ножа

В кастрюлю с водой всыпать сахар, довести до кипения и варить при слабом кипении 10 минут до получения густого сиропа. В глубокой сковороде растопить сливочное масло, всыпать туда манку и, помешивая, обжаривать до тех пор, пока крупа не приобретет золотистый оттенок. Затем влить сахарный сироп и варить, постоянно помешивая, до загустения. После этого добавить разделенные на половинки ядра миндаля, еще раз тщательно перемешать и снять с огня. Готовую халву переложить в смазанную сливочным маслом форму или противень, разровнять поверхность и охладить.

Перед подачей на стол разрезать халву на небольшие кусочки, выложить на блюдо и посыпать тертым мускатным орехом или корицей.

Манная халва с миндалем, изюмом и кардамоном

1 стакан манной крупы
1 стакан сахара
1 стакан воды
1 стакан молока
7 ст. л. топленого масла
0,25 ч. л. молотого кардамона
2 ст. л. изюма без косточек
3 ст. л. очищенного миндаля

В кастрюлю с теплой водой всыпать сахар, размешать и довести до кипения. Затем сироп снять с огня, влить молоко и снова перемешать. В сковороде с толстым дном или сотейнике распустить топленое масло, затем всыпать манку и, постоянно помешивая, обжарить крупу до золотистого цвета. После этого уменьшить пламя, добавить молочно-сахарный сироп, кардамон, предварительно промытый изюм и разделенный на половинки миндаль и варить до тех пор, пока сироп полностью не впитается. Готовую халву выложить в вазочки, слегка остудить и довольно горячей подать к столу.

Фисташковая халва

1,5 стакана очищенных фисташек
1 стакан воды
2 ст. л. молока
0,5 стакана сахара
2 ст. л. топленого или сливочного масла
0,5 ч. л. ванилина

Фисташки сложить в широкую миску, залить кипятком и оставить на полчаса. Затем откинуть орехи на сито, чтобы стекла вода, поместить в миксер или кухонный комбайн с металлическими насадками, добавить молоко и измельчить орехи до пастообразного состояния. После этого всыпать сахар и перемешать.

В глубокой сковороде с антипригарным покрытием растопить на медленном огне масло, добавить ореховую пасту и, постоянно помешивая, жарить в течение 15 минут до тех пор, пока масса не загустеет.

Затем всыпать ванилин, перемешать, выложить халву на смазанный маслом противень или поднос, разровнять поверхность и остудить.

Застывшую халву разрезать на небольшие квадратики ножом-пилкой, выложить в десертную вазу и подать на стол. Эта халва может храниться в холодильнике 2—3 недели.

Ореховая халва с кофе и ванилью

2 стакана сахара
1 стакан очищенного фундука
4 яичных желтка
3 ст. л. крепкого черного кофе
200 г топленого масла
1 пакетик ванилина

Фундук обжарить на сухой сковороде, немного остудить и растолочь на крупные куски или разрезать на половинки. Сахар высыпать на чистую сковороду и расплавить на медленном огне. Когда сахар станет коричневым, добавить в него орехи, перемешать и прогреть еще 1—2 минуты. Затем выложить полученную массу на влажный противень или доску, охладить и измельчить. Яичные желтки растереть добела с полученным карамелизированным сахаром, добавить черный кофе и ванилин и варить на водяной бане до тех пор, пока масса не загустеет.

После этого халву немного охладить, тщательно перемешать с размягченным сливочным маслом, выложить в вазочки или на тарелку (в этом случае сформовать из халвы какую-нибудь фигуру) и подать к столу.

Рахат-лукум

Рахат-лукум цитрусовый

5 стаканов сахара
2 стакана воды
0,5 стакана крахмала
4—5 ст. л. сахарной пудры
цедра с 1 апельсина или лимона
2—3 капли лимонного или апельсинового масла

Крахмал развести 1 стаканом холодной воды и хорошо размешать, чтобы не было комочков. В кастрюлю с оставшейся водой всыпать сахар, периодически помешивая, довести до кипения и варить на среднем огне 15—20 минут.

После этого при сильном кипении сахарного сиропа влить крахмальный раствор, уменьшить огонь, добавить мелко натертую цедру лимона или апельсина и, непрерывно помешивая, варить до тех пор, пока масса не загустеет.

Когда лукум будет отставать от стенок посуды, ввести цитрусовое масло, еще раз перемешать и выложить кушанье на застланный пергаментной бумагой противень или в формочки, разровнять, приминая, с помощью мокрой ложки поверхность и дать остыть в течение 4—5 часов.

Готовый десерт нарезать на квадратики, обвалять в сахарной пудре и подать к столу, выложив в вазочку.

Рахат-лукум «Роза Востока»

3 ст. л. крахмала
4 стакана воды
4 стакана сахара
20 г сливочного масла
2 ст. л. вишневого или малинового сиропа
1—2 капли розового масла

0,5 стакана сахарной пудры

Крахмал залить холодной водой (1 стакан), размешать и отставить. В кастрюлю с водой всыпать сахар и довести сахарный сироп на сильном огне до кипения, периодически снимая пену. Затем, непрерывно помешивая, влить крахмальный раствор и продолжать варить до тех пор, пока масса не начнет отставать от стенок посуды.

После этого снять лукум с огня, добавить вишневый или малиновый сироп и розовое масло, хорошо перемешать, выложить на смазанный сливочным маслом противень, сформовать в виде прямоугольного пласта толщиной 2—3 см и оставить на 3—4 часа в прохладном месте.

Когда лукум застынет, нарезать его на небольшие кусочки, обвалить их в сахарной пудре, уложить в вазочку и подать к чаю.

Лукум традиционный

400 г сахара

100 г очищенных фисташек

100 г сахарной пудры

80 г крахмала

2 ст. л. отвара из лепестков роз

2 ч. л. сливочного масла

Крахмал и сахар развести в 1,2 л воды, поставить на сильный огонь и нагревать, помешивая.

Когда сироп закипит, убавить огонь до минимума и продолжать варить, помешивая. После загустения смеси добавить дробленые фисташки, отвар из лепестков роз, перемешать, снять с огня и выложить на смазанное сливочным маслом блюдо.

Готовый лукум поставить в прохладное место на сутки, затем нарезать кубиками, посыпать сахарной пудрой и подать к столу.

Рахат-лукум миндальный

3 стакана сахара

6 стаканов воды

3 стакана крахмала

0,5 стакана очищенного миндаля

0,5 стакана сахарной пудры

Очищенный от скорлупы миндаль разделить на половинки. Крахмал развести холодной водой (3 стакана), размешать, чтобы не было комочков, и оставить на некоторое время.

В кастрюлю всыпать сахар, залить его оставшейся водой и, время от времени помешивая, довести до кипения, снимая пену. После этого влить, быстро размешивая, крахмальный раствор, добавить миндаль и, непрерывно помешивая, кипятить до тех пор, пока масса не загустеет.

Затем выложить лукум на поднос с высокими бортиками или на противень, сформовать смоченными холодной водой руками или ложкой прямоугольный пласт толщиной 2—2,5 см и дать ему застыть.

После этого лукум нарезать на небольшие кусочки, обвалять в сахарной пудре, выложить в вазочку или на тарелку и подать к столу.

Рахат-лукум ванильный

1 стакан сахара

1 стакан воды

1 стакан кукурузного крахмала

1 стакан сахарной пудры

0,5 ч. л. ванили

лимонная кислота на кончике ножа

Смешав сахар с водой, приготовить сироп (для улучшения процесса желирования в него можно добавить немного желатина), всыпать в него крахмал и уварить, присоединив в конце лимонную кислоту и ванилин.

После варки полученную остывшую массу разлить в лоточки, застеленные пергаментной бумагой, дать массе загустеть и через 4 часа нарезать прямоугольными кусочками, обвалять их в сахарной пудре и уложить в сухую картонную коробку.

Для придания цвета и вкуса в рахат-лукум можно добавить немного фруктово-ягодного сока или сиропа.

Шакер-лукум

1,5 стакана пшеничной муки

4 ст. л. топленого масла

140 г сахарной пудры

2 яичных желтка

1 ст. л. коньяка

0,25 ч. л. шафрана

Шафран залить коньяком и размешать. Топленое масло растереть добела. Сырые желтки растереть с сахарной пудрой, добавить топленое масло и коньяк с шафраном, хорошо перемешать, всыпать просеянную муку и замесить тесто. Поставить его в холодильник на 7—10 минут, после чего сформовать шарики размером с грецкий орех и слегка приплюснуть их, чтобы получились толстые лепешки.

Выложить их на противень, поставить в подогретую духовку и выпекать на слабом огне в течение 7—10 минут.

Готовые изделия уложить на блюдо или тарелку и подать к чаю.

Шербеты

Шербет гранатовый

4 граната

2 стакана воды

1 стакан сахара

Гранат надрезать с четырех сторон, раскрыть, осторожно отделить зернышки от кожуры и выжать из них сок.

В кастрюлю с водой всыпать сахар, вскипятить, помешивая, снять пену и варить 5—7 минут.

В горячий сироп влить гранатовый сок, размешать, охладить и подать к столу.

Шербет мятный

1,5—2 ст. л. сушеной мяты
сок одного лимона или 1 стакан алычового сока
0,5 стакана сахара
1 л воды

В кастрюлю положить мяту, залить ее водой (1,5 стакана), довести до кипения и кипятить 2 минуты. Затем накрыть кастрюлю крышкой, дать постоять полчаса и процедить.

В другую посуду всыпать сахар, залить его оставшейся водой, прокипятить 5—7 минут, соединить с мятным настоем, перемешать и охладить до комнатной температуры.

После этого добавить лимонный или алычовый сок, снова размешать и поставить в холодильник на 1—2 часа.

Шербет виноградный

1 кг недозрелого винограда
1,5 стакана воды

Для сиропа:

3 стакана сахара
2,5 стакана воды

Ягоды отделить от веточек, промыть, залить водой и прокипятить в течение 2—3 минут. Затем охладить и пропустить через соковыжималку или протереть сквозь сито. Полученный сок соединить с сахарным сиропом, вскипятить, остудить до комнатной температуры и поставить в холодильник на 1 час.

Охлажденный шербет подать в пиалах или широких бокалах.

Шербет из урюка или кураги

1 л воды
5 ст. л. сахара

7—9 шт. урюка или 15 шт. кураги

Курагу промыть, а урюк, помимо этого, очистить от косточек. Опустить фрукты в кипящую воду, добавить сахар, размешать и варить, пока курагу не станет мягкой.

Готовый шербет охладить и сразу же подать, положив в каждый бокал или пиалу по 3—5 шт. предварительно замоченного урюка или кураги.

Шербет персиковый

5—6 персиков

0,5 стакана сахара

сок 1 лимона

Персики промыть, удалить косточки, а мякоть измельчить с помощью миксера или протереть через сито. В полученное пюре добавить сахар и лимонный сок, хорошо перемешать и поставить в морозильную камеру на 3—4 часа.

Замороженную массу снова измельчить в миксере, чтобы она стала нежнее, и еще на полчаса поставить в морозильную камеру.

Готовый шербет выложить в пиалы и украсить ломтиками персика.

Пахлава: история и споры

По словам историка Нури Джанлы, первое упоминание о сладости датировано XV веком.

Традиция готовить тонкое тесто для пахлавы пришла от ассирийцев. В поваренной книге музея османских султанов во дворце Топкапы сохранилась запись времен султана Фатиха, согласно которой первая пахлава была приготовлена во дворце в августе 1453 года. Уверяют, что султану настолько понравилось изобретение повара, что он повелел увековечить его рецепт. С тех пор пахлаву готовят на каждом празднике.

По другой версии пахлава была придумана на территории Турции в VIII веке до н. э. Греческие моряки и торговцы вскоре распробовали прелести пахлав. Она так услаждала их вкус, что они привезли ее рецепт в Афины.

Основной вклад греков в совершенствование этой сладости заключался в создании теста, позволявшего раскатывать его до толщины листа, по сравнению с грубым и хлебоподобным тестом анатолийцев.

Фактически слово «фило», что по-гречески означает «лист», было заимствовано греками.

Пахлава даже стала причиной межнациональных конфликтов. Греки и турки, оспаривая первенство в изобретении пахлав, организовали митинги и акции. Началось с того, что киприоты греческого происхождения начали раздавать брошюры, в которых они называли пахлаву своим национальным блюдом. В ответ на это во многих городах Турции состоялись митинги, на которых собравшиеся отстаивали свое право называть Турцию родиной пахлав. Дело дошло до того, что проблему стали решать на правительственном уровне.

Надо сказать, что традиции выпечки пахлав сложились во многих странах. И с полным правом отстаивать первенство в изобретении пахлав могут иранцы.

Восточная сладость у них играла значимую роль в свадебном обряде. Перед свадьбой невеста должна была испечь пахлав для родителей

жениха, чтобы показать, что она будет хорошей хозяйкой готовить мужу.

Другие народы также настойчиво утверждают, что настоящий рецепт пахлавы придумали они. Об этом говорят армяне, азербайджанцы, боснийцы и многие другие.

Так же как широка география пахлавы, разнообразны рецепты ее приготовления. Они могут отличаться не только в разных странах, но и в соседних селениях.

Готовят пахлаву не только в средиземноморских странах. Свои рецепты пахлавы есть уже и в Испании, Великобритании, США. Англичане готовят пахлаву с шоколадом, а американцы добавляют кленовый сироп. Как говорится, сколько производителей – столько и вкусов.

А настоящие ценители этой восточной сладости никогда не спутают, скажем, турецкую и греческую пахлаву.

Пахлава миндальная с манной крупой

1,5 стакана муки
2 ст. л. манной крупы
1,5 стакана топленого масла
1 стакан растопленного сливочного масла
3 стакана очищенного миндаля
6 ст. л. сахара
5 ст. л. жидкого меда
0,25 ч. л. соли
крахмал для посыпки

Для приготовления начинки очищенный миндаль размолоть, всыпать в миску, добавить сахар и растопленное сливочное масло, растереть смесь руками до однородного состояния и оставить на ночь.

На следующий день просеять в миску муку и манную крупу, добавить соль и топленое масло, растереть и в течение полчаса вымешивать тесто, понемногу смачивая его водой, чтобы получилась очень плотная, но достаточно эластичная масса. Сформовать из теста 14

шариков, посыпать каждый крахмалом и раскатать в очень тонкие листы.

Смазать топленным маслом большую чугунную сковороду, уложить на нее 7 листов теста один возле другого так, чтобы их края свешивались с края сковороды, обмазать все листы топленным маслом и затем накрыть их оставшимися пластами теста. Покрыть их слоем миндаля, а миндаль накрыть свесившимися краями теста.

Прочертить на поверхности пахлавы полосы, чтобы они при пересечении образовали ромбы, и в центр каждого ромба положить очищенный миндаль.

Всю поверхность пахлавы смазать топленным маслом, поставить сковороду в духовку и выпекать на слабом огне до золотистого цвета.

Готовые пирожные вынуть из печи, обильно полить медом, дать остыть и разрезать по меткам на ромбы.

Через 1—1,5 часа, когда пахлава пропитается медом, выложить ее на блюдо и подать на стол.

Пахлава дрожжевая с орехами

2,5 стакана муки
2/3 стакана воды
1 ч. л. дрожжей
1 стакан очищенного миндаля или грецких орехов
1 стакан сахара
2 ст. л. меда
150 г топленого масла
1 яичный желток
1/3 ч. л. молотого кардамона
0,5 ч. л. соли

В кастрюлю влить воду, развести в ней дрожжи, размешать и, продолжая помешивать, всыпать просеянную муку. Замесить тесто и оставить его на полчаса, чтобы оно подошло.

Во время брожения теста приготовить начинку: миндаль или грецкие орехи пропустить через мясорубку или растолочь в ступке и перемешать с сахаром и кардамоном.

Подошедшее тесто вынуть из кастрюли, разделить на 15—20 кусков и раскатать каждый из них в пласт толщиной 2 мм.

Один пласт положить на смазанный маслом противень, полить его растопленным маслом, накрыть другим слоем теста, смазать маслом, затем еще слой теста и слой ореховой начинки. Так чередовать тесто с маслом и начинкой до тех пор, пока не закончится тесто.

Поверхность пахлавy смазать яичным желтком, разрезать пахлавy на крупные ромбики, поставить в нагретую духовку и выпекать при температуре 170—180 ° С в течение 30—35 минут.

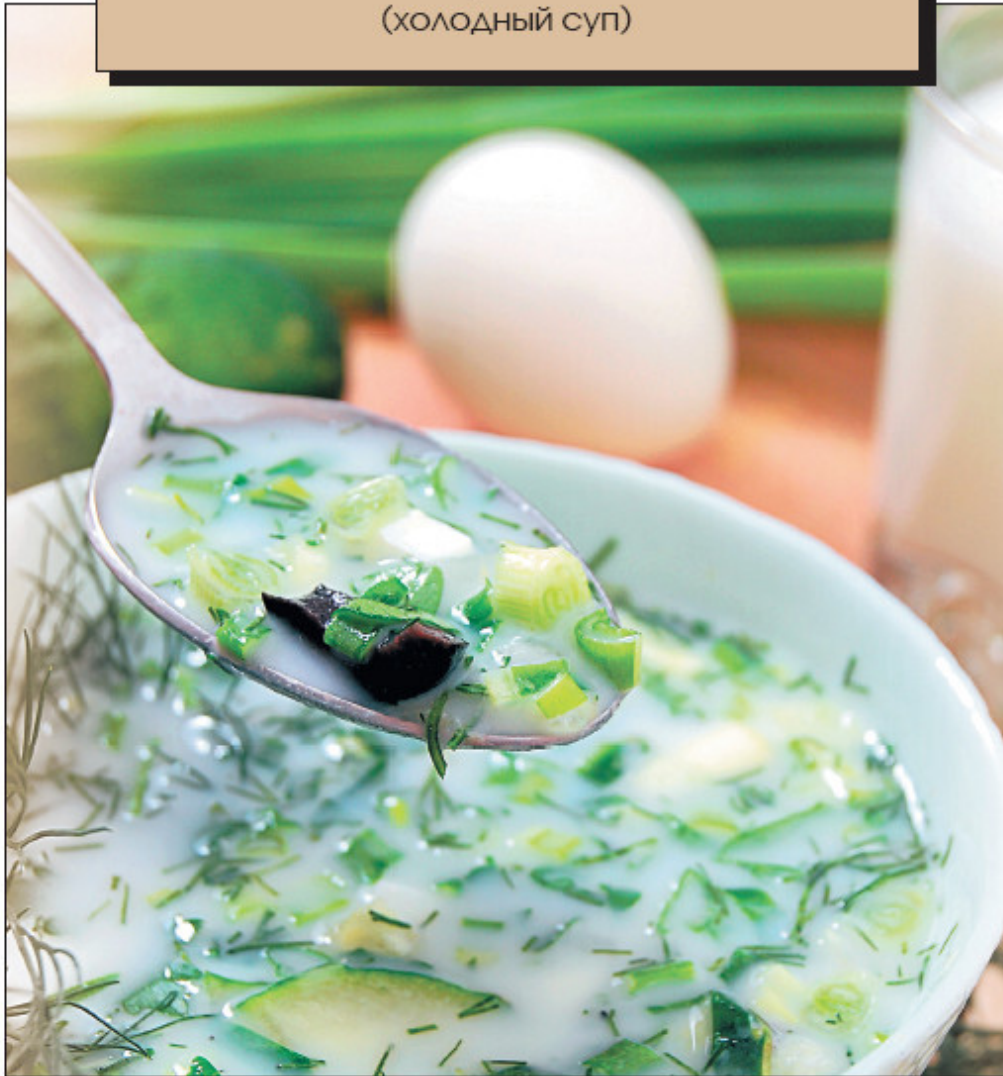
Готовую пахлавy залить маслом, затем – медом и оставить так на несколько часов, чтобы пирожное пропиталось.

Подавать к чаю.

Иллюстрации

Дограмач (холодный суп)

Дограмач (холодный суп)



■

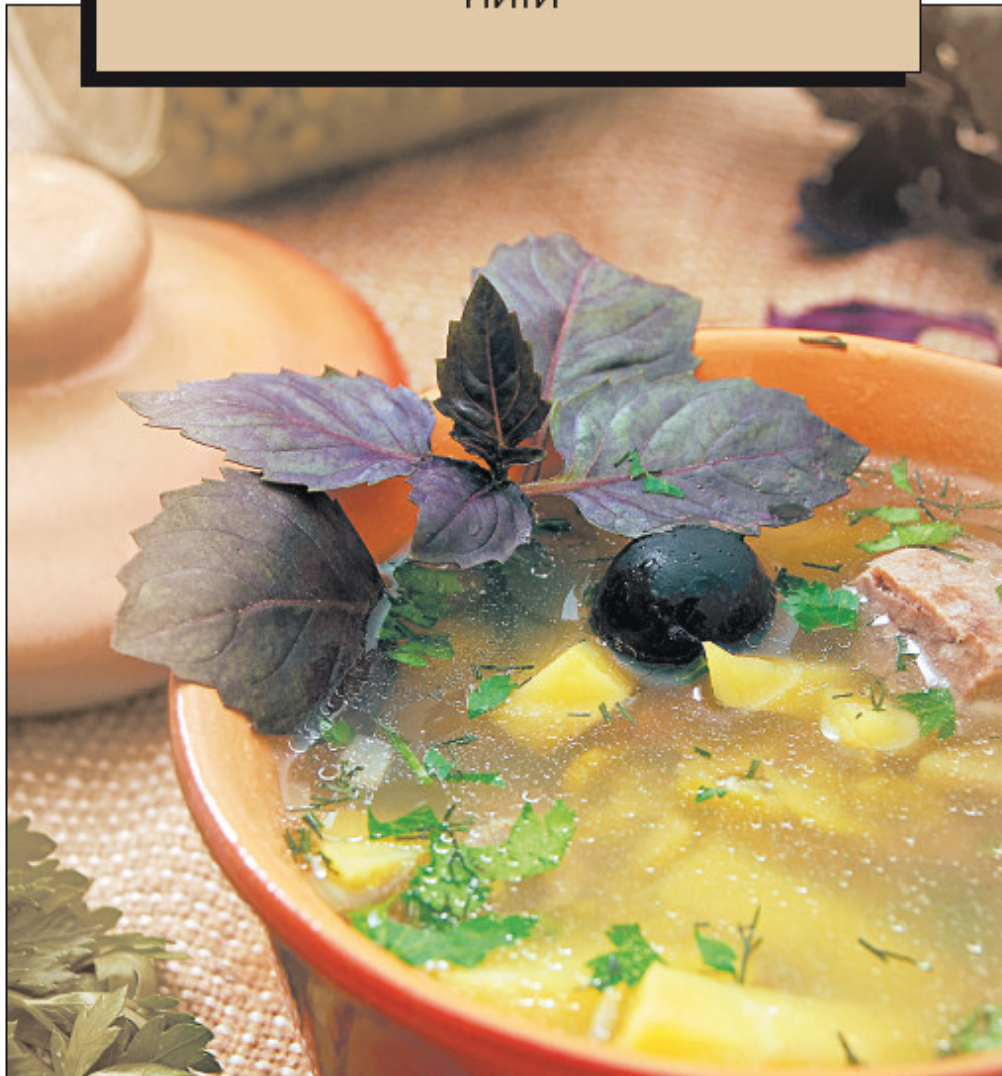
2 стакана мацони (простокваши), 1 стакан минеральной воды, 2 свежих огурца, 2 яйца, 1 головка репчатого лука, 1 пучок зеленого лука, 1 пучок укропа, черный молотый перец, соль.

Мацони перемешать с минеральной водой и тщательно взбить. Огурцы вымыть, очистить от кожицы и нарезать мелкой соломкой или натереть на крупной терке. Яйца отварить вкрутую в воде с небольшим количеством уксуса (чтобы скорлупа не треснула). Остудить, очистить и натереть на терке или мелко нарезать, соединить с огурцами. Очищенный лук, укроп и зелень мелко порубить. Добавить к общей массе. Все ингредиенты положить в мацони, посолить, поперчить и тщательно перемешать. Затем поставить в холодильник на 1–2 часа. Перед подачей готовое блюдо посыпать зеленью.

■

Пити

Пити



300 г баранины, 300 г картофеля, 4 плода алычи или чернослива, 7–8 каштанов, 1 головка репчатого лука, 1 пучок кинзы, 1 пучок петрушки, 2 стакана воды, 3 ст. л. растительного масла или жира, 2 ст. л. гороха, 6–7 горошин черного перца, шафран, соль.

Мясо вымыть, удалить пленки и нарезать кусочками среднего размера. Выложить мясо в глиняный горшок и добавить к нему предварительно размоченный горох. Налить в горшок воды, поставить на огонь и довести до кипения. Затем почистить лук, целиком положить его в горшок и варить на слабом огне. Каштаны вымыть, слегка надрезать и положить в кастрюлю с соленой водой. Варить до тех пор, пока кожа не начнет отделяться. Каштаны очистить и нарезать. Из алычи удалить косточки. За 20–30 минут до готовности мяса положить в глиняный горшок каштаны, картофель и алычу. Развести шафран в 1/2 стакана кипятка, добавить в горшок вместе с солью, перцем, растительным маслом или жиром и измельченной зеленью за 5 минут до готовности.

Ёрма (пшеничный суп)

Ёрма (пшеничный суп)



*400 г баранины, 1,5 л воды, 80 г топленого курдючного сала, 250 г пшеницы, 1 головка репчатого лука,
1 стручок красного острого перца, зелень укропа и кинзы, соль.*

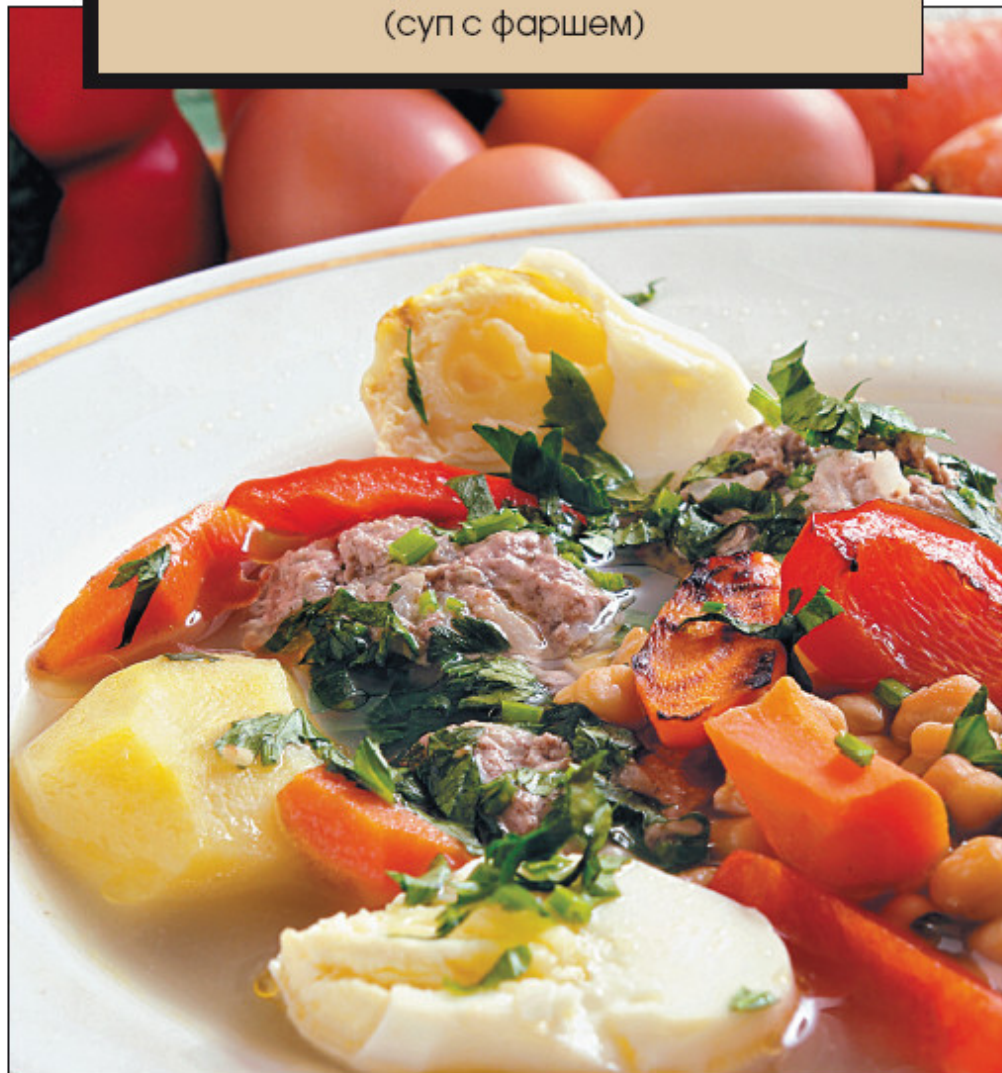
Баранину тщательно вымыть, удалить лишний жир, обсушить бумажным полотенцем, нарезать маленькими кусочками по 20 г. Репчатый лук очистить и нарезать кубиками.

Казан раскалить, выложить топленое курдючное сало, сильно разогреть, выложить кусочки баранины и, помешивая деревянной лопаткой, жарить до образования румяной корочки, добавить репчатый лук и пассеровать вместе с мясом. В казан влить предварительно нагретую воду, довести до кипения, посолить и варить 40 минут. Пшеницу выложить в деревянную ступку, толочь 30–40 минут, добавляя воды. Затем тщательно промыть. Потолочь еще раз. Подготовленную пшеницу добавить в казан к мясу, аккуратно опустить стручок острого перца (целый), варить на медленном огне под закрытой крышкой 50 минут.

Готовую ёрму подавать в глубоких тарелках, посыпав рубленой зеленью кинзы, укропа.

Шурпа байская (суп с фаршем)

Шурпа байская (суп с фаршем)

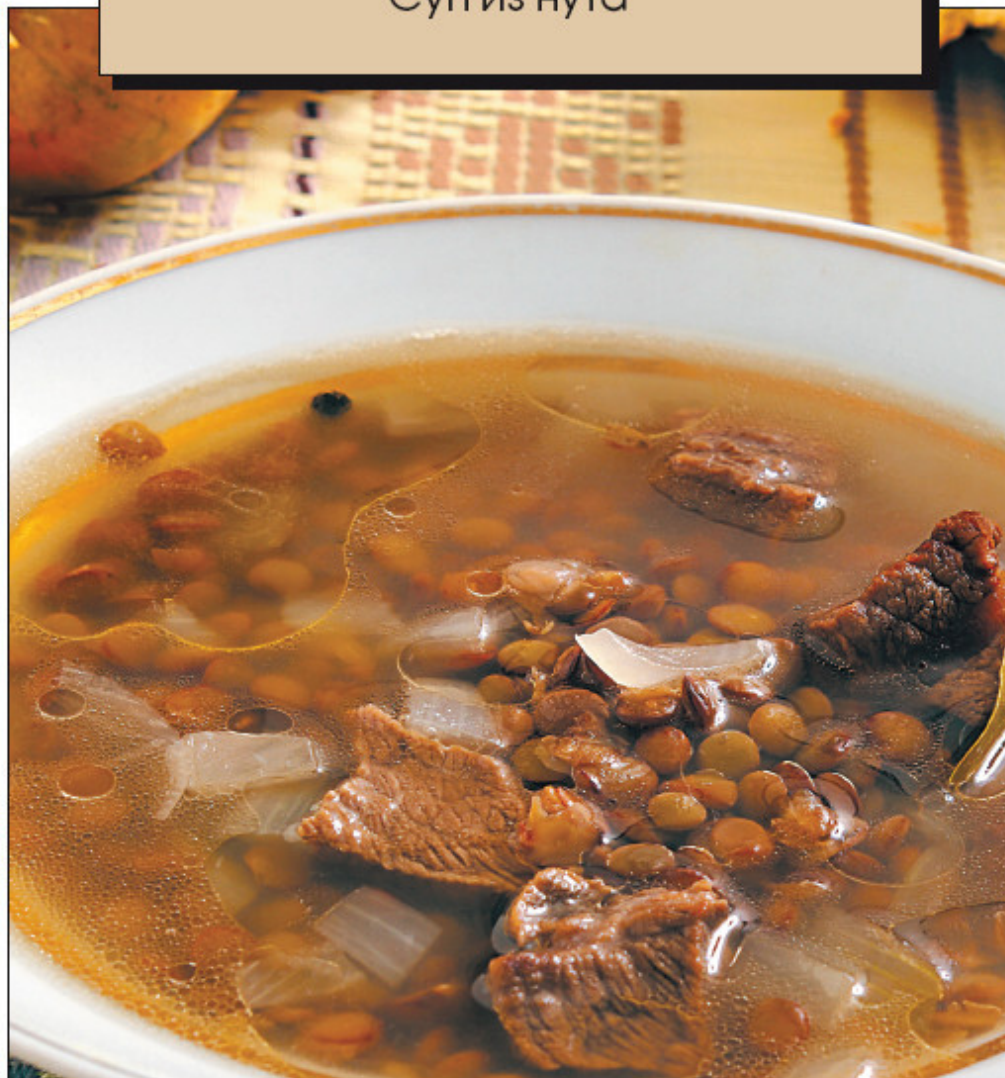


300 г бараньих костей, 300 г баранины (лучше ягненка), 50 г топленого бараньего сала, 90 г риса, 300 г картофеля, 1 морковь, 1 головка репчатого лука, 2 яйца, 50 г сметаны, 50 г букета зелени (кинза, укроп, петрушка), черный молотый перец, красный молотый перец, соль.

Кости вымыть, выложить на противень и запечь в духовке. Переложить в кастрюлю с холодной водой, довести до кипения, варить на медленном огне 1 час. Морковь нарезать соломкой, лук — кубиками, выложить в разогретое топленое сало, пассеровать 8 минут. Картофель очистить и нарезать четвертинками. В бульон выложить лук, морковь, картофель, промытый рис, посолить и поперчить; варить на слабом огне 40 минут. Баранину вымыть, нарезать ломтиками. Из мяса приготовить фарш, дважды пропустив баранину через мясорубку с мелкой решеткой. В фарш добавить яйца, соль, красный и черный перец, смешать все ингредиенты, вымесить и отбить (фарш должен быть липким и однородным). Сформовать фрикадельки (киймы). Киймы выложить в шурпу, варить 10 минут. Готовую шурпу заправить сметаной, подавать, посыпав рубленой зеленью.

Суп из нута

Суп из нута



300 г нута, 1,5 л воды, 1 головка репчатого лука, 4 зубчика чеснока, 500 г мангольда (или листьев свеклы), 5 помидоров, 3 ст. л. растительного масла, 1/2 ч. л. соли, свежемолотый черный перец, кайенский перец, 1 ч. л. розового перца, 2 лавровых листа, 1 ст. л. томатной пасты, 2 куска черствого хлеба.

Нут замочить на 12 часов в холодной воде, затем слить воду, промыть, залить холодной водой и варить 1,5 часа. Лук и чеснок нашинковать. Мангольд нарезать соломкой.

Опустить помидоры на 3 секунды в кипяток, затем переложить в холодную воду.

После снять кожицу и разрезать каждый помидор на 4 части. На сковороде разогреть часть растительного масла и слегка обжарить на нем лук и чеснок, пока овощи не станут прозрачными.

Затем добавить мангольд и помидоры, тушить около 5 минут, перемешать все с нутом.

Суп приправить специями (лавровым листом, разными видами перца) и варить 30 минут, добавив при этом разведенную в небольшом количестве воды томатную пасту.

Пиеба (луковый суп)

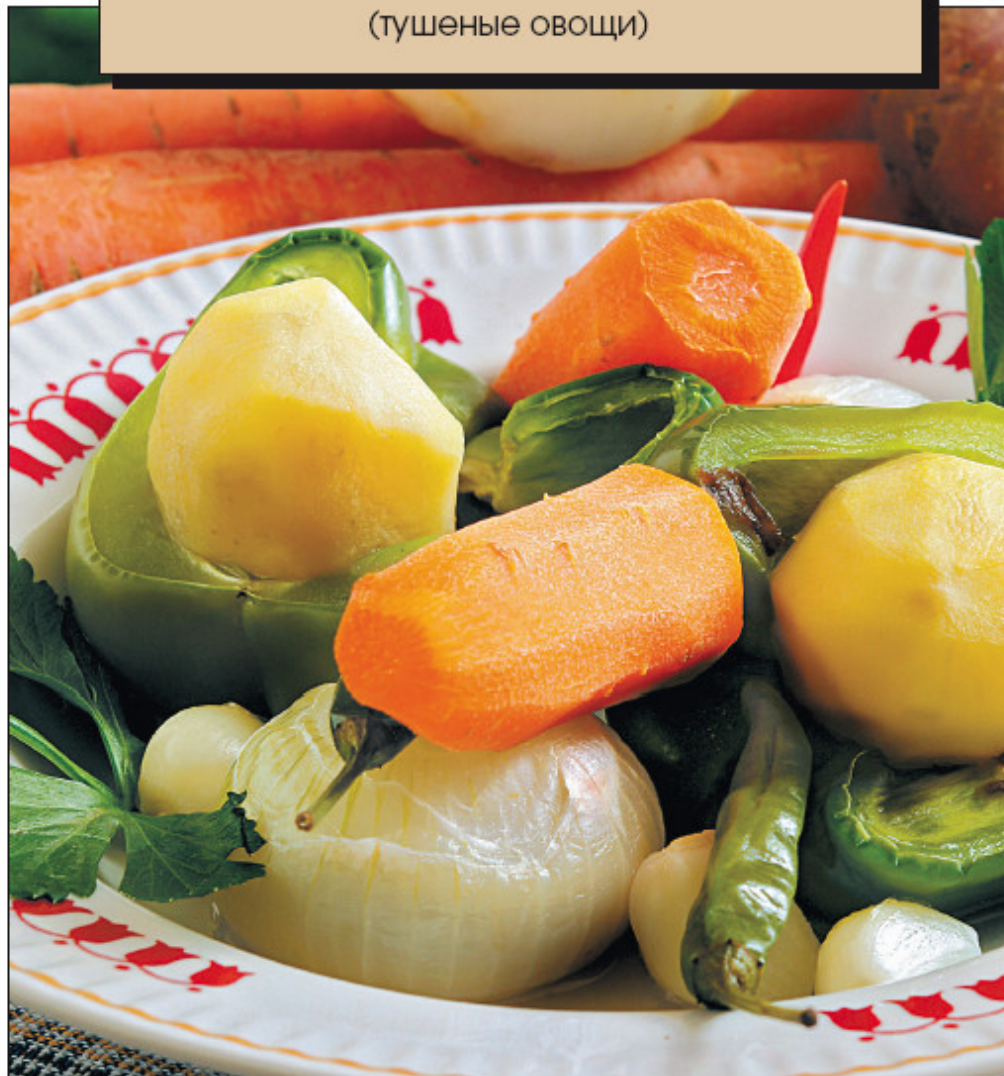
Пиеба
(луковый суп)



100 г курдючного сала, 12 головок репчатого лука, 250 г урюка,
1,5 л воды, пучок петрушки, пучок укропа, соль, красный молотый перец.
Сало нарезать кубиками и обжарить на сковороде. Лук очистить, нашинковать,
добавить к салу и жарить до золотистого цвета.
После влить горячую воду, довести смесь до кипения.
Урюк промыть и добавить к луковому бульону,
варить при слабом кипении в течение 30 минут.
За несколько минут до готовности суп посолить и поперчить.
Перед подачей суп посыпать нарубленной зеленью.

Сабзавотли димлама (тушеные овощи)

Сабзавотли димлама (тушеные овощи)



3 головки репчатого лука, 3 моркови, 2 баклажана, 300 г картофеля, 150 г сладкого стручкового перца, 1 помидор, 180 г чеснока, 10 г острого стручкового перца, 200 мл крепкого бульона, 100 г сливочного масла, 100 г зелени (кинза, укроп, петрушка), кориандр, зира, соль.

Баклажаны, помидор, морковь нарезать кружками, лук очистить и нарезать кольцами. Сладкий перец вымыть, нарезать соломкой. Картофель вымыть, очистить, крупные клубни разрезать пополам. Чеснок вымыть, удалить сухую шелуху, но не очищать до конца. На дно казана выложить кусочки сливочного масла (50 г), слой лука, затем слои овощей в последовательности: морковь, помидоры, баклажаны, сладкий перец. Уложить головки чеснока и целый (неповрежденный) стручок острого перца. В конце выложить картофель и сверху укрыть пучками свежей зелени и оставшимся сливочным маслом. При укладывании каждый слой следует приправлять солью и специями.

Влить бульон, казан плотно накрыть крышкой и поставить на слабый огонь на 2–3 часа.

Тухум-дульма (зразы из говядины)

Тухум-дульма (зразы из говядины)



2300 г говядины, 60 г пшеничного хлеба, 50 мл воды, 60 мл молока, 1/2 головки репчатого лука, 4 яйца, 20 г панировочных сухарей, 60 г топленого масла, черный молотый перец, красный молотый перец, соль.

Хлеб нарезать ломтиками, выложить в миску и залить холодным молоком, оставить на 30 минут.

Говядину вымыть, удалить пленки и сухожилия, нарезать ломтиками. Лук очистить, нарезать ломтиками.

Мясо, репчатый лук, отжатый хлеб два раза пропустить через мясорубку с мелкой решеткой.

В фарш добавить воду с разведенной солью, красный и черный молотый перец, тщательно смешать все ингредиенты, вымесить и отбить (фарш должен быть липким и однородным).

Яйца варить в течение 8 минут, охладить и очистить. Из фарша раскатать лепешки, на каждую мясную лепешку уложить 1 яйцо и сформировать биточки. Биточки запанировать в молотых сухарях, выложить на сковороду с разогретым топленым маслом и жарить до образования румяной корочки.

Готовые тухум подать на стол, гарнировав вареным картофелем и свежими помидорами.

Баклажаны по-турецки

Баклажаны по-турецки



*300 г баклажанов, 100 г помидоров, 100 г репчатого лука,
100 г моркови, 100 мл растительного масла, соль, перец.*

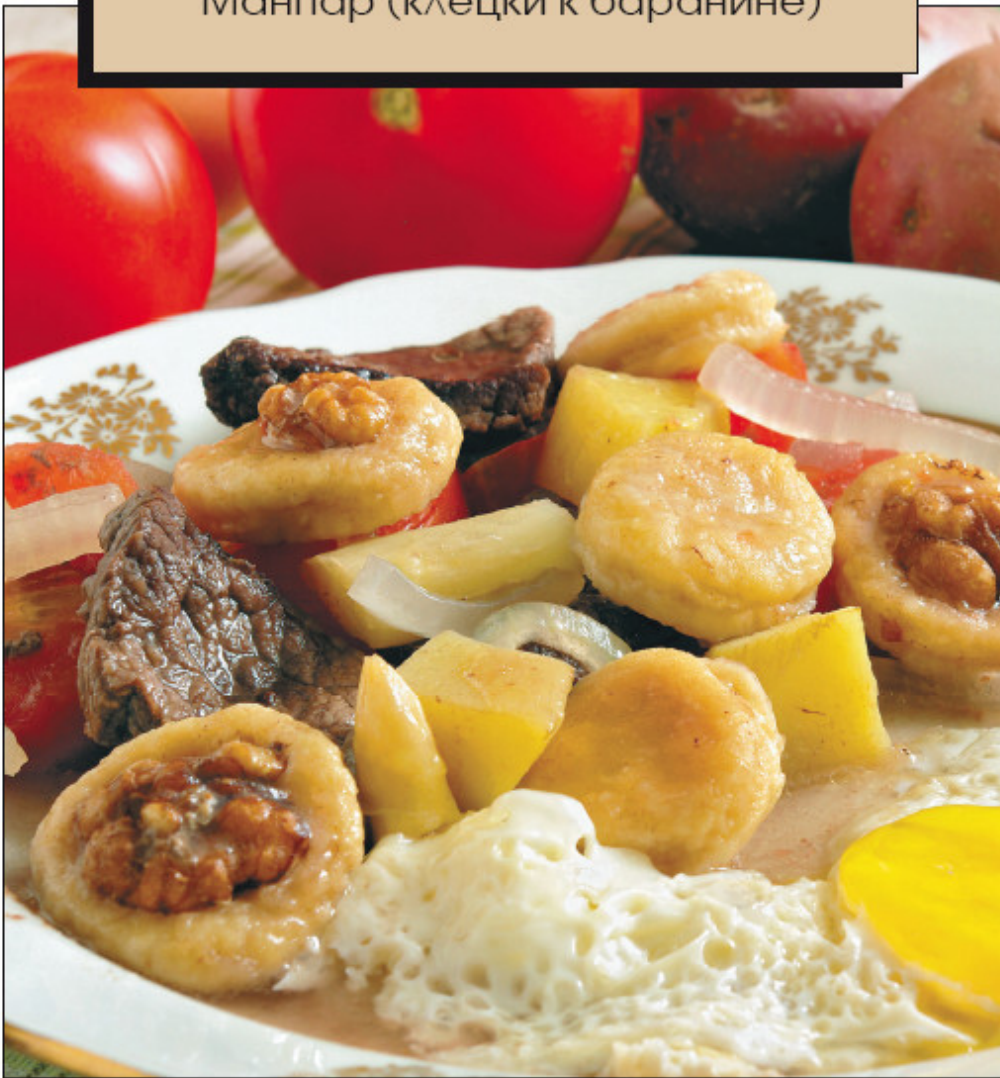
Баклажаны вымыть, разрезать вдоль ломтиками и каждый ломтик обжарить на растительном масле. Помидоры вымыть, мелко нарезать.

Лук очистить, вымыть и мелко на рубить. Морковь вымыть, очистить и натереть на крупной терке. Все соединить и обжарить на растительном масле, посолить, поперчить.

На каждый ломтик баклажана равномерно выложить поджаренный лук, морковь и помидоры. Сложить все в сотейник так, чтобы получился опять целый баклажан. Полить баклажаны маслом и поставить в духовой шкаф и запечь. Подавать на стол, украсив зеленью.

Манпар (клецки к баранине)

Манпар (клецки к баранине)



Тесто: 600 г муки, 150 мл воды, соль. Омлет: 4 яйца, 50 мл молока, 1 ст. л. растительного масла, 20 г муки, соль. Соус: 600 г баранины, 1,6 л воды, 3–4 ст. л. растительного масла, 20 мл винного уксуса, 1 головка репчатого лука, 4 помидора, черный молотый перец, красный молотый перец, кориандр, чабер, базилик, лавровый лист, соль, грецкие орехи для украшения.

Из муки, воды и соли замесить тесто, оставить на 1,5 часа. Раскатать в пласт и нарезать квадратами 1 × 1 см. Манпар варить до готовности, затем откинуть на дуршлаг. Лук нарезать полукольцами, а помидоры — кубиками. Баранину нарезать кусочками по 10 г. Положить мясо в казан с маслом и жарить до румяной корочки, добавить лук и помидоры. Овощи пассеровать с мясом 10 минут.

Влить уксус, посолить, добавить перец, кориандр, лавровый лист, все смешать и прогреть в течение 1 минуты. В казан влить воду, накрыть крышкой и тушить 1 час, за 2 минуты до окончания добавить рубленую зелень базилика и чабера. Яйца взбить, добавить муку и молоко, посолить, жарить на масле до готовности. Украсить грецкими орехами.

Паровая лепешка с картофелем

Паровая лепешка с картофелем



Тесто: 900 г муки, 350 г воды, 180 г сливочного масла, 1 ст. л. растительного масла (для смазывания), соль.

*Начинка: 450 г картофеля, 1/2 головки репчатого лука, 1 ст. л. томатной пасты,
140 г топленого масла, зелень, соль.*

Из муки, воды и соли замесить крутое пресное тесто и раскатать его в пласт толщиной 1—1,5 см. Лук очистить, нарезать кольцами, жарить в 60 г разогретого топленого масла до тех пор, пока лук не подрумянится, добавить томатную пасту, пассеровать все вместе 5 минут.

Очищенный вареный картофель посолить, добавить 80 г топленого масла и потолочь, соединить с пассерованным луком и томатной пастой, все перемешать до получения однородной массы.

Сливочное масло растопить и смазать пласт теста. Равномерно выложить начинку из картофеля на пласт теста, защипнуть края. Решетку пароварки смазать растительным маслом, выложить картофельную лепешку и готовить на пару 50 минут.

Кокмач

Кокмач



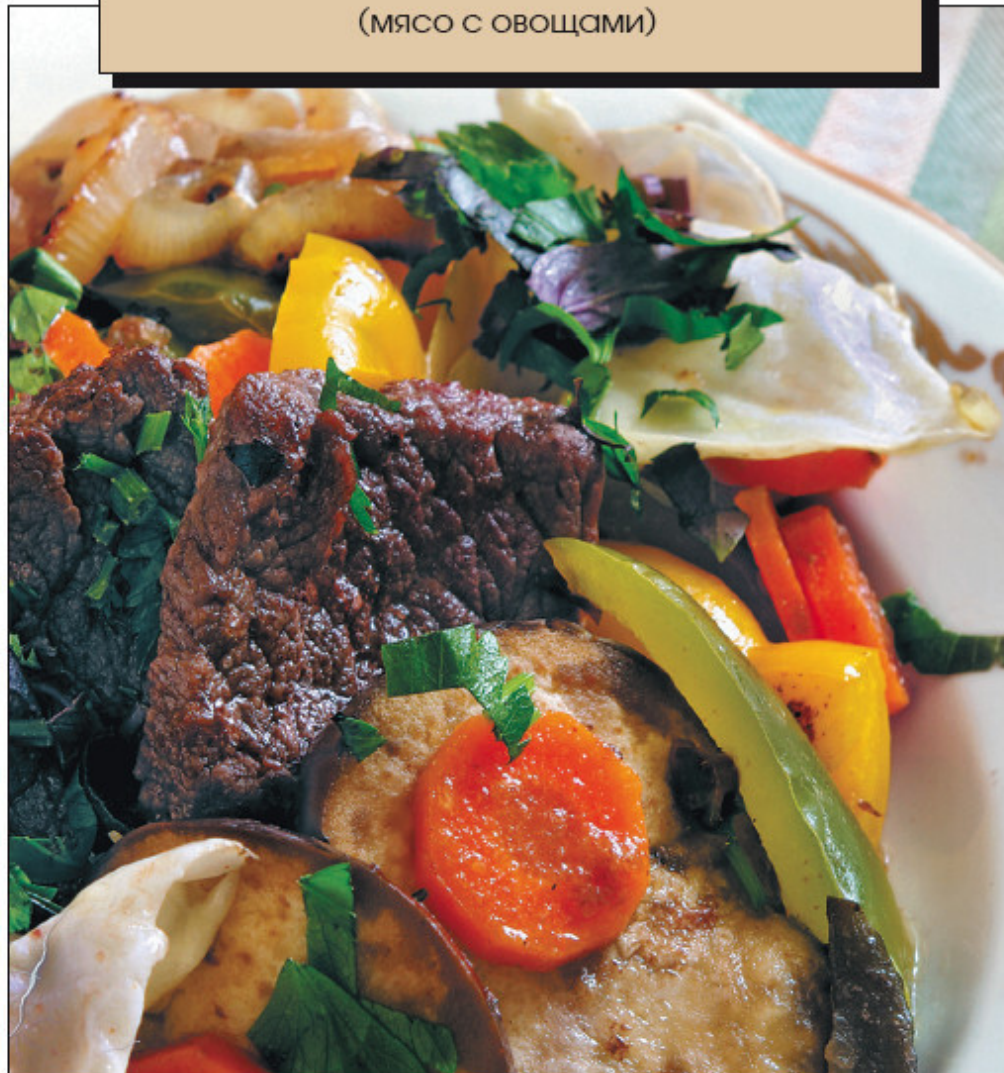
400 г баранины (задняя часть), 30 г топленого бараньего жира, 100 г растительного масла, 20 мл лимонного сока, черный молотый перец, кориандр, зира, соль.

Мякоть баранины не мыть, а обтереть бумажной салфеткой, нарезать ломтиками толщиной 2–3 см, тщательно отбить. Семена кориандра, зиру и черный перец растереть в ступке, ломтики мяса тщательно смазать смесью специй и посолить, сбрызнуть лимонным соком и поставить в холодильник на 1 час для маринования.

На сковороде раскалить топленый бараний жир, выложить ломтики мяса и жарить до образования румяной корочки с двух сторон (жарить можно также над открытым огнем, выложив мясо на решетку, в процессе жарки поливать растопленным жиром).

Домляма (мясо с овощами)

Домляма (мясо с овощами)



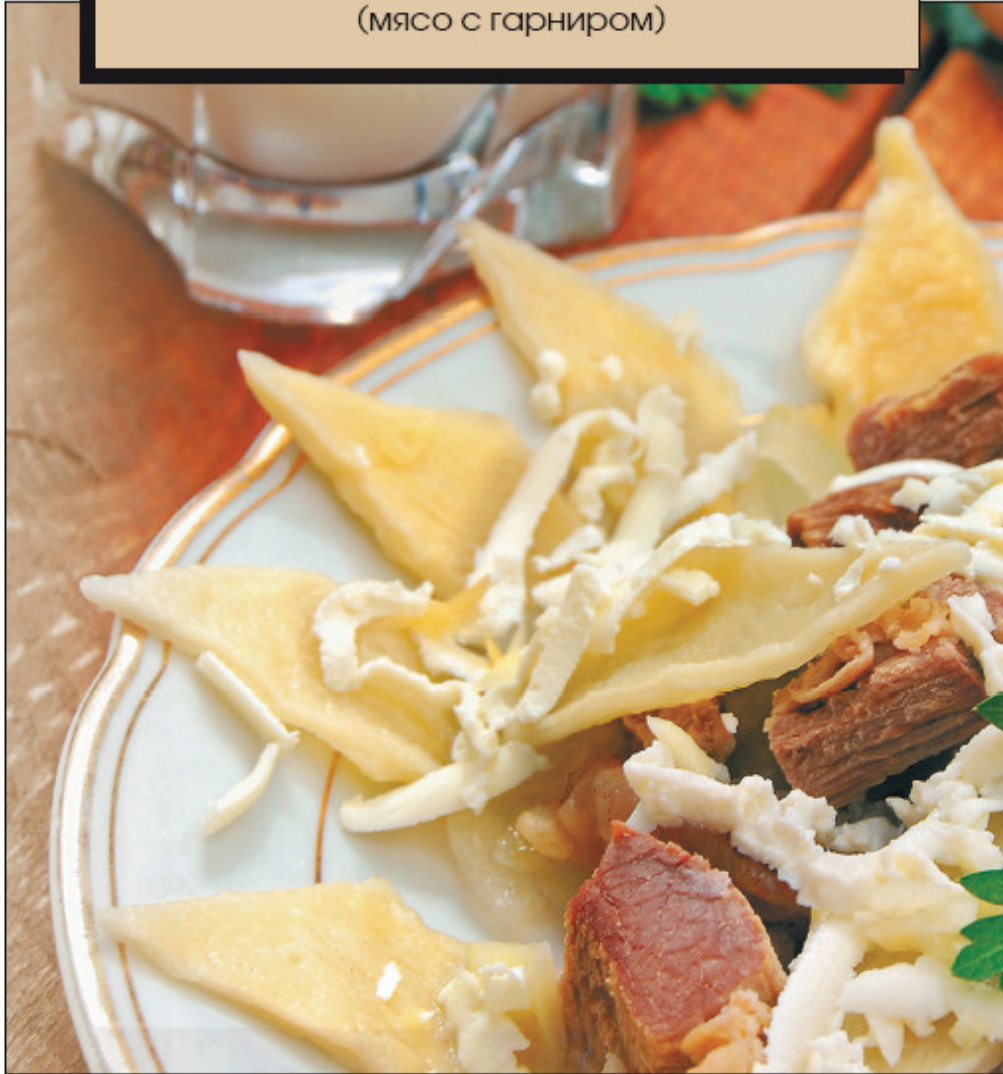
500 г баранины, 100 г курдючного сала, 3 головки репчатого лука, 3 моркови, 200 г капусты, 300 г картофеля, 150 г сладкого стручкового перца, 1 помидор, 200 мл крепкого бульона, 100 г зелени (кинза, укроп, петрушка), кориандр, зира, соль.

Баранину нарезать кусочками по 10–20 г, выложить нарезанное кубиками курдючное сало, выпотить до образования шкварок (шкварки удалить), выложить кусочки баранины и, помешивая деревянной лопаткой, жарить до образования румяной корочки. Репчатый лук, морковь очистить, вместе с помидором нарезать кольцами. Капусту нашинковать, припустить в кипящей воде.

Сладкий перец вымыть, обрезать верхушки вместе со стеблем, удалить семена, нарезать соломкой. Картофель очистить, вымыть, крупные клубни разрезать пополам. Все овощи, кроме капусты и помидоров, пассеровать в топленом сале до подрумянивания. На мясо слоями выложить овощи, картофель и капусту, каждый слой приправить специями и солью. Влить бульон, казан накрыть крышкой и поставить на маленький огонь на 1–1,5 часа.

Каурма хингал (мясо с гарниром)

Каурма хингал
(мясо с гарниром)

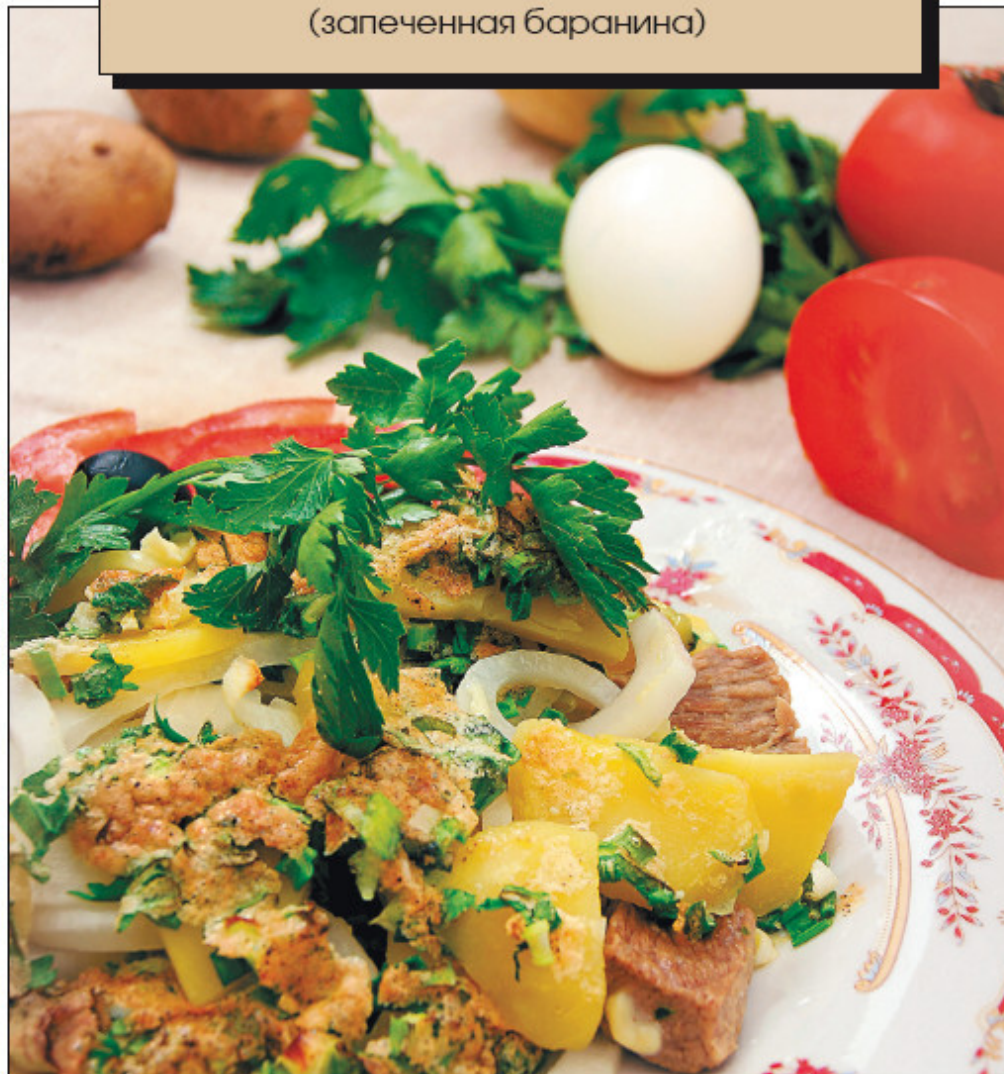


900 г баранины, 100 г брынзы, 2 головки репчатого лука, 2 зубчика чеснока, 1 яйцо, 1/2 лимона, 4 ст. л. топленого сливочного масла, 1/2 стакана мясного бульона, 250 г муки, 1 стакан мацони (простокваши), 1 щепотка корицы, 1 щепотка черного молотого перца, по 1 пучку кинзы, базилика и укропа, соль.

Баранину промыть, удалить пленки и сухожилия. Нарезать мясо небольшими кусочками. Смазать глубокую сковороду маслом, положить в нее баранину, добавить соль, перец и обжарить. Лук и чеснок очистить, мелко нарубить и пассеровать в масле 2–3 минуты. Затем добавить к баранине. Сбрызнуть лимонным соком, влить мясной бульон и тушить до готовности. В муку добавить яйца и соль, замесить тесто и раскатать его в пласт толщиной не более 1–2 мм. Нужно, чтобы оно было упругое и в то же время эластичное. Нарезать тесто небольшими ромбиками. Налить в кастрюлю воду, посолить и сварить в ней ромбики теста. Процедить через дуршлаг и заправить маслом. Готовую баранину подавать вместе с ромбиками, сверху посыпать зеленью и тертой брынзой. Подать соус из мацони с тертым чесноком и корицей.

Кюкю из баранины (запеченная баранина)

Кюкю из баранины (запеченная баранина)



300 г баранины, 400 г картофеля, 3 яйца, 1 головка репчатого лука, 3 ст. л. топленого сливочного масла, 1 пучок кинзы, 1 пучок укропа, корица, черный молотый перец, соль.

Баранину промыть в холодной воде, аккуратно удалить все пленки и сухожилия.

Не нарезая баранину на куски, положить ее в кастрюлю с водой, посолить и варить до готовности. Готовую баранину нарезать небольшими кусками, около 20—30 г каждый. Смазать топленным маслом глубокую сковороду, разогреть и слегка обжарить куски баранины.

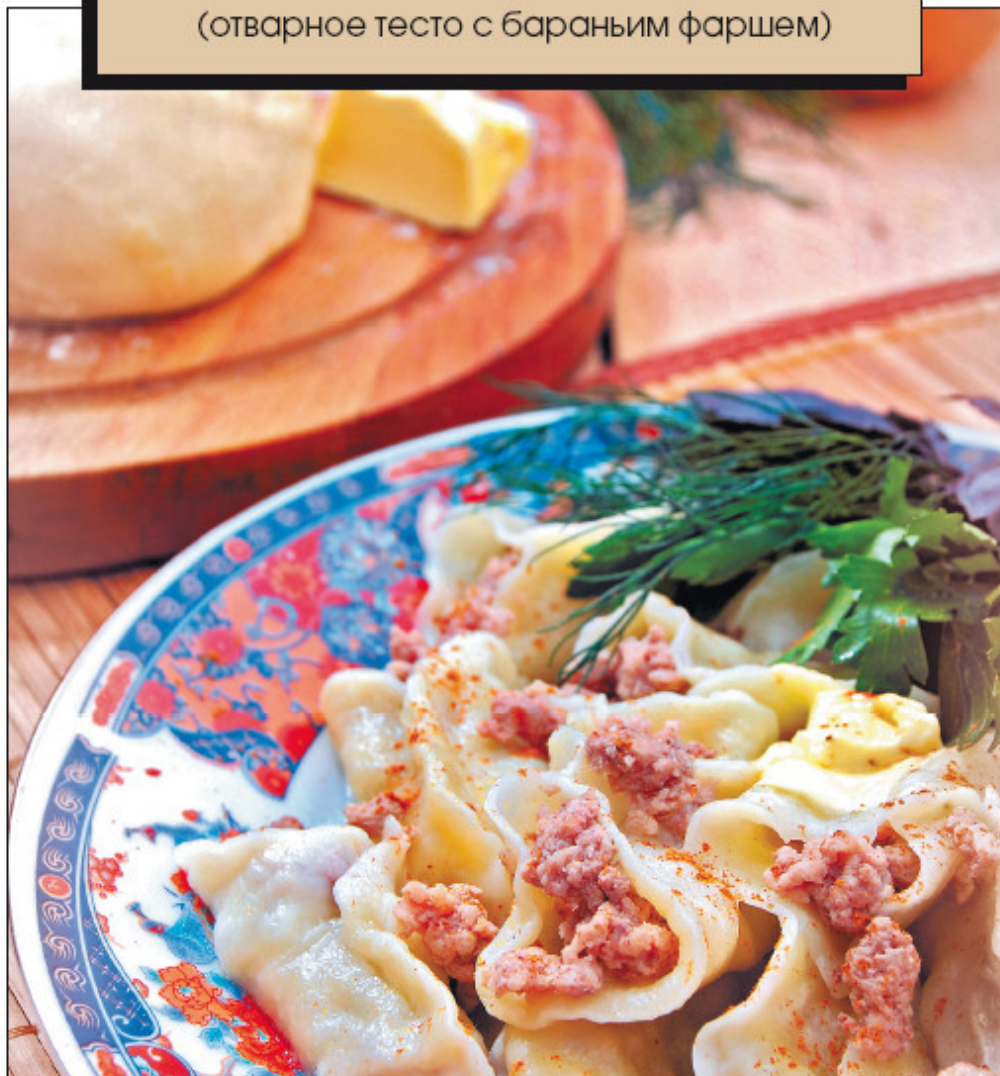
Картофель вымыть, отварить, очистить и нарезать кубиками. Лук очистить и нарезать полукольцами.

Яйца взбить вместе с солью, корицей и перцем. В форму для запекания уложить кусочки мяса, сверху—картофель и лук, все залить яичной смесью. Поставить в духовку, запекать 20—25 минут.

При подаче украсить зеленью кинзы и укропа.

Кюрза (отварное тесто с бараньим фаршем)

Кюрза (отварное тесто с бараньим фаршем)

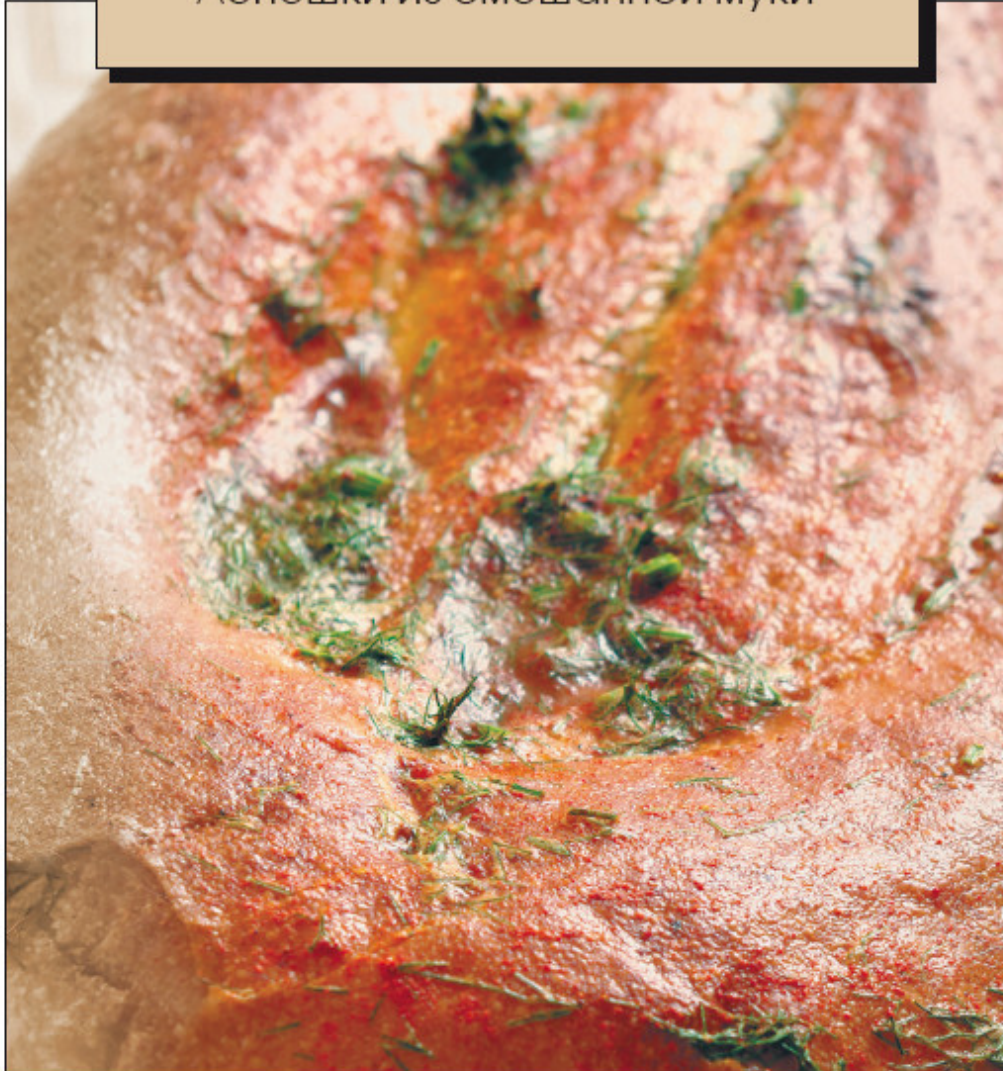


*200 г баранины, 1 головка репчатого лука, 1 яйцо, 1 стакан мацони (простокваши), 80–100 г муки,
1 ст. л. топленого сливочного масла, корица, черный молотый перец, соль.*

Баранину промыть в холодной воде, аккуратно срезать все пленки и сухожилия и нарезать кусками среднего размера. Очистить луковицу и разрезать ее на несколько крупных частей. Измельчить куски баранины и лук в мясорубке, посолить, поперчить и тщательно перемешать полученный фарш. Смазать сковороду топленым маслом, разогреть и выложить на нее фарш. Обжаривать фарш до готовности. В муку добавить яйцо и небольшое количество воды, замесить тесто и раскатать его в пласт толщиной не более 1–2 мм. С помощью круглой формы вырезать из теста кружки диаметром 5–6 см. Положить в центр каждого кружка немного фарша и слепить таким образом, чтобы шов находился сверху, а один конец кюры оставался незакрепленным, открытым. Положить кюру в кастрюлю со слегка подсоленной закипевшей водой и отваривать до тех пор, пока она не всплывет на поверхность, около 10–15 минут. Подавать со стаканом мацони.

Лепешки из смешанной муки

Лепешки из смешанной муки



250 г пшеничной муки, 250 г кукурузной муки, 1 головка репчатого лука, 60 г курдючного сала, 1 ч. л. тмина, 1/2 ч. л. красного молотого перца, 1 ст. л. измельченного укропа, 1 ст. л. измельченной кинзы, соль.

Разные виды муки смешать и просеять через сито, чтобы они наполнились кислородом.

Замесить жидкое тесто из воды и примерно 60 г смешанной муки.

Сало нарезать кубиками и измельчить в мясорубке.

Лук мелко нашинковать, смешать с зеленью и специями.

Затем сало смешать с тестом, добавить рубленый лук, зелень, тмин, все тщательно перемешать. После этого ввести оставшуюся муку и замесить тесто.

Оставить тесто подходить на 25–30 минут. Затем тесто раскатать и нарезать на одинаковые кусочки и сформовать из них лепешки. Противень смазать растительным маслом, выложить на него лепешки. Выпекать в печи или духовке.

Пишме

Пишме



*300 г пшеничной муки, 5 г дрожжей, 100 мл воды, 3—4 ст. л. растительного масла,
40 г сахара или сахарной пудры, соль.*

Воду подогреть до температуры 45 °С, добавить соль и развести дрожжи, поставить в теплое место на 30 минут, чтобы дрожжи распустились, затем постепенно всыпать муку и замесить тесто.

Тесто выложить в глубокую миску, присыпать мукой, накрыть салфеткой, поставить в теплое место на 3—4 часа. В процессе брожения тесто следует 2 раза обмять (готовое тесто должно легко отходить от стенок посуды). Тесто раскатать в пласт толщиной 4—5 см, нарезать полосками шириной 2 см и длиной 3—4 см, дать расстояться 5—6 минут. Растительное масло сильно раскалить и выкладывать в него частями (по 3—4) приготовленные полоски теста, жарить до образования румяной корочки. При помощи шумовки пишме вынуть, дать стечь лишнему жиру и выложить на блюдо. Готовое пишме по желанию можно посыпать сахаром или сахарной пудрой, а можно сделать соленный хворост. Подавать к чаю.

Чапады (лепешки)

Чапады (лепешки)



200 г пшеничной муки, 4 г сухих дрожжей, 50 мл воды, 100 г хлопкового масла, соль.

Воду подогреть до температуры 45 °С, добавить соль и развести дрожжи, поставить в теплое место на 30 минут, чтобы дрожжи распустились, затем постепенно всыпать муку и замесить тесто.

Тесто выложить в глубокую миску, присыпать мукой, накрыть салфеткой, поставить в теплое место на 3–4 часа. В процессе брожения тесто следует 2 раза обмять (готовое тесто должно легко отходить от стенок посуды). Тесто разделить на несколько частей по 80–100 г, раскатать лепешки.

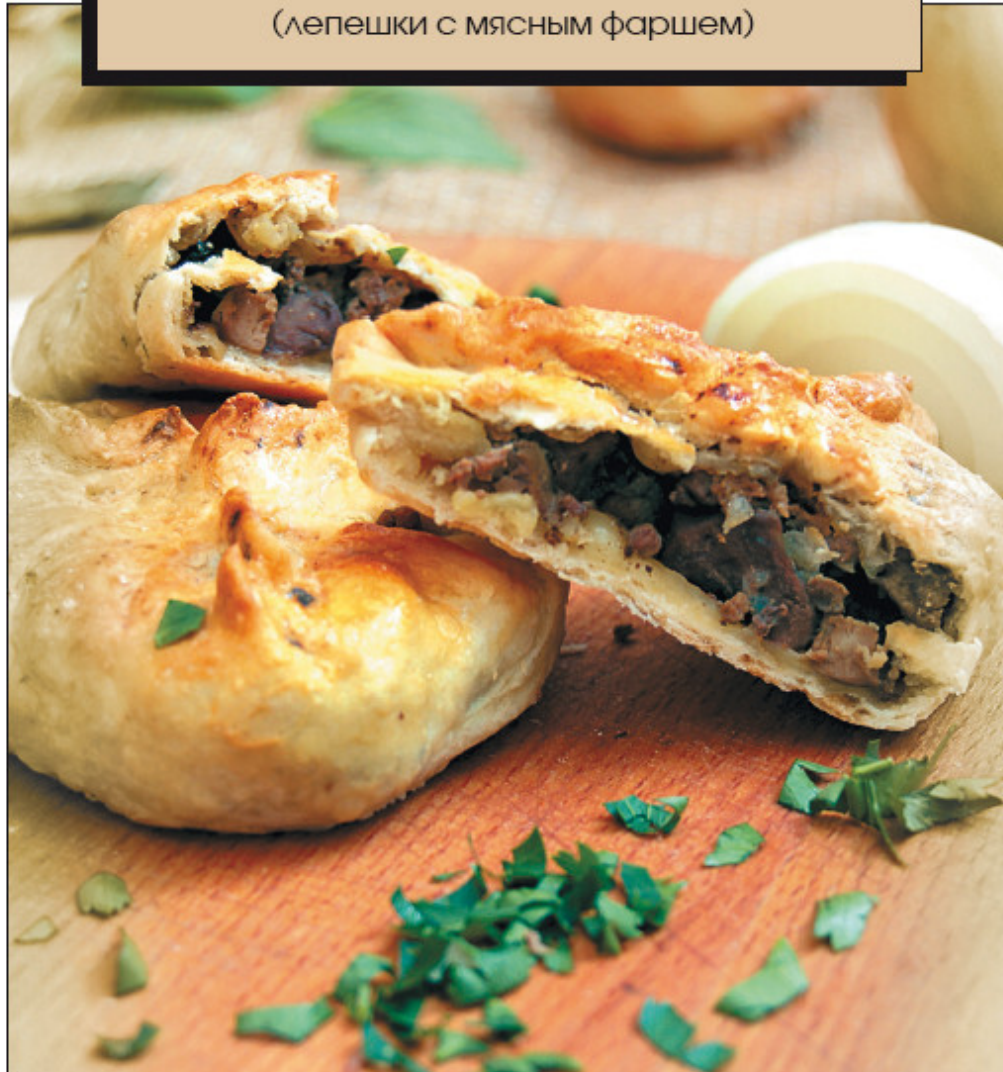
Лепешки накрыть салфеткой и дать немного подняться (на лепешках можно сделать несколько надрезов в шахматном порядке). На сковороду налить хлопковое масло, выложить лепешки и жарить в обильном фритюре с двух сторон до образования румяной корочки.

При помощи шумовки изделия вынуть, дать стечь лишнему жиру и выложить на блюдо.

Готовые чапады подавать к чаю или вместо хлеба к первым блюдам или жареному мясу.

Самса по-казахски (лепешки с мясным фаршем)

Самса по-казахски (лепешки с мясным фаршем)



700 г пшеничной муки, 120 г сливочного масла для теста, 100 г сливочного масла для фарша, 200 г воды, 900 г легкого, 350 г сердца, 350 г печени, 2 головки репчатого лука, 1 яйцо для смазывания, перец, соль. Муку, масло и подсоленную горячую воду тщательно перемешать. Замесить некрутое тесто.

Из теста слепить булочки небольшого размера, а затем каждую раскатать.

Приготовить фарш. Для этого необходимо отварить легкое, сердце и печень.

Вареные субпродукты пропустить через мясорубку, посолить, поперчить.

Добавить обжаренный в масле нашинкованный репчатый лук.

В центр каждой лепешки поместить небольшое количество фарша. С трех сторон закрепить края лепешки таким образом, чтобы она приобрела форму треугольника.

Изделия смазать сверху яйцом и запекать в жарочном шкафу.

Пирог с черносливом

Пирог с черносливом



Для теста: 600 г муки, 8 г дрожжей, 50 мл растительного масла. Для начинки: 200 г сахара, 200 г чернослива, 10 г соли, 20 г миндаля, цедра одного лимона.

Развести дрожжи в теплой воде и дать им подняться. Затем добавить муку, тщательно размешать и дать подняться. Когда тесто поднимется, хорошо его выбить, всыпать соль и сахар.

Все заварить 300 мл кипятка, еще раз выбить тесто и добавить растительное масло.

Чернослив промыть сначала холодной водой, затем замочить на 10 мин в горячей воде.

После чего отжать и нарезать соломкой. Из одного стакана сахара сварить сироп и добавить в него истолченный миндаль и цедру. Тесто выложить на стол и раскатать пластом.

Выложить на него подготовленный чернослив и облить сахарным сиропом.

Выпекать в духовом шкафу 30 мин.

Мутаки шемахинские

Мутаки шемахинские



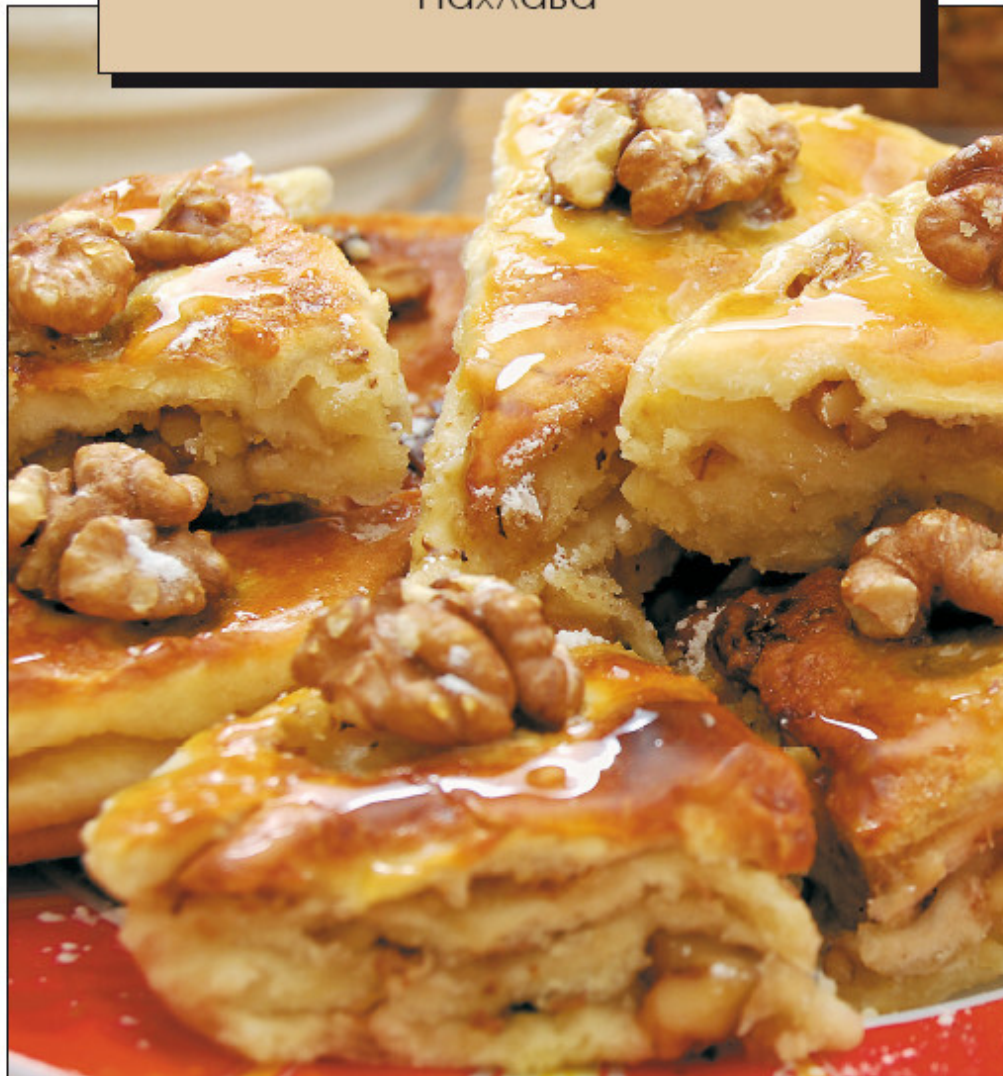
*250—300 г муки, 1 стакан молока, 5 ст. л. абрикосового варенья, 4 ст. л. сахарной пудры,
4 ст. л. сахара, 2 ст. л. сливочного масла, 1 ч. л. дрожжей, соль.*

Муку тщательно просеять через мелкое сито. Дрожжи смешать со слегка подогретым молоком и солью.

Перемешать полученную смесь и муку до получения однородной массы. Замешанное тесто оставить в теплом помещении не менее чем на 1 час. Абрикосовое варенье выложить в металлическую емкость и поставить на огонь. Постоянно помешивая, добавить к варенью сахарный песок. Варить массу до тех пор, пока она не начнет густеть. Готовую массу остудить. Настоявшееся тесто раскатать в круг толщиной не более 4—5 мм. Разрезать тесто на 8—10 треугольников, каждый из которых смазать растопленным сливочным маслом. В центр каждого треугольника положить немного абрикосовой массы, слегка размазать ее по поверхности и свернуть треугольники в виде трубочек. Выложить заготовки на смазанный маслом противень и выпекать 15 минут при температуре 180 °С. Посыпать сахарной пудрой.

Пахлава

Пахлава



500 г муки, 1 стакан молока, 1 стакан грецких орехов, 1/2 стакана сахарной пудры, 3 ст. л. сливочного масла, 3 ст. л. меда, 1 ч. л. дрожжей, 1/4 ч. л. ванильной эссенции, 1—2 яйца, шафран, соль.

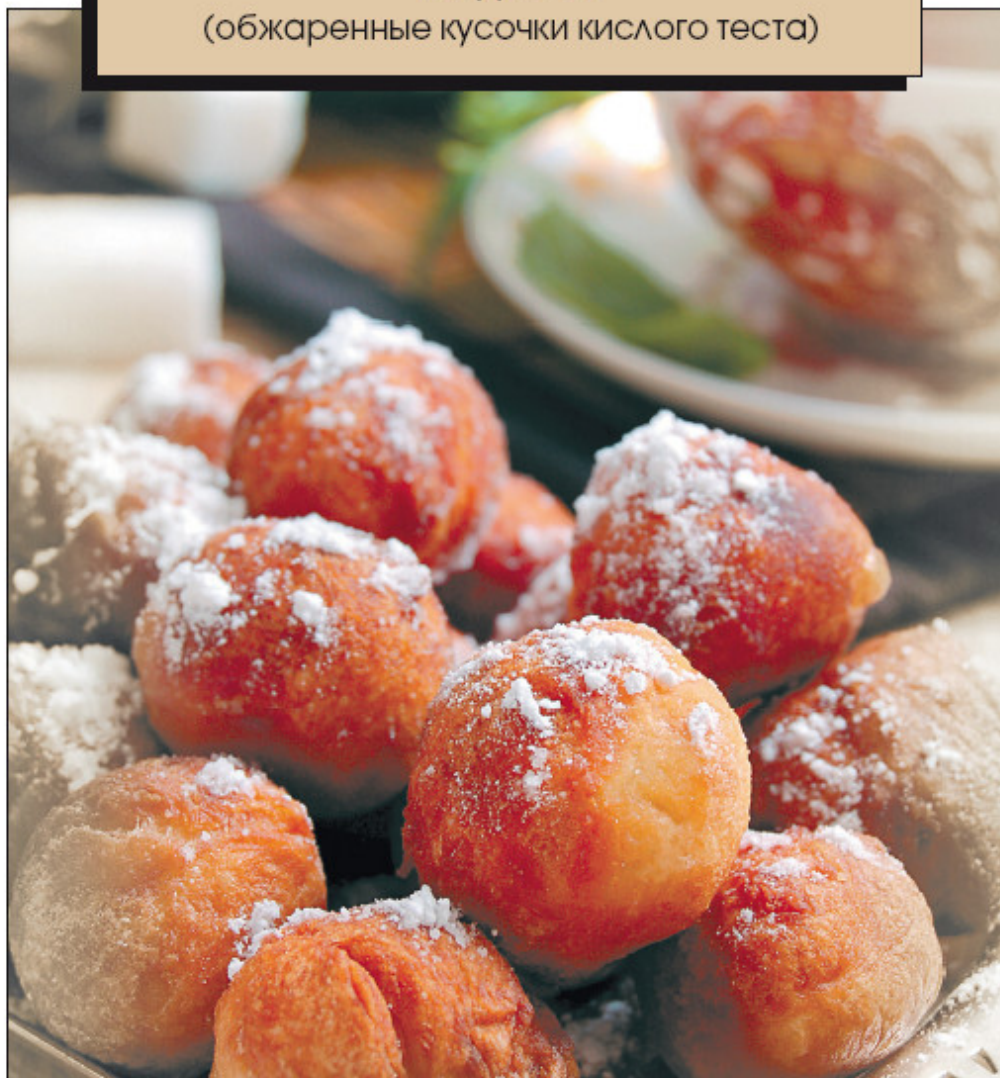
Немного подогреть молоко, насыпать в него дрожжи и соль. Размешать. Просеять муку через сито, добавить молочную смесь, яйца и размягченное масло. Замесить тесто, накрыть его плотной салфеткой и на 1 час оставить в теплом помещении. Готовое тесто разделить на 6 частей, каждую из которых раскатать в овал толщиной не более 2 мм. Орехи перебрать и измельчить в крошку, добавить ванильную эссенцию и сахарную пудру, перемешать. Смазать маслом противень и положить на него первый слой теста. Сверху насыпать тонкий слой ореховой массы. Положить еще слой теста, слегка смазать маслом и вновь присыпать начинкой, и так все слои. Шафран размешать в 1/4 стакана кипятка, добавить желток, размешать. Нарезать заготовку ромбиками, смазать каждый из них желтком с шафраном.

В центре каждого треугольника уложить орех. Поставить в духовку на 25 минут.

Смазать пахлаву медом и выпекать еще 15 минут.

Баурсак (обжаренные кусочки кислого теста)

Баурсак (обжаренные кусочки кислого теста)



*600 г муки, 7 яиц, 3 ст. л. молока, 1 ст. л. сахара, 1 ст. л. топленого масла,
5–6 г сухих дрожжей, 60 г сахарной пудры, соль.*

Топленое масло растопить в кастрюле, влить молоко и подогреть до 40–50 °С, снять с огня и добавить сахар и дрожжи. Оставить на 20 минут в теплом месте. Муку просеять и смешать с молоком и дрожжами, добавить яйца, соль и замесить тесто. Тесто следует месить, пока оно не будет легко отделяться от рук.

Затем тесто накрыть салфеткой и поместить в теплое место (25–35 °С) на 40 минут. Готовое тесто разделить на четыре части, каждый кусок раскатать в тонкий жгут и нарезать кусочками толщиной 2–3 см. Сформовать шарики. Растительное масло разогреть до кипения в казане или толстостенной кастрюле, шарики из теста выложить в масло и жарить, постоянно помешивая, до образования румяной корочки. Готовые баурсаки выложить на салфетку, чтобы стек лишний жир (можно для этой цели использовать хлеб или лепешки). Посыпать баурсаки сахарной пудрой и подавать на стол вместе с бульоном или чаем.

ЛУЧШИЕ КНИГИ О БИЗНЕСЕ С ЛОГОТИПОМ ВАШЕЙ КОМПАНИИ? ЛЕГКО!

Удивить своих клиентов, бизнес-партнеров, сделать памятный подарок сотрудникам и рассказать о своей компании читателям бизнес-литературы? Приглашаем стать партнерами выпуска актуальных и популярных книг. О вашей компании узнает наиболее активная аудитория.

ПАРТНЕРСКИЕ ОПЦИИ:

- Специальный тираж уже существующих книг с логотипом вашей компании.
- Размещение логотипа на супер-обложке для малых тиражей (от 30 штук).
- Поддержка выхода новинки, которая ранее не была доступна читателям (50 книг в подарок).

ПАРТНЕРСКИЕ ВОЗМОЖНОСТИ:

- Рекламная полоса о вашей компании внутри книги.
- Вступительное слово в книге от первых лиц компании-партнера.
- Обращение первых лиц на суперобложке.
- Отзыв на обороте обложки вложение информационных материалов о вашей компании (закладки, листовки, мини-буклеты).



У вас есть возможность обсудить свои пожелания с менеджерами корпоративных продаж. Как?

Звоните:

+7 495 411 68 59, доб. 2261

Заходите на сайт:

eksmo.ru/b2b



❖ КУЛИНАРНЫЕ ЭНЦИКЛОПЕДИИ ❖

ЭЛГА БОРОВСКАЯ

Мусульманская кухня

БОЛЕЕ 500
РЕЦЕПТОВ

ВОСТОЧНЫЕ УГОЩЕНИЯ,
КОТОРЫЕ ВСЕГДА ХОЧЕТСЯ ПОПРОБОВАТЬ

❖ 50 ❖
СЛАДОСТЕЙ:
ПАСТИЛА, ХАЛВА,
РАХАТ-ЛУКУМ, НУГА,
ЧАК-ЧАК, ШЕРБЕТ,
ПАХЛАВА

Table of Contents

[Элга Боровская. Мусульманская кухня](#)

[Вступление](#)

[Интервью с шеф-поваром ресторана «Караван-сарай» Акрамом Мансуровым](#)

[Подарок от шеф-повара](#)

[Лагман](#)

[Сахарная халва](#)

[Восточные пряности: феерия вкусов и ароматов](#)

[Выбор пряностей](#)

[Хранение пряностей](#)

[Подготовка пряностей к использованию](#)

[Использование пряностей](#)

[Праздничные традиции мусульманской кухни](#)

[Этикет праздничной мусульманской трапезы](#)

[Традиции гостеприимства](#)

[Какими правилами следует руководствоваться мусульманину во время еды](#)

[Какими правилами следует руководствоваться мусульманину во время питья воды](#)

[Мусульманские праздники и их традиции](#)

[Новый год по хиджре](#)

[Навруз](#)

[Лейлят Мавлид](#)

[Мирадж](#)

[Лейлят аль-Бараат](#)

[Рамадан](#)

[Лейлят аль-Кадр](#)

[Ураза-байрам](#)

[Рецепты мусульманских салатов и закусок](#)

[Салат «Шерги»](#)

[Салат «Сфакский»](#)

[Салат из огурцов со сливками](#)

[Лимонный салат](#)

[Апельсиновый салат](#)

[Салат «Орзу»](#)
[Миндальная закуска](#)
[Салат «Фарогат»](#)
[Зеленый салат](#)
[Капоната](#)
[Закуска из айвы](#)
[Салат из цикория](#)
[Салат из мяса цыпленка](#)
[Салат с бараниной и сухофруктами](#)
[Салат мясной с черносливом](#)
[Салат из мяса цыпленка с грецкими орехами](#)
[Салат с бараниной и картофелем](#)
[Салат из мяса курицы с апельсинами](#)
[Салат из мяса курицы и риса](#)
[Салат с говядиной и козьим сыром](#)
[Салат с гранатом и копченой курицей](#)
[Салат «Сад аль-Ахбия»](#)
[Острая закуска из моркови](#)
[Салат «Ясмина»](#)
[Салат с говяжьим языком](#)
[Острая закуска из бараньей печени](#)
[Салат «Бахрия»](#)
[Рыбный салат по-магрибски](#)
[Салат «Сай» из редьки](#)
[Слоеный салат с печенью](#)
[Салат с мясом цыпленка и говяжьим языком](#)
[Салат из сыра и винограда](#)
[Закуска из фасоли с лимонным соком](#)
[Торши-муши](#)
[Мясной салат по-казахски](#)
[Салат с брынзой и помидорами](#)
[Рулет из бараньей печени](#)
[Овощная закуска с пряностями](#)
[Овощной салат по-таджикски](#)
[Салат из сыра и фруктов](#)
[Салат из цветной капусты с чесноком](#)
[Салат с бараниной и сельдереем](#)

[Салат с морковью и фруктами](#)
[Салат с тыквой и черносливом](#)
[Закуска из творога и зеленого лука](#)
[Салат «Восточный»](#)
[Зеленый салат с острым соусом](#)
[Салат из алычи](#)
[Закуска из клубней сельдерея с бараниной](#)
[Салат из шпината с шафраном](#)
[Закуска из печеного лука](#)
[Салат из редиса с бараниной по-ташкентски](#)
[Салат с консервированными бобами](#)
[Острая закуска из цветной капусты](#)
[Салат из баранины с грушами и овощами](#)
[Салат из апельсинов и сельдерея](#)
[Свекольный салат со специями](#)
[Закуска «Ходжентская»](#)
[Овощной салат с цветной фасолью](#)
[Салат «Самарканд»](#)
[Капустная закуска с ореховым соусом](#)
[Салат с брокколи и крыжовником](#)
[Закуска из белокочанной капусты](#)
[Салат из бараньей печени и лука](#)
[Салат из бараньих фрикаделек с овощами](#)
[Острая закуска из тыквы](#)
[Фаршированные помидоры](#)
[Салат из помидоров и мяса курицы](#)
[Салат из сыра и огурцов](#)
[Овощной салат по-чимкентски](#)
[Мясная закуска с брынзой](#)
[Холодная закуска «Джизаг»](#)
[Свекольный салат с грецкими орехами](#)
[Салат из сыра и укропа](#)
[Салат с ревенем и капустой](#)
[Салат из яблок и орехов](#)
[Закуска из вяленого мяса с зеленью](#)
[Салат со спаржей и морепродуктами](#)
[Салат из фасоли и сыра](#)

[Салат с говяжьим сердцем](#)
[Салат из зеленого горошка и моркови](#)
[Салат «Хорезм»](#)
[Закуска из тыквы и айвы](#)
[Салат с капустой и грецкими орехами](#)
[Салат с отварной бараниной и хреном](#)
[Салат «Чинор»](#)
[Салат с бараниной и копченой курицей](#)
[Тыквенный салат](#)
[Фруктовый салат с эстрагоном](#)
[Закуска из зелени с острым соусом](#)
[Салат с орехами и чесноком](#)
[Мясной салат с фруктами](#)
[Острый салат с фасолью](#)
[Салат из сыра и моркови](#)
[Салат «Чимбай»](#)
[Салат из цветной капусты и яиц](#)
[Закуска из гранатовых зерен](#)
[Закуска из баранины и редиса](#)
[Салат из огурцов и пряностей](#)
[Закуска из кабачков и мяса](#)
[Салат с капустой, орехами и аджикой](#)
[Паштет из куриной печени](#)
[Закуска из баранины с морковью и чесноком](#)
[Мясной рулет с орехами](#)
[Салат из мяса курицы и огурцов](#)
[Закуска «Оми хория»](#)
[Салат с бараниной и кориандром](#)
[Салат с грушами и бараниной](#)
[Картофельный салат с бараниной](#)
[Салат с бараньим легким](#)
[Салат из баранины с консервированными овощами](#)
[Салат с жареной бараниной и овощами](#)
[Салат из яблок и сельдерея](#)
[Острая закуска из баранины с баклажанами](#)
[Слоеный салат с бараниной и брынзой](#)
[Салат с мясом по-набельски](#)

[Салат с бараньим сердцем и сыром](#)
[Салат с козлятиной и мясом утки](#)
[Мясной салат с сыром и грибами](#)
[Салат из жареной моркови](#)
[Томатная закуска с брынзой](#)
[Салат «Заалук»](#)
[Мясо под ореховым соусом](#)
[Салат с говяжьей печенью и грибами](#)
[Салат с бараниной и козлятиной](#)
[Овощной салат с мясом](#)
[Рецепты первых мусульманских блюд](#)
[Мошхурда с бараниной и машем](#)
[Мастоба с ревенем на бараньем бульоне](#)
[Мдеммес с фасолью](#)
[Мастоба с алычой и рисом](#)
[Луковый суп](#)
[Суп из говяжьего языка](#)
[Биринчоба с рисом и картофелем](#)
[Бруду из говядины с овощами](#)
[Бруду из курицы с овощами](#)
[Тунисский хлалим](#)
[Шорба картофельная](#)
[Джари традиционный](#)
[Шорба чечевичная](#)
[Шорба из мяса курицы с макаронами](#)
[Куриный суп с чесноком](#)
[Атола по-казахски](#)
[Шорба красная](#)
[Фитираши с фрикадельками](#)
[Фасолевое джари](#)
[Шорба из курицы](#)
[Суп из кураги](#)
[Хлебный суп с изюмом](#)
[Рунь с бараньей головой](#)
[Ширкавак с тыквой и рисом](#)
[Суп из бараньей грудинки с айвой](#)
[Шорба с вермишелью](#)

[Томатный суп с вермишелью](#)
[Марокканская биссара с горохом](#)
[Чихиртма](#)
[Шорба традиционная](#)
[Рыбная мрейна](#)
[Мдешта по-татарски](#)
[Фасолевый суп по-таджикски](#)
[Хомшурба с бараниной](#)
[Рыбный суп с пряностями по-тунисски](#)
[Гороховый суп по-узбекски](#)
[Молочный суп с тыквой](#)
[Хассу традиционный с манными клецками](#)
[Карам-шурпа](#)
[Суп из бараньей ноги](#)
[Суп из бараньих ребер](#)
[Харира фасолевая](#)
[Шалгамшурбо с бараниной и овощами](#)
[Суп «Самаркандский»](#)
[Суп «Пангаз» с цыпленком и спаржей](#)
[Барак традиционный](#)
[Бозбаш с говядиной](#)
[Харира по-алжирски с куриными потрошками чечевицей](#)
[Куриный суп с фасолью и зеленью](#)
[Томатный суп с картофелем](#)
[Острый фасолевый суп](#)
[Суп «Саёхат» с лапшой и курицей](#)
[Угро с бараниной и кислым молоком](#)
[Манный суп с финиками и анисом](#)
[Суп с запеченным рисом](#)
[Харира с фрикадельками](#)
[Суп «Сайраб»](#)
[Рисовый суп с бараниной](#)
[Суп «Актюбинский»](#)
[Кадущурбо с тыквой и перцем](#)
[Суп «Фергана» с мясными фрикадельками](#)
[Острый суп-лапша](#)
[Чесночный суп](#)

[Суп с солеными огурцами](#)
[Рисовый суп с тыквой](#)
[Мясной суп с брынзой](#)
[Гулистон гороховый](#)
[Суп-гуляш](#)
[Суп «Ором» с рисом и зеленью](#)
[Чучвара с домашними мясными пельменями](#)
[Куриный суп «Такели»](#)
[Хаш традиционный](#)
[Суп-пюре из бараньей печени](#)
[Суп из говяжьих почек с морковью](#)
[Суп из говядины с вермишелью](#)
[Легкий куриный суп](#)
[Суп из бараньих почек с яблоками](#)
[Похлебка из баранины и бобов со специями](#)
[Балик-шурпа рыбная](#)
[Суп с мясной поджаркой](#)
[Суп с мясом и черносливом](#)
[Овощной суп-пюре](#)
[Суп из баранины с пшеном](#)
[Харира марракешская с рисом](#)
[Холодный суп по-таджикски](#)
[Суп картофельный с пряностями](#)
[Мастоби кимадор с бараньими фрикадельками и алычей](#)
[Гороховый суп с кинзой](#)
[Суп-пюре с зеленью](#)
[Сладкий суп с рисом, яблоками и персиками](#)
[Грибной суп с бараньими ребрышками](#)
[Суп с хлебом по-мароккански](#)
[Картофельный суп с репой](#)
[Похлебка из бараньих ножек](#)
[Луковый суп с бараньим салом в горшочках](#)
[Суп из баранины с орехами и лимоном](#)
[Бульон с бараньей печенью](#)
[Суп со спаржей и шпинатом](#)
[Мясной суп с болгарским перцем](#)
[Рисовый суп с томатом и острым перцем](#)

[Суп из ячменной крупы по-алжирски](#)
[Суп из бараньих костей с рисом](#)
[Томатный суп с мясом, рисом и овощами](#)
[Бульон из бараньей головы и ножек](#)
[Шорба белая](#)
[Суп из бараньей головы, ножек и сердца](#)
[Грибной суп с бараньим салом](#)
[Манный суп с тыквой и морковью](#)
[Суп из стручковой фасоли со сливками](#)
[Суп с бараниной и кукурузой](#)
[Рецепты вторых мусульманских блюд](#)

[Плов](#)

[Узбекские пловы](#)

[Плов бухарский](#)

[Плов хорезмский](#)

[Плов узбекский](#)

[Плов с айвой](#)

[Плов самаркандский](#)

[Плов ферганский](#)

[Плов с урюком](#)

[Плов тограма](#)

[Азербайджанские пловы](#)

[Плов с бараниной, гранатом, алычой и изюмом](#)

[Шешрянч-плов \(плов «шесть цветов»\)](#)

[Плов с цыпленком](#)

[Таджикские пловы](#)

[Душанбинский плов](#)

[Плов по-таджикски](#)

[Крупка для плова угро](#)

[Туркменский плов](#)

[Огурджалинский плов \(аш\)](#)

[Другие восточные пловы](#)

[Плов с курицей и черносливом](#)

[Плов по-грузински](#)

[Плов с зарчавой \(зарчава-палов\)](#)

[Сафаки-плов](#)

[«Хитрый» плов](#)

[Плов сабза-каурма](#)
[Плов с долмой](#)
[Плов с куриными окорочками](#)
[Бакинский плов с сухофруктами](#)
[Сладкий плов по-индийски](#)
[Плов по-крестьянски](#)
[Плов по-казахски](#)
[Плов с лимоном](#)
[Плов традиционный](#)
[Плов праздничный](#)
[Плов с хасибом](#)
[Плов с курагой](#)
[Плов с фрикадельками](#)
[Плов из замоченного риса](#)
[Плов из жирной баранины](#)
[Плов с рыбой и чесноком](#)
[Плов с изюмом](#)
[Плов с пряностями](#)
[Плов луковый](#)
[Плов по-шадьбекски](#)
[Плов с мясом курицы](#)
[Плов слоеный](#)
[Плов с изюмом и черносливом](#)
[Плов из говядины с укропом](#)
[Плов по-татарски](#)
[Плов с томатной пастой](#)
[Плов с барбарисом](#)
[Сладкие пловы](#)
[Плов с айвой и яблоками](#)
[Плов с курагой и барбарисом](#)
[Плов сладкий медовый](#)
[Плов фруктовый](#)
[Шашлык](#)
[Шашлык по-казахски](#)
[Шашлык из утки](#)
[Шашлык из бараньей печени по-таджикски](#)
[Шашлык в кастрюле](#)

[Шашлык в казане по-узбекски](#)
[Шашлык из баранины по-охотничьи](#)
[Шашлык праздничный](#)
[Шашлык из цыпленка](#)
[Шашлык по-карски из баранины и бараньих почек](#)
[Шашлык на пару](#)
[Шашлык из молодой баранины с грибами по-охотничьи](#)
[Шашлык из телятины с соком грейпфрута](#)
[Шашлык в казане](#)
[Кебаб из молодой баранины](#)
[Шашлык из баранины](#)
[Шашлык, маринованный в кефире](#)
[Шашлык из баранины с рисом](#)
[Тикя-кебаб](#)
[Шашлык по-таджикски](#)
[Шашлык степной](#)
[Шашлык из почек по-таджикски](#)
[Шашлык по-кокандски](#)
[Бараний шашлык в казане](#)
[Шашлык из домашней птицы по-узбекски](#)
[Кускус](#)

[Кускус традиционный](#)

[Крупа кускус](#)
[Кускус с курицей и горохом](#)
[Кускус с рыбой и кабачками](#)
[Кускус из ячневой крупы](#)
[Кускус с мясом и миндалем](#)
[Кускус с рыбой и айвой](#)
[Кускус с зеленым горошком](#)
[Кабоб](#)

[Кабоб по-татарски](#)

[Кабоб из баранины](#)
[Кабоб по-таджикски](#)
[Кабоб по-узбекски](#)
[Кабоб праздничный](#)
[Кабоб с помидорами](#)
[Кабоб из утки](#)

[Кабоб из бараньей печени](#)
[Кабоб с айвой и тыквой](#)
[Кабоб из рубленой баранины](#)
[Мамалыга](#)

[Мамалыга классическая](#)

[Мамалыга на молоке](#)
[Мамалыга скороспелая](#)
[Булз по-чабански](#)
[Галушки из мамалыги](#)
[Мамалыга с чесноком](#)
[Мамалыга, запеченная с творогом](#)
[Мамалыга, заправленная ореховым маслом](#)
[Мамалыга, заправленная кисломолочным сыром](#)
[Мамалыга с сыром, приготовленная на молоке](#)
[Мамалыга с яйцами](#)
[Жареные ломтики мамалыги](#)
[Мамалыга с грибами и сыром](#)
[Глазунья с мамалыгой](#)
[Мамалыга с тертым сыром](#)
[Мамалыга с сахаром](#)
[Мамырза кукурузная с бараниной и фасолью](#)
[Мамалыга с брынзой](#)
[Блюда с бараниной](#)

[Манты по-узбекски](#)

[Кюрза](#)
[Манты с бараниной и черемшой](#)
[Жареные манты по-казахски](#)
[Отбивные из баранины](#)
[Манты с мясом и тыквой](#)
[Баранина в томате](#)
[Манты с овощной начинкой](#)
[Дюшбара](#)
[Баранина со сметаной и томатом](#)
[Тантуи кадуги](#)
[Хасиб традиционный](#)
[Люля-кебаб](#)
[Голубцы по-азиатски](#)

[Куырдак](#)
[Мясо в слоеном тесте](#)
[Биточки «Варзоб»](#)
[Традиционная кавурма](#)
[Рагу из баранины](#)
[Баранина с баклажанами](#)
[Отбивные из баранины по-татарски](#)
[Гуруч-хасиб](#)
[Печень баранья с чесноком, жаренная на решетке](#)
[Асып](#)
[Мясо по-казахски](#)
[Тухумхасиб](#)
[Ятоза](#)
[Нахудшурак](#)
[Куырма-самса](#)
[Кебаб из баранины](#)
[Барра-гушт](#)
[Баранина в горчишно-ореховом соусе](#)
[Баранина с фасолевым соусом](#)
[Мошбиринч](#)
[Шавла](#)
[Шима](#)
[Мошкичири](#)
[Гуляш с фасолью](#)
[Мясные рулетики с черносливом](#)
[Баранина под соусом из хрена](#)
[Баранина, фаршированная брынзой](#)
[Рагу из баранины с чесноком](#)
[Гуляш из баранины с лимонным соком](#)
[Рагу из баранины с базиликом](#)
[Бараньи ребрышки с фасолевым соусом](#)
[Отбивные из баранины по-узбекски](#)
[Жареный барашек](#)
[Тушбера](#)
[Баранина с шампиньонами](#)
[Гуляш из баранины с картофелем](#)
[Ломтики баранины с фасолью](#)

[Шницель по-казахски](#)
[Шиш-кебаб по-турецки](#)
[Молочный кебаб](#)
[Жареная баранья нога](#)
[Бараньи почки по-татарски](#)
[Отварной сельдерей с бараниной под острым соусом](#)
[Мшалаут](#)
[Омлет с отварной бараниной по-таджикски](#)
[Тушеная баранина с луком-пореем](#)
[Баранина, сваренная на пару](#)
[Сладкий таджин](#)
[Кефта, жаренная в масле](#)
[Кефта, запеченная в духовке](#)
[Таджин с овощами и изюмом](#)
[Рубленые котлеты из баранины](#)
[Спаржа с жирной бараниной](#)
[Баранина с черносливом и миндалем](#)
[Таджин с яблоками](#)
[Таджин с айвой](#)
[Мосли по-мароккански](#)
[Рубленые котлеты из баранины с чесноком](#)
[Мешмашия](#)
[Баранина с каштанами и изюмом](#)
[Жареная баранья лопатка](#)
[Баранина с тушеным рисом](#)
[Баранина, запеченная с цветной капустой](#)
[Яблоки, фаршированные бараниной](#)
[Таджин с помидорами](#)
[Кефта по-тунисски](#)
[Кабама](#)
[Бараньи ребрышки на листьях салата](#)
[Другие национальные мусульманские вторые блюда](#)
[Хасиб, жаренный с овощами](#)
[Лагман традиционный](#)
[Тастира с жареной рыбой](#)
[Шавля с сушеным урюком и мятой](#)
[Цыпленок в медовом соусе](#)

[Перец, фаршированный овощами](#)
[Буза из сорго с орехами](#)
[Хасиб из говядины](#)
[Сумалек \(каша из пророщенного зерна\)](#)
[Лаасида](#)
[Манпар](#)
[Сутли из бараньего легкого](#)
[Ясса](#)
[Фасоль, отваренная с луком и помидорами](#)
[Куен гушти из кролика](#)
[Соте овощное](#)
[Оджа традиционная](#)
[Куропатка, тушенная с айвой](#)
[Мургкабоби](#)
[Оджа с острым соусом](#)
[Курица с морковью](#)
[Жута-нан](#)
[Самса с мясом курицы](#)
[Яхна барра из молодого ягненка](#)
[Лахчак](#)
[Товук буглама с курицей и айвой](#)
[Овощи фри запеченные](#)
[Оладьи из картофеля](#)
[Запеканка из шпината](#)
[Картофель с мятой](#)
[Тыква, тушенная с рисом и изюмом](#)
[Чекчука из помидоров](#)
[Чекчука с болгарским перцем](#)
[Чекчука с кабачками](#)
[Жаркое из куриных желудочков с грибами](#)
[Отварной сельдерей с острым соусом](#)
[Жареная стручковая фасоль](#)
[Тбиха с тыквой](#)
[Шницель из мяса ягненка](#)
[Батат с помидорами](#)
[Говядина с черносливом и корицей](#)
[Шницель из говяжьей печени с изюмом](#)

[Тыква фаршированная](#)

[Жаркое в тыкве](#)

[Лапша с креветками в меду](#)

[Тыква, тушенная в казане](#)

[Нахутак из нута](#)

[Курица, фаршированная потрохами и лапшой](#)

[Рецепты мусульманской выпечки](#)

[Несладкая выпечка](#)

[Млауи](#)

[Лепешки традиционные](#)

[Муерки](#)

[Хлеб домашний по-татарски](#)

[Луковые лепешки](#)

[Кульча](#)

[Лепешки «Джуйбори»](#)

[Лепешки «Оби-Нон»](#)

[Хлеб домашний по-казахски](#)

[Лепешки «Ак-Нан»](#)

[Ячменные лепешки](#)

[Лепешки со шкварками и луком](#)

[Лепешки с мясом](#)

[Санза](#)

[Хлеб из манной крупы](#)

[Лепешки слоеные с луком](#)

[Чахолдак](#)

[Тунукча](#)

[Брики с яйцами и луком](#)

[Брики с мясом](#)

[Брики с яйцами](#)

[Брики с тыквой и зеленым луком](#)

[Лепешки с мясом и ананасами](#)

[Брики с картофелем](#)

[Брики с бараниной и сыром](#)

[Сладкая выпечка](#)

[Сметанные пирожные](#)

[Миндальные пирожные](#)

[Печенье «Персики»](#)

[Ореховые трубочки](#)
[Медовые пирожные](#)
[Абрикосовые пирожные](#)
[Пирожные с черносливом](#)
[Песочный пирог](#)
[Яблочные пирожные](#)
[Пирожные с грушевым повидлом](#)
[Сливочные колбаски](#)
[Клубничный бисквит](#)
[Пирог из манной крупы](#)
[Грибия](#)
[Торт миндальный](#)
[Пончики из манной крупы с финиками](#)
[Ванильный пирог](#)
[Сладкие лепешки с дыней](#)
[Чареки](#)
[Блинная горка с медом «Багир»](#)
[Самса с миндальной начинкой](#)
[Картофельный кекс с орехами](#)
[Бешкито](#)
[Медовый хворост](#)
[Творожный бисквит](#)
[Медовые «пальчики»](#)
[Хлебцы с шоколадом](#)
[Слоеные рогалики с повидлом](#)
[Миндальный рулет](#)
[Ванильное печенье](#)
[Восточные пряники](#)
[Кофейные пирожные](#)
[Кукурузное печенье](#)
[Баурсок](#)
[Овсяное печенье с орехами](#)
[Ореховый пирог](#)
[Шоколадный пирог по-самаркандски](#)
[Фигурное печенье с корицей и имбирем](#)
[Бисквит «Ташкентский»](#)
[Персиковый бисквит](#)

[Восточные сладости](#)

[Шедевры восточных десертов](#)

[Пастила дынная](#)

[Молочный кускус](#)

[Пастила айвовая](#)

[Кускус с изюмом](#)

[Медовый кускус](#)

[Орехи в меду «Грильяж»](#)

[Грильяж с шоколадом](#)

[Козинаки](#)

[Нуга ореховая](#)

[Нуга шоколадно-ореховая](#)

[Финики с медом и кофе](#)

[Десерт из фиников с миндалем](#)

[Финики, фаршированные орехами](#)

[Инжир с миндалем](#)

[Молочный десерт «Метлуф»](#)

[Желе из айвы](#)

[Десерт «Рохати дил»](#)

[Чак-чак](#)

[Халва: самое любимое и популярное лакомство](#)

[Мучная халва](#)

[Халва сахарная по-таджикски](#)

[Халва медовая](#)

[Халва с ванилью](#)

[Халва мучная с орехами](#)

[Халва манная с орехами](#)

[Халва ореховая по-арабски](#)

[Халва манная с изюмом и специями](#)

[Халвайтар](#)

[Решид-халва](#)

[Манная халва с карамелью](#)

[Манная халва с молоком и мускатом](#)

[Манная халва с гороховой мукой](#)

[Ореховая халва по-индийски](#)

[Миндальная халва с мускатным орехом](#)

[Манная халва с миндалем, изюмом и кардамоном](#)

[Фисташковая халва](#)

[Ореховая халва с кофе и ванилью](#)

[Рахат-лукум](#)

[Рахат-лукум цитрусовый](#)

[Рахат-лукум «Роза Востока»](#)

[Лукум традиционный](#)

[Рахат-лукум миндальный](#)

[Рахат-лукум ванильный](#)

[Шакер-лукум](#)

[Шербеты](#)

[Шербет гранатовый](#)

[Шербет мятный](#)

[Шербет виноградный](#)

[Шербет из урюка или кураги](#)

[Шербет персиковый](#)

[Пахлава: история и споры](#)

[Пахлава миндальная с манной крупой](#)

[Пахлава дрожжевая с орехами](#)

[Иллюстрации](#)

[Дограмач \(холодный суп\)](#)

[Пити](#)

[Ёрма \(пшеничный суп\)](#)

[Шурпа байская \(суп с фаршем\)](#)

[Суп из нута](#)

[Пиеба \(луковый суп\)](#)

[Сабзавотли димлама \(тушеные овощи\)](#)

[Тухум-дульма \(зразы из говядины\)](#)

[Баклажаны по-турецки](#)

[Манпар \(клецки к баранине\)](#)

[Паровая лепешка с картофелем](#)

[Кокмач](#)

[Домляма \(мясо с овощами\)](#)

[Каурма хингал \(мясо с гарниром\)](#)

[Кюкю из баранины \(запеченная баранина\)](#)

[Кюрза \(отварное тесто с бараньим фаршем\)](#)

[Лепешки из смешанной муки](#)

[Пишме](#)

Чапады (лепешки)

Самса по-казахски (лепешки с мясным фаршем)

Пирог с черносливом

Мутаки шемахинские

Пахлава