

36.99  
193

# Любимые блюда Пермского края

Пермь 2007

10 AB B 36.99  
193

# Любимые блюда Пермского края

276492

AB

Варшавская ВВ  
Пермской области

Пермь 2007

Издание осуществлено в рамках  
IX городского конкурса социально значимых проектов  
«Общественные инициативы»  
Проект «Новый год International»

Руководитель проекта  
Михаил Плаксин

Редактор  
Светлана Каравасва

Художник  
Андрей Носков

Верстальщик  
Владимир Гфимов

#### Любимые блюда Пермского края

Подписано в печать 07.11.2007 Бум. ВХН. Формат 60x90<sup>1/16</sup>  
Печат на ризографе. Усл. печ. л. 6,0. Тираж 100 экз. Заказ 784

Издательско-полиграфический комплекс «СТ и ДО» ПОНИЦАА  
614094, Пермь, ул. Овчинникова, 19; тел./факс: 224-47-47

© М. Плаксин, идея проекта, 2007  
© А. Носков, художественное оформление, 2007  
© Издательство «СТ и ДО» ПОНИЦАА, 2007



О характере народа очень часто судят по его кухне. В этом есть смысл — ни в чём так не проявляются черты уклада, особенности быта, наконец, условия жизни людей, как в традиционных рецептах. Аскетическая простота блюд Белоруссии и праздничное разнообразие кушаний Армении, лесные травы и грибы у коми-пермяков и необычные молочные угощения марийцев — всё вместе составляет уникальную симфонию вкуса, без которой трудно представить нашу жизнь. Порой изобретательность безвестных кулинаров просто поражает воображение: сочень, начинённый... солью! Или вот ещё: творожный... напиток. А для приготовления фаршированной щуки на 250 граммов рыбы требуется, оказывается, 1/10 яйца! Наверное, так в своё время потрясала советского читателя только книга Елены Молоховец: «Если к вам внезапно пришли гости, не теряйтесь — достаньте из погреба полфунта домашней ветчины...».

В эту книгу вошли блюда легендарные. Мы отобрали из всего многообразия те, о которых все слышали, но не каждый знает, ЧТО это такое и КАК это готовить. Сациви, галушки, шашлык по-карски, цимес, бигос, шербет и тому подобные любимые и знаменитые блюда обойти было просто невозможно. Пусть не все из них входят в состав традиционных праздничных застолий — но ведь любая семья готовит к празднику не только то, что принято по ритуалу, но и то, что любят все домочадцы. Правда, салат оливье и селедку под шубой решили не включать по вполне понятной причине. И так остановиться было трудно, и вместо запланированного объёма книга выросла почти вдвое.

Изменилось и само имя книги. Теперь это не «Поваренная книга праздников», а «Любимые блюда Пермского края». Так будет точнее. Любое блюдо из нашей поваренной книги вполне доступно для приготовления в современных городских условиях, даже довольно трудоёмкие овсяный квас или хаш.

Все рецепты приведены по авторитетным источникам, но различия, как в любом творческом деле (а кулинария — одно из самых креативных занятий), разумеется, неизбежны. Поэтому любые дополнения и уточнения авторами проекта только приветствуются.

### Источники

- Ахметзянов Ю.А. Татарская кухня — М, «Мир», 1978  
 Похлёбкин В.В. Большая энциклопедия кулинарного искусства. Все рецепты В.В. Похлёбкина — М, ЗАО Центрполиграф, 2006  
 Ляховская Л.П. Энциклопедия православной обрядовой кухни. Праздники, традиции, обычаи, обряды — М., МСП, 1995  
 Похлёбкин В.В. Национальные кухни наших народов — М., «Пищевая промышленность», 1978  
 Коми-пермяцкая кухня. Сост. Долдина А.Г. — Кудымкар, Коми-Пермяцкое книжное издательство, 1998  
 50 рецептов еврейской кухни. Сост. Гутчина А.Б. и др. — СПб., ООО «Издательство «Полигон», 1999  
 Секреты индийской кухни. Кулинарные рецепты древней культуры, вып. 2. Сост. Баходдин Н.А. и др. — Л., СП «СМАРТ», 1990  
 Дивья Лила Деви Даси. Царский пир всем по карману, вып. 1. — М., «Харе Кришна — Пища жизни», 1996  
 Рецепты российских немцев — Саратов, 2000

## Польская кухня

### Суп по-варшавски

1,5 л воды, 100 г говядины, 100 г птичьих потрохов, 50 г колбасы, 1 ст. ложка сушеных белых грибов, 1 луковица, сельдерей, лук-порей, семечки фенхеля, соль, майоран, жир, 1 небольшая вареная свекла, сметана, зелень.

Сушеные грибы залить теплой водой. Мясо и потроха промыть, нарезать, залить холодной водой, дать закипеть, снять пену и продолжать варку. Сельдерей, лук-порей, колбасу нарезать, обжарить в жире, добавить в суп, посолить. Семена фенхеля, майоран и набухшие грибы добавить в суп вместе с водой, в которой грибы вымачивали. Варить до готовности. Свеклу очистить, натереть на терке, положить в супницу, залить кипящим супом, добавить сметану, посыпать мелко нарезанной зеленью.

### Борщ польский

Приготовить бульон из расчета на 6 человек. Два средних кочана капусты нарезать на 4 части, к ним прибавить

2 бурака, ошпарить кипятком, сварить, отцедить воду, заправить нашинкованными овощами готовый мясной бульон. На сковороде потушить в масле 4 крупных помидора, протереть через мелкое сито и тоже пустить в бульон, довести его до кипения. Подавать в тарелках, добавляя в каждую порцию 4 ложки сметаны.

### Судак по-польски.

Очищенного и промытого судака отварить с кореньями, перцем, лавровым листом, посолив. Сначала прокипятить раз, а потом варить на медленном огне. Приготовить отварной картофель цельный и соус: разрубив мелко 2—3 яйца и положив их в распущенное сливочное или чухонское масло. Положить на блюдо приготовленный судак, уложить картофелем, посыпать сверху укропом и зеленью петрушки, а соус подать отдельно в соуснике.

### Бигос

750 г кислой капусты, 750 г белокочанной капусты, 400 г свинины, 200 г телятины без костей, 200 г копченой колбасы, 1—2 ст. ложки маргарина, соль, перец, 2 лавровых листа, 30 г сушеных грибов, 1 луковица, 2 ст. ложки сливового повидла, 1/2 стакана вина.

Лук нарезать и слегка обжарить в кастрюле, добавив жир. Затем добавить свинину и тушить до полуготовности, после чего вынуть мясо и нарезать его кубиками. Капусту мелко порубить, слегка посолить, положить в кипящую воду и отварить. Добавить в капусту телятину и тушить под крышкой. В третью кастрюлю положить кислую капусту, добавить грибы, лавровый лист и залить холодной водой, закрыть крышкой и варить на слабом огне. Когда мясо будет наполовину готово, все продукты сложить в одну кастрюлю, добавить мелко нарезанную колбасу, сливовое повидло, поперчить и посолить. Все хорошо перемешать и, варить на слабом огне до готовности мяса. Бигос не должен быть слишком жидким, поэтому надо дать выкипеть избыточному количеству жидкости. Затем блюдо нужно снять с огня, добавить вино и все хорошо перемешать. В бигос можно добавить кусочки

люблюго мяса птицы, дичи, говядины Чем больше сортов мяса будет использовано при приготовлении бигоса, тем он будет вкуснее. Рассчитано на 4—6 порций. В бигос хорошо прибавить грибы, коренья и немного мадеры. Бигос, приготовленный по вышеуказанному рецепту, можно сохранять на холоде в течение нескольких недель. Издавна это блюдо считалось классическим для зимнего времени. Его надо только время от времени слегка подогреть.

### Маковник по-польски

500 г хлеба пшеничного белого, 1,5 ст. мака, 1,25 ст. молока, 1/2 ст. сахара, 4 ст.л. изюма, 1/4 ст. орехов, шоколадные конфеты или орехи дольками.

Залить мак сладким кипящим молоком. Добавить изюм, дробленые орехи. Дно формы выложить ломтиками хлеба толщиной 1 см, обмакнув их в слитое с мака молоко. На хлеб вылить маковую массу, затем — снова слой хлеба и т. д. Верхний слой должен быть маковым. Блюдо поставить в холодильник на 1,5—2 ч. Перед подачей на стол украсить орехами или шоколадными конфетами.

## Таджикская кухня

### Шакароб

200—250 г зелени лука (или 4—5 луковиц), 4—6 стаканов зелени кинзы, базилика, петрушки, чабера (поровну), 1 стручок красного перца, 2 стакана сметаны, 1—2 лепешки кулча, 2 ч. ложки соли

Лук, зелень пряных растений и перец нарезать очень мелко и растереть вместе с солью в ступке до образования густой кашицеобразной массы, которую развести кипятком, постепенно вливая его так, чтобы получилось жиденькое зелёное пюре. Этим пюре залить свежеспечённые лепёшки кулча и добавить сметану.

### Кулча

Сдобное дрожжевое тесто из 1 стакана молока, 1 стакана растопленного масла, 35 г дрожжей

Подошедшее тесто разрезать на куски по 80—100 г, раскатать в лепёшки, наколоть,

закрыть салфеткой и оставить на 25 минут, после чего выпечь в духовке (противень смазать маслом). Кулча быстро подгорает, поэтому за ней надо следить во время выпечки и регулировать огонь.

### Плов душанбинский

500 г риса, 250 г моркови, 125 г жира (масла), 3 луковицы, 1—1,5 ложки пряной смеси (красный перец, ажгон, барбарис) или готовой «Смеси для плова»

Для фарша: 500 г мяса, 5—6 яиц, 2—3 головки чеснока, 0,5 ч. ложки красного перца

Приготовление плова состоит из трёх операций: перекаливания масла; приготовления зирвака, закладки риса и доведения до готовности.

Для душанбинского плова нужно сначала приготовить фарш из мяса, лука, чеснока (сильно измельчённых и растёртых с солью) и 1 сырого яйца. Тщательно растереть фарш, добиваясь полной эластичности (дважды пропустить через мясорубку), посолить. Остальные яйца сварить вкрутую. Сформировать из фарша лепёшки и завернуть в них (облепить ими) крутые яйца (целые или половинки), затем обвалить в муке (лучше всего в рисовой) и обжарить в отдельной посуде в перекаленном масле до полуготовности, т.е. 2-3 мин. (только до образования тонкой золотистой корочки).

Перекаливать масло следует в чугунной посуде. Сначала необходимо накалил посуду, затем залить в неё масло (слоем 1—3 см) и перекаливать его на умеренном или на слабом огне (огонь не должен касаться посуды) так, чтобы оно не закипало внешне. Степень готовности масла можно определить по сильному потрескиванию или отскакиванию брошенной в него крулной соли. Чаще всего используется комбинация растительных масел с животными жирами. Сливочное и топленое масло перекаливанию не подлежит.

Приготовление зирвака. В перекаленное масло закладывают продукты в следующей последовательности: яйца с фаршем, лук, порезанный кубиками или толстыми кольцами, морковь, нарезанную чаще всего соломкой. Моркови в плов всегда кладётся вдвое меньше риса и примерно столько же мяса. Каждый из трёх

основных компонентов зирвака пережаривают последовательно так, чтобы все продукты сохраняли свойственный им вид и цвет. В начале варки зирвака огонь увеличивают, к середине и концу варки уменьшают.

В приготовленный зирвак, т. е. примерно через 20—30 минут, добавляют пряности, затем солят.

Подготовленный зирвак разравнивают, уменьшают ещё более огонь и засыпают ровным слоем риса, который слегка примешивают 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 приём: на рис ставят блюдце и на него льют воду, которая равномерно стекает на рис с краёв блюдца. Затем рис осторожно вынимают из посуды с помощью заранее привязанного к нему шнурка. Рис должен быть прикрыт водой на 1—1,5 см. Если рис очень сухой и твёрдый, воды заливают чуть больше нормы. Затем огонь усиливают, но следят, чтобы плов кипел равномерно. Воду поверх риса досаливают, и иногда добавляют в неё пряности, чаще всего куркуму (для окрашивания плова в золотисто-лимонный цвет). Во время кипения плов не накрывают крышкой, но когда вода полностью испарится, его накрывают очень плотно тарелкой или блюдом. Перед этим, чтобы убедиться, что плов готов, по поверхности риса несколько раз плашмя ударяют шумовкой — должен последовать глухой звук. Кроме того, становится заметно, что рис сылучий. Тогда плов протыкают в нескольких местах деревянной палочкой, затем разравнивают поверхность шумовкой и закрывают на 15—20 минут. Только после этого осторожно снимают тарелку, стараясь, чтобы капли воды с неё не упали в плов, равномерно перемешивают и подают.

### Нахудшурак

1 кг мяса, 500 г моркови, 7—8 луковиц, 2 стакана гороха нута, 2 ст. ложки мелко нарезанного чабера, 2 ст. ложки базилика, 1 ч. ложка мяты, 1 ч. ложка красного перца, 3 лавровых листа, 6 горошков чёрного перца

Крупные куски мяса вместе с костями и целую морковь отваривать в течение 1—1,5 часа в 2 л воды, добавить мелко

нарезанный лук, чёрный перец, лавровый лист и варить до готовности мяса ещё 30 минут на медленном огне. Затем вынуть мясо и морковь и в бульон засыпать предварительно замоченный за 10—12 часов горох и варить его до готовности. За минуту до готовности бульон с горохом заправить пряной зеленью, красным перцем, посолить, дать постоять 5 минут под крышкой, но не на огне, а затем слить бульон в отдельную посуду, процедив его, а к оставшемуся гороху подмешать ранее вынутые из бульона и нарезанные кубиками отварную морковь и отварное мясо. Бульон подать отдельно в чашках или пиалах, чтобы небольшими глотками запивать им нахудшурак.

### Пашмак

1 кг сахара, 0,5 стакана пшеничной муки, 50 г топленого или сливочного масла, 1 ч. ложка лимонной кислоты, около 1 стакана воды

Сахар распустить в воде, добавить лимонную кислоту и уварить в густую карамельную массу, которую вылить на мраморную плиту (керамическое блюдо) и растянуть до появления белого цвета.

К этому времени растопить в отдельной посуде масло, добавить в него муку и слегка прогреть их, перемешивая, до светло-жёлтого цвета, но не давая подгорать. Подготовленную таким образом муку распределить ровным слоем по ещё горячей карамельной массе, стараясь перемешать их как можно лучше, и затем продолжать растягивать полученную массу на тонкие нити, напоминающие лапшу. Готовые нити нарезать небольшими кусками и свернуть в виде небольших колбасок. Пашмак — нестойкий продукт, его употребляют сразу после приготовления, поэтому делают в небольших количествах.

### Гранатовый шербет

1 кг граната, 1 л воды, 2 ст. сахара, 1 щепотка ванилина

Сок граната отжать. В воде развести сахар, сварить сироп. В горячий, но уже снятый с огня, сироп влить гранатовый сок, хорошо размешать, добавить ванилин, охладить.

### Виноградный шербет

1 кг незрелого винограда, 500 г сахара, 2 стакана воды для сиропа, 1—1,5 стакана воды для винограда

Для этого шербета используется только незрелый зелёный виноград сорта хусайне («дамские пальчики»). Ягоды винограда очистить от плодоножек, вымыть, положить в воду, довести до кипения (кипятить не более 1—2 минут), после чего охладить и только потом отжать из них сок вместе с отваром, процедить отжатую жидкость, влить её в подготовленный кипящий сахарный сироп, продержать на огне 1—1,5 минуты, охладить.

### Абрикосовый шербет

1 кг спелых абрикосов, 1,5 стакана сахара, 4 стакана кипятка, куркума на кончике ножа

Из абрикосов вынуть косточки, отжать из мякоти сок, засыпать сахаром и дать постоять 10 часов. Полученный сок залить кипятком, перемешать, процедить, добавить куркуму для подкраски и охладить.

### Клубничный шербет

1 кг клубники, 1 стакан сахара, 2 стакана воды

Клубнику тщательно очистить, промыть в холодной воде, отжать сок, процедить через марлю, дать отстояться, засыпать сахаром, постараться размешать его, а затем влить не очень горячей кипячёной воды, довести до кипения на очень слабом огне и варить не более 1—2 минут. Готовый шербет охладить.

### Лимонный шербет

3 лимона, 2 стакана сахара, 3 стакана воды

С лимонов снять цедру, измельчить, подсушить; сок из лимонов отжать в отдельную посуду. Сварить сироп, опустить в него цедру, проварить 2—3 минуты. В готовый не кипящий, но ещё горячий сироп влить сок лимонов, хорошенько размешать, охладить.

### Вишнёвый шербет

1 кг вишен, 1,5 стакана сахара, 2 стакана воды

Подготовить сахарный сироп. Из вишни удалить косточки, отжать сок. Вишнёвый сок влить в ещё не остывший сироп, размешать, охладить.



# Грузинская кухня

## Харчо

2—2,5 л воды, 500 г говяжьей грудинки или рульки, 4 луковицы, 0,5 стакана риса, 1—1,5 стакана тклапи (полуфабрикат, приготовленный из сливы ткемали — загущенное на солнце сливовое пюре), или 10 шт. свежей алычи, или 100 г свежего гранатового сока (четверть стакана), 2 ч. ложки хмели-сунели, 0,5 ч. ложки семян кориандра, 4—5 зубчиков чеснока, 1 корень петрушки, 2 ст. ложки зелени петрушки, 0,5 ст. ложки зелени базилика или сельдерея, 10 раздавленных горошин чёрного перца, 0,5 ч. ложки красного перца, 0,5 стакана грецких орехов, 1 ст. ложка кукурузной или пшеничной муки, 3 лавровых листа, 1 ст. ложка зелени кинзы, 1 щепотка кардобенедикта (имеретинского шафрана) и корицы.

Приготовление харчо состоит из трёх операций: варка мяса, засыпка риса и закладка тклапи. Вместе с рисом и тклапи закладывают пряности.

1. Говядину нарезать на куски размером 3x4 см, промыть, залить 2-2,5 л

холодной воды и варить около 2 ч на умеренном огне.

2. Мясо вынуть, бульон процедить, довести до кипения, засыпать в него хорошо промытый рис, вновь положить мясо, посолить и через 10 минут засыпать часть пряностей. Рис варить до готовности (20 минут), за 5 минут до готовности риса положить толчёные орехи.

3. Заложить тклапи, для чего кусок тклапи размером 3x20 см разломать на мелкие части, залить 0,5 стакана бульона или кипятка в отдельной чашке или эмалированной посуде, дать размякнуть, затем протереть сквозь волосяное сито или эмалированный дуршлаг и полученную массу опустить в харчо. Одновременно засыпать новую порцию пряностей и варить не более 5 минут, после чего настаивать под закрытой крышкой 3—5 минут.

Пряности в первой закладке вместе с рисом: мелко нарезанный лук, обжаренный с кукурузной мукой, петрушка (корень), кориандр (семена), лавровый лист, чёрный перец.

Пряности во второй закладке вместе с тклапи: зелень петрушки, хмели-сунели, красный перец, корица, имеретинский шафран.

Пряности в третьей закладке после снятия харчо с огня: толчёный чеснок, зелень кинзы и базилика.

## Чихиртма из баранины

1,5 л воды, 500—750 г бараньей грудинки и мяса задней части, 2-3 яйца (лучше только желтки), 4 луковицы, 1 ст. ложка сливочного или топлёного масла, 3 ч. ложки кукурузной или пшеничной муки, 0,25 стакана лимонного сока или 2 ст. ложки гранатового экстракта, или 2 ч. ложки винного уксуса, или 1,5-2 ложки пюре тклапи (50 г), 2 ст. ложки зелени кинзы, 1 сельдерей (корень и зелень), 1 петрушка (корень и зелень), 10 горошин чёрного перца, 0,5 ч. ложки корицы, 1 ст. ложка базилика, 0,5 ст. ложки семян кориандра, 0,5 ст. ложки семян укропа, 5-6 тычинок шафрана или их настой в ложке, 1 ст. ложка зелени мяты.

Баранину порубить на куски размером 3x5 см, залить 1,5 л холодной воды и варить на среднем огне в течение 1,5-2 часов почти до полной готовности мяса, дав выкипеть почти 0,5 л жидкости. Затем мясо вынуть, промыть кипятком и слегка

обжарить с маслом и мелко нарубленным луком, не допуская его поджаривания до коричневого цвета. Затем процедить бульон, вновь положить в него баранину, посолить, положить перец и, пока мясо доводится до полной готовности, приготовить мучную заправку и яичную смесь.

Когда заправка и смесь готовы, вынуть баранину из бульона, ввести в него мучную заправку, прокипятить 5-7 минут, затем снять с огня бульон и ввести в него осторожно и постепенно яичную смесь, всё время помешивая чихиртму деревянной ложкой. Одновременно ввести пряности и, продолжая помешивать, поставить бульон вновь на слабый огонь и прогреть, не давая закипеть. Перед самой подачей на стол вновь опустить баранину в бульон и прогреть его 2—3 минуты.

Мучная заправка: отлить полстакана бульона, слегка остудить и развести в нём 2—3 ч. ложки муки, добавить к этой смеси обжаренный лук, размешать и дать постоять.

Яичная смесь: яичные желтки взбить, добавить к ним 1-2 ч. ложки муки, 0,5 стакана тёплого бульона, размешать, долить кислоты, вновь размешать.

### Чахохбили из говядины

500 г мяса (мякоть с жирком, обязательно молодое), 4 луковицы, 500 г помидоров, 0,5 головки чеснока, 1 ч. ложка красного перца, по 1 ст. ложке каждого сорта зелени из обязательного набора.

В обязательный набор пряностей для чахохбили входит: зелень петрушки, чабера, кинзы, базилика, красный перец, чеснок.

Особенность приготовления мяса в чахохбили состоит в том, что его сначала обжаривают в кастрюле без дополнительного жира. В конце «сухой» жарки (12—15 минут) обязательно добавляют лук. Помидоры промывают, ошпаривают, очищают от кожицы, разминают в отдельной посуде и добавляют к мясу и продолжают тушить около 30 минут. В конце тушения в чахохбили добавляют пряности, обязательный набор и дополнительный. В дополнительный набор пряностей входит: зелень укропа, мяты, эстрагона.

Солят чахохбили дважды: перед закладкой помидоров и затем досаливают перед закладкой пряностей. В отдельных

случаях, когда замечен недостаток жидкости, в чахохбили в процессе тушения можно добавлять воду, в которой отваривался картофель (но не более 1 стакана на 1 кг мяса).

### Сациви

1 курица средних размеров, 1,5 л воды, 2 луковицы, 3 лавровых листа, 0,5 ст. ложки эстрагона, 0,5 ст. ложки чабера, 3 стакана соуса сациви.

Тушку курицы (или любой другой домашней птицы) отварить целиком в течение получаса после закипания на умеренном огне без сильного кипения. Затем курицу вынуть, посолить, положить на противень грудкой вниз и обжарить в духовке вместе с небольшим количеством бульона (1-2 ст. ложки) до готовности, причём время от времени поливать стекающим соком и переворачивать, чтобы она одинаково зарумянилась со всех сторон, но не очень сильно. Курицу нарезать на небольшие куски вместе с костями, залить горячим соусом, остудить. Подавать сациви только холодным.

#### Соус сациви

8 луковиц, 3-4 стакана очищенных грецких орехов, 1-2 ст. ложки кукурузной муки или 1,5-2 ст. ложки пшеничной муки, 2-3 ч. ложки мелко нарубленного чеснока, 1 ч. ложка кориандра, 1 ч. ложка чёрного молотого перца, 0,5 ч. ложки корицы, 5 бутонов гвоздики, 0,5 ч. ложки сунели, 1 ч. ложка винного уксуса или 1 ст. ложка гранатового сока, 0,25 ч. ложки красного перца, 0,5 ч. ложки имеретинского шафрана, 0,5 стакана куриного жира, топлёного или снятого с бульона, 2-2,5 стакана куриного бульона.

### Лобио

500 г фасоли, 2—4 луковицы, 0,25 стакана растительного масла, 0,25 стакана винного уксуса

Для ускорения варки фасоль почти всегда (за исключением свежей) замачивают от 6 до 24 часов. Во время замачивания 1—2 раза меняют воду, а после замачивания перебирают заново, затем промывают холодной водой, чтобы покрывала её, и отваривают

на умеренном огне под крышкой в течение нескольких часов, часто почти до полного выпаривания воды. Если вода остаётся после готовности воды, её сливают. Если воды оказывается мало, то следует понемногу подливать кипятком (но ни в коем случае не холодную воду!). Фасоль отваривают так, чтобы её зёрна оставались целыми.

Отваренную фасоль, не давая ей остыть, переложить в посуду с поджаренным или пассерованным луком, посолить и либо обжарить её в течение 3—4 минут, либо просто дать ей впитать в себя разогретое масло. Переложить эту смесь в эмалированную или фарфоровую посуду, добавить винный уксус, предварительно слегка проваренный 2—3 минуты с базиликом или эстрагоном, ввести сухие пряности (1 ч. ложка красного или чёрного перца, по 0,5 ч. ложки семян кориандра, корицы, гвоздики, сунели, имеретинского шафрана — выбрать 3—4 пряности) и мелко нарезанную пряную зелень на выбор (по 1—2 ст. ложки кинзы, петрушки, укропа, сельдерея, лука-порея, мяты, чабера, базилика, укропа).

На выбор также добавляется один из компонентов: помидоры (5 штук), или грецкие орехи (0,25—0,5 стакана) с чесноком (2—4 зубчика), или яйца (2 штуки). Эти добавки перед смешиванием с фасолью подготовить следующим образом: помидоры ошпарить кипятком, снять кожицу, размять в пюре деревянной ложкой и ввести в лобию до пряностей; орехи мелко растолочь вместе с чесноком, красным перцем, солью в единую массу, развести винным уксусом.

### Хачапури

Варианты для теста:

- 1) 1 стакан мацони (или сметаны, или простокваши), 2 яйца, 0,25 ч. ложки соли
- 2) 0,5 л молока, 2 яйца, 0,5 л соли, 1 ч. ложка сахара
- 3) 0,5 л мацони, 1 яйцо, 0,5 ч. ложки соды
- 4) 2 стакана молока, 0,25 ч. ложки соли

Варианты для начинки:

- 1) 500 г сыра, 1 яйцо, 25—50 г сливочного или топленого масла
- 2) 500 г сыра, 2 яйца, 1—2 ст. ложки масла

Замесить некрутое тесто, разделить на 4 равные части, каждую раскатать в тонкие пласты-блины несколько толще, чем для лапши. Намазать на каждый пласт подготовленную начинку слоем не толще 0,5 см, положить сверху такой же пласт меньшего диаметра и защипать края хачапури наглухо.

Для начинки в хачапури используются следующие сыры: имеретинский, чанах, кобийский, брынза. Предварительно их освобождают от соли, для чего нарезают плоскими ломтями толщиной 1 см, кладут в эмалированную посуду, заливают холодной водой, закрывают крышкой и вымачивают 2—5 часов в зависимости от степени солёности сыра. Затем сыр откидывают на дуршлаг, слегка отжимают рукой через марлю или бязь, после чего толкут, подмешивая взбитые сырые яйца и масло. Из полученной массы формируют шары величиной с крупное яблоко и оставляют на 2—3 часа и даже более «зреть».

Чугунную сковородку предварительно разогреть, смазать маслом (около 0,5 ст. ложки на каждый хачапури), положить на неё хачапури швом вниз (если хачапури закрытое), закрыть сверху крышкой (тарелкой) и выпекать 8—10 минут на умеренном огне, пока одна сторона не зарумянится. Затем перевернуть на другую сторону, смазать сверху смесью масла и яиц и продолжать выпекать без крышки.

После выпечки смазать хачапури маслом и подавать горячими.

### Мчади

3 стакана кукурузной муки, 1,5 стакана воды

Для простого мчади замесить жидковатое, липкое тесто. Намочить руки в холодной воде, взять тесто, скатать в шар и затем расплющить его на предварительно разогретой сковороде. Прикрыть крышкой, выпекать в духовке — сначала с одной стороны, затем с другой, уже не прикрывая крышкой.

Для мчади с добавками к тесту присоединить 0,5 стакана тёртого имеретинского сыра или вымоченной брынзы (либо 0,5 стакана отварной фасоли, 1 ст. ложка зелени кинзы, 1 ст. ложка зелени петрушки, 1 ст. ложка зелёного лука). Добавки тщательно растереть в однородную массу и перемешать. Выпечь, как указано выше.

## Армянская кухня

### Хаш

1,5 кг говяжьих ножек, 500 г рубцов, 2—3 головки чеснока, 1 редька.

Ножки опалить, выскоблить, промыть несколько раз, разрубить на части вдоль и положить на сутки либо в проточную воду, либо залить холодной водой и менять её каждые 2—3 часа. Затем вновь промыть, переложить в эмалированный таз, залить водой, чтобы она покрывала ножки слоем в 15—30 см и варить на слабом огне.

Рубцы очистить, промыть, залить холодной водой и варить до исчезновения специфического запаха (определяется пробой), затем отвар вылить, а рубцы промыть горячей и холодной водой, нарезать мелко и добавить к варящимся ножкам.

Продолжать варить хаш на медленном огне без соли, не допуская сильного кипения, снимая пену, пока мясо не будет отделяться от костей и рубцы не станут мягкими.

Готовый горячий хаш посолить, засыпать измельчённым чесноком или развести толчёный чеснок в бульоне и подать отдельно. Едят хаш, закусывая тёртой редькой, пряной зеленью (базилик, петрушка, эстрагон) и лавашем.

### Чирапур

2 л воды, 0,5 стакана гороха нута, 200 г кураги, 15 кусков сахара-рафинада

Предварительно замоченный за 10 часов горох промыть несколько раз и отварить до готовности. Добавить курагу, сахар, варить до готовности кураги, охладить под крышкой.

### Кчуч рыбный

1 кг рыбы (филе форели с кожей), 5 луковиц, 75—100 г сливочного масла, 4 помидора, 3—4 болгарских перца, 0,5 стакана белого виноградного вина, 12 горошков чёрного перца, 6 горошков ямайского перца, 0,5 ч. ложки красного перца, 2—3 ст. ложки эстрагона, 2 ч. ложки соли

Глиняную посуду смазать сливочным маслом. Заложить слоями мелко нарезанные овощи: помидоры, болгарский перец, поперчить их всеми видами перца, затем уложить рыбу крупными кусками, покрыть вновь слоями овощей, сдобрить пряностями, посолить, залить вином, закрыть посуду крышкой и обмазать края тестом. Запечь кчуч в духовке в течение 30-40 минут.

### Толма

Подготовка различных оболочек для толмы

Оболочку обычно готовят из виноградных и капустных листьев, баклажанов, помидоров, кабачков, лука, айвы и яблок.

Свежие виноградные листья: опустить в кипяток на 2—3 минуты, удалить грубые стебли.

Капуста: вырезать из кочана кочерыжку, отварить кочан в подсоленном кипятке в течение 10 минут, разобрать на листья, удалить грубые стебли.

Помидоры, перцы: надрезать со стороны плодоножки поперёк на три четверти так, чтобы получилась крышка, удалить семечки.

Баклажаны: надрезать сверху горизонтально вдоль так, чтобы получилась крышка, удалить семечки и часть мякоти.

Кабачки: разрезать вдоль пополам, удалить семена ошпарить кипятком.

Лук: срезать слой с корешковой части, ошпарить или отварить в кипятке в течение 2 минут, удалить сердцевину.

Яблоки и айва: срезать кружочком верхушку, чтобы получилась крышка, вычистить сердцевину. Айву, кроме того, отварить в течение 5 минут до полуготовности.

Приготовление начинки

500 г баранины, 2—3 ст. ложки риса, 3 луковицы, 1—2 яйца (но не во все виды толмы), 0,5-1 головка чеснока, по 1 ст. ложке кинзы, петрушки, базилика, 2 ст. ложки чабреца, 3 ст. ложки мяты, 10 горошин чёрного перца

Из мяса приготовить фарш. Для большинства видов толмы рис отварить до полуготовности, а при приготовлении в оболочке из кабачков, лука и помидоров — полностью. Лук и остальные пряности измельчить. Все компоненты тщательно перемешать.

Подготовленные оболочки наполнить фаршем, прикрыть надрезанными или срезанными крышками, в листовые оболочки фарш завернуть, перевязать ниткой.

В посуду положить кости, влить бульон, уложить толму: вначале более плотные сорта — айву, затем яблоки или баклажаны, затем перцы, помидоры. (Сочетание айвовой и яблочной толмы называется аштаракским, сочетание баклажанной, перечной и помидорной — эчмиадзинским).

В промежутках между толмой поместить дольки яблок, айвы, курагу, чернослив, мелко порезанный лук, а в капустную и кабачковую толму залить томатный сок или пюре, в луковичную добавить алычу (кемали). После закладки толму плотно прикрыть тарелкой, закрыть кастрюлю и тушить всё на слабом огне до готовности.

Приготовление подливки

Образовавшийся во время варки толмы соус из бульона и разваренных сухофруктов или томатного пюре слить и подать к толме отдельно.

## Шашлык по-карски

2 кг баранины, 500 г курдючного сала

Взять крупные куски мяса (до 200 г) круглой формы с поясничной части туши, подровнять. Оставить мясо и сало, нарезанное кусками, в маринаде на 6—8 часов. Посуда должна быть эмалированной или стеклянной (фарфоровой). Нанизать на вертел вперемежку с салом. Обжаривать на мангале, по мере готовности срезая ломтиками по 1,5 см, в то время как центральная часть шашлыка продолжает жариться.

Для маринада: 8-10 луковиц, пропущенных через мясорубку, 1 лимон (цедра, сок и мякоть без косточек), 1—2 ст. ложки коньяка, 3 ч. ложки соли, 2 ст. ложки укропа, 3 ст. ложки кинзы, 3 ст. ложки базилика, 2 ч. ложки чёрного молотого перца, 1 ч. ложка молотого душистого перца, 5 молотых бутонов гвоздики, 1—2 ст. ложки виноградного уксуса.

## Курица с яблоками

Курица (1-1,5 кг), 500 г яблок, 1 лимон, 0,5 стакана риса, 1—1,5 ч. ложки корицы, 1 ст. ложки крахмала, 1—2 ст. ложки сахарного песка

Варёную курицу нарезать на кусочки, обжарить, облить лимонным соком. Приготовить подливку из яблок. Рис отварить и подать с курицей. Облить курицу подливкой.

Приготовление подливки

Яблоки очистить от кожицы и сердцевины. Отходы залить 2 стаканами воды, сварить, процедить через сито. Процеженным отваром залить очищенные яблоки, разварить их до пюреобразного состояния, добавив сахар и корицу. Хорошо уварить. Развести в 1 ст. ложке воды, влить в яблочное пюре за 2—3 минуты до конца варки, размешать, довести до кипения.

## Баклажанное борани

Баклажаны, тыкву, зелёную фасоль берут в соотношении 2:1:1

1 кг баклажанов, 500 г тыквы, 500 г стручковой фасоли, 10 яиц, 100 г масла, 1 стакан пряной зелени (базилик, чабер, петрушка, кинза)

Фасоль отварить. Сырые тыкву и баклажаны нарезать кубиками. Все овощи перемешать, положить ровным слоем в глубокий противень, залить взбитыми яйцами и запечь в духовке.

## Назук

Назук можно приготовить как солёный, так и сладкий. Ниже в составе продуктов для начинки в скобках даны нормы для сладкой начинки

Для теста: 750 г муки, 1 стакан воды (230 г), 30 г дрожжей, 0,25 ч ложки соли, 1 желток для смазки

Для начинки: 400 г муки, 500 г сливочного масла (200-250 г), 25 г соли (или 200-250 г сахара), 1 щепотка шафрана (сладкий вариант: в одну половину начинки 1-1,5 ч. ложки корицы, в другую — 1 ч. ложка молотого кардамона и 3 бутона гвоздики)

Приготовить тесто: тёплую воду, дрожжи, соль, муку замесить в течение 30 минут и на столько же поставить на выстойку.

Приготовить начинку: топленое масло растереть 15 минут, затем добавить соль (или сахар), пряности, муку и растереть до образования рассыпчатой массы.

Раскатать тесто в пласт толщиной 1,5-2 см, смазать растопленным маслом, сложить вдвое, вновь раскатать и смазать, повторив эту операцию 4 раза, свернуть рулетом, нарезать на кусочки величиной с яйцо или яблоко, раскатать их в лепёшки толщиной 0,5 см, положить на них по 1-1,5 ст. ложки начинки, затем соединить края каждой лепёшки в середине, положить изделие швом вниз на противень и смазать яйцом. Выпекать полчаса, предварительно дав тесту выстояться 15 минут.

## Югатерт

500 г муки, 100 г масла (50 г для теста, 50 г для смазки), 150 г мёда, 3 яйца, 0,5 стакана молока, 0,5 г соды

Замесить тесто из муки, яиц, горячего молока, масла, соды. Раскатать в тонкий пласт толщиной 1-2 мм, смазать маслом, сверху слегка посыпать мукой, свернуть конвертом или рулетом и вновь повторить эти операции 6 раз. В последний раз раскатать тесто в пласт толщиной 3-4 мм.

Тесто в раскатанном виде (блином) положить на смазанную маслом сковороду и выпекать в духовке 10-15 минут. Затем разрезать на квадратики и залить растопленным мёдом.

## Ншаблит (печенье)

Для теста: 250 г муки, 500 г миндаля, 2 яичных белка, 0,5 стакана воды, 675 г сахара

Для смазки: 0,5 стакана сахарного сиропа (соотношение сахара и воды 2:1)

В горячую, но не кипящую воду всыпать сахар, добавить взбитые белки, помешивая, и добавить тёртый миндаль. Массу подогреть на слабом огне в течение 15 минут, пока не растворится сахар; снять, охладить до 20°C, помешивая и добавляя постепенно муку, а затем замесить тесто в течение 10 минут до образования однородной массы.

Массу брать ложечками или отсаживать через кондитерскую трубку (корнет) на лист лепёшечками по 30 г (толщиной до 2 см), в центр каждой воткнуть половинку орешка миндаля. Выпекать на очень слабом огне 30 минут. После остывания смазать сахарным сиропом.

## Азербайджанская кухня

### Пити

200—250 г баранины, 2 луковицы, 1 помидор, 3—4 шт. алычи, 1—2 картофелины (4—6 каштанов), 1 ст. ложка гороха (замочить за 10 часов), 6 горошков чёрного перца, 1 ст. ложка зелени кинзы, 1 ст. ложка зелени петрушки, 0,5 ложки зелени чабера, 5-6 тычинок шафрана

Для приготовления используется обливной глиняный горшок объёмом около 1 л. Заложить в горшок мелко нарезанный лук, мясо, алычу, горох, залить из 0,5 л кипятка, плотно закрыть крышкой (блюдцем) и поставить в духовку на 30-40 минут.

Добавить картофель или каштаны, нарезанные четвертушками, соль и чёрный перец и оставить в духовке ещё на 30—40 минут. Если вода сильно выкипела — долить кипятка.

Через 1—1,5 часа заправить пряностями, дать постоять в духовке 2—3 минуты, после чего подавать к столу.

### Люля-кебаб

1 кг баранины, 100 г курдючного сала, 4 луковицы, 1 ч. ложка чёрного молотого перца, 1 ст. ложка порошка сухого базилика

Для гарнира: свежая зелень (зелёный лук, молодой чеснок, кресс-салат, базилик, эстрагон, мята, порей)

Приготовить фарш: половину порции курдючного сала пропустить вместе с луком через мясорубку. Дважды пропустить через мясорубку баранину, в первый раз одно мясо, во второй раз мясо-луковую смесь.

Тщательно размешать мясо-луковую смесь до вязкости (около 15 минут), сдабривая её порошком мяты, базилика и перцем; посолить, после чего поставить на полчаса в холод вызревать.

Оставшееся курдючное сало нарезать кубиками, затем смоченными в холодной воде руками плотно нанизать мясной фарш в виде тонких колбасок длиной 10-15 см на широкие (1 см) шампуры, по обе стороны от люля нанизать кусочки курдючного сала и обжаривать их над углями мангала или в духовке (расположив поперёк и повыше).

### Дюшбара

Для фарша: 1 кг баранины (мякоть с костью), 50 г курдючного сала, 1 яйцо, 1 луковица, 1 головка чеснока, 1 ст. ложка порошка сухой мяты, 1 ст. ложка порошка сухого базилика, 1 ч. ложка чёрного молотого перца

Для теста: 2 стакана муки, 2 яйца, 0,5 стакана сыворотки, 0,5 ч. ложки соли

Для бульона: 1,25 л воды, 25 г курдючного сала, 1 лук-порей, 1 луковица, 6—8 горошин чёрного перца, 7—8 тычинок шафрана, по 1 ст. ложке зелени петрушки, укропа и эстрагона

От баранины отделить кости, сварить из них бульон с цельной луковицей.

Из мякоти баранины приготовить фарш, дважды пропустив его через мясорубку с луком, чесноком и курдючным салом, добавить яйцо, пряности, посолить, поставить на холод на 15 минут.

Замесить крутое тесто, дать ему выстояться 20—25 минут, завернув во влажную салфетку. Затем раскатать в очень тонкий пласт (до 1 мм) и нарезать небольшими квадратиками (3,5х3,5 см).

На тестяные квадратики положить по 0,5 ч. ложки подготовленного мясного фарша, защипать треугольником, соединив противоположные углы, дать слегка подсохнуть, затем слегка обжарить на сковороде в масле в течение 3—4 минут до едва заметного зарумянивания, после чего отварить в небольшом количестве подсоленной воды в течение 5—7 минут.

В подготовленный кипящий бульон положить мелко нарезанные обжаренные кубики курдючного сала, джюшбара, перец, шафран и довести до кипения, а затем ввести все остальные пряности.

### Чучу

500 г шпината или спарьи, 500 г мелко нарезанного зелёного лука, 5 стеблей молодого чеснока с зелёным пером, 6 яиц, 3 ст. ложки молока, 500 г пряной зелени (петрушки, эстрагона, кинзы, мяты), 100 г топлёного сливочного масла, 1 стакан катыка (сметаны)

Зелень мелко посечь. Яйца хорошенько взбить с молоком до получения однородной массы. В глубокой сковороде или в низкой широкой кастрюле распустить масло, перекалить его, обжарить всю зелень последовательно, начиная с нейтральной и кончая пряной, так, чтобы она слегка осела, затем влить взбитые яйца, быстро и равномерно перемешать их с зеленью и обжарить образовавшийся яично-зеленной блин-омлет с обеих сторон.

Переложить в тарелку, нарезать крупными кусками, полить катыком (сметаной).

### Рахат-лукум

Для сиропа: 1 кг сахара, 300 г воды

Для крахмального молока: 100 г рисового, пшеничного или кукурузного крахмала, 300 г холодной кипячёной воды

Для обсыпки рахат-лукума: 100г сахарной пудры, 1 см ванильной палочки или пакетик ванильного сахара

Для варки рахат-лукума: 3—4 ст. ложки сиропа от варенья или фруктового пюре, 2 ч. ложки лимонной или апельсиновой цедры, 1 капля розового масла или 1 ч. ложка розового сиропа, 100 г очищенных орехов (миндаля, фундука), 1 щепотка шафрана или куркумы

Сварить в казане или медном тазу сахарный сироп, влить в него при сильном кипении крахмальное молоко и, уменьшив огонь, всё время размешивать деревянной ложкой до загустения массы.

Добавить остальные компоненты в следующем порядке: сироп (фруктовое пюре), пряности, розовое масло, орехи, агар-агар. Варить до полутвёрдого состояния, всё время мешая ложкой по дну казана, не давая пригореть массе.

Готовую массу вылить в деревянный противень слоем 2,5 см, дать застыть в течение 3—4 часов, затем разрезать на кусочки и обсыпать сахарной пудрой с ванилью.

### Ширвани-нан

500 г муки, 150 г масла, 2 яйца, 300 г сахарной пудры, 1 стакан молока, 50—75 г очищенного миндаля, 150 г изюма, 100 г цукатов, 0,3 г пекарского порошка, 2 ч. ложки молотой лимонной цедры

Сливочное масло растереть до пенообразного состояния. Желтки растереть с 250 г сахарной пудры добела. Белки взбить. Соединить всё вместе, ещё раз растереть до однородного состояния, добавить 0,5 стакана молока, взбить.

Растереть миндаль до пастообразного состояния с 50 г сахарной пудры, затем развести в 0,5 стакана молока, соединить с остальной массой, взбить всё вместе. К этой массе добавить половину муки, вымешать жидковатое тесто.

Изюм промыть в горячей воде, разрезать на половинки или измельчить в мясорубке, цукаты измельчить квадратиками (0,5х0,5 см), перемешать с молотой лимонной цедрой, ввести всю изюмно-цукатную массу в жидкое тесто, перемешать.

В оставшуюся муку всыпать пекарский порошок и соединить её с жидким тестом, стараясь вмешать её как можно быстрее, но без особого нажима.



Тесто тотчас же раскатать в пласт толщиной 0,5 см, вырезать формами или тонким стаканом полукруглые печенья, смазать сверху яйцом, выпечь на листе, слегка посыпанном мукой, или просто на сухом чистом листе в течение 5—7 минут на слабом огне.

### Пахлава бакинская

Для теста: 700—750 г муки, 75 г масла, 2 яйца, 40 г дрожжей, 1 стакан воды

Для начинки: 450 г сахара (сахарной пудры), 500 г орехов, 8—9 шт. кардамона, 4 ч. ложки корицы

Для смазки и заливки: 200 г масла, 150 г мёда, 1 яйцо

Взбить масло, яйца и 0,5 стакана воды в течение 3 минут. Развести дрожжи в 0,5 стакана воды. Соединить с первой смесью и замесить из полученной жидкости тесто в миске, растирая его ложкой в течение 15 минут и доведя его температуру до 20°C. Затем поставить на 1,5 часа на выстойку при температуре воздуха 22—25°C.

Приготовить начинку: равномерно перемешать сахарную пудру с подготовленными орехами (орехи миндаль и фундук ошпарить, освободить от кожицы, подсушить, истолочь; грецкие орехи можно истолочь без подготовки).

Когда тесто подойдёт, разделить его на 2 равные части, раскатать одну в пласт толщиной 1,5—2 мм, другую в пласт толщиной 2—2,5 мм так, чтобы их размеры совпадали с размером противня. На смазанный маслом противень положить более толстую часть раскатанного теста, на него слоем 3-5 мм нанести начинку, закрыть более тонкой частью теста, которая должна быть чуть больше противня, чтобы её можно было защипать с нижним куском, не натягивая его. Закрытая пахлава должна точно входить в противень без зазоров. Ей надо дать подойти на противне в течение 10 минут, затем смазать сверху яичным желтком.

Хорошо нагреть духовку (до 200—220°C), разрезать подготовленную в противне пахлаву на ромбовидные кусочки (547 см) и сразу же поставить противень в духовку. Через 10—12 минут вынуть пахлаву, залить по линиям разреза растопленным маслом, вновь смазать сверху яйцом, затем поставить в духовку

на полчаса. Первые 7-10 минут температура должна оставаться высокой, затем огонь надо убавить и выпекать пахлаву оставшиеся 20-25 минут на слабом огне. После выпечки горячую пахлаву, не вынимая из противня, залить мёдом по линиям разреза, дать ему впитаться, затем вынуть изделие из противня и дать окончательно остыть под салфеткой.

## Марийская кухня

### Жаритлыме шокш (печень по-таирски)

120 г печени, 30 г шпика, 25 г солёных огурцов

Печень освобождают от пленки, слегка отбивают, нарезают кусочками и жарят с брусочками сала. Затем соленые огурцы очищают от семян, нарезают дольками, слегка притушивают и кладут в печень. Блюдо тушат до готовности, добавив красный соус и чеснок. Подают с картофелем, посыпав зеленым луком.

### Коман мелна (блины трехслойные)

Мука ржаная, яйца, мука овсяная, молоко, сметана

Пресное крутое тесто из ржаной муки, яиц и соли раскатывают в тонкую лепешку толщиной 1,5—2 мм по размеру сковороды. Лепешку слегка зарумянивают в жарочном шкафу, затем смазывают густой смесью овсяной муки, несвернувшегося кислого молока (или простокваши, кефира) и сметаны. Блин снова зарумянивают и затем

замазывают третий слой, представляющий собой овсяную крупу, которую в течение 8—10 часов вымачивали в сметане...

### Ношмо кинде (хлеб конопляный)

150 г конопляного семени, 80 г ржаного хлеба, 20 г молока

Конопляное сухое семя слегка поджаривают в жарочном шкафу или на сковороде, затем толкут в ступе и просеивают через сито. Ржаной нечерствый хлеб нарезают небольшими кусочками, соединяют с конопляной мукой, тщательно перемешивают, формируют шарики весом 150 г, смачивают их в молоке и выпекают на противне, смазанном растительным маслом, 5 мин. Подают как самостоятельное блюдо или вместо хлеба к первым блюдам.

### Нужымо паренге пельмень (пельмени картофельные)

350 г картофеля, мука пшеничная, 1/4 яйца, 30 г лука

Натертый сырой картофель слегка отжимают и смешивают с овсяной или пшеничной мукой, яйцами, солью. Массу разделяют на круглые лепешки и на середину каждой кладут фарш. Лепешки складывают пополам, придавая изделиям форму полумесяца, и обжаривают во фритюре. Фарш готовят из смеси свиного сала, нарезанного мелкими кубиками, мелко рубленого репчатого лука, черного перца и соли. Подают пельмени со сметаной.

### Серетан шур (щи из зелени)

110 г зелени серетан (или щавеля), 170 г картофеля, 5 г муки

Зелень перебирают, промывают, мелко шинкуют, кладут в кипящую воду или бульон и варят 10-15 мин. Затем вводят нарезанный дольками картофель и соль. За 5 мин до конца варки щи заправляют пассерованной мукой и мелко нарезанным луком. Подают со сметаной, посыпав укропом. (Блюдо готовят в апреле-мае, когда зелень еще молодая и сочная.)

### Суқыр кинде

530 г овсяной муки, 180 г мёда, 60 г маргарина, 1 яйцо

В приготовленное опарным способом дрожжевое тесто закладывают промытые ягоды,  $\frac{2}{3}$  нормы мёда и все хорошо перемешивают, затем разделяют овальной формы караваи, укладывают их на противень, смазанный жиром. Ставят на 10—15 мин. на расстойку, смазывают мёдом и выпекают. Перед подачей вновь смазывают мёдом.

### Турисмо торык вуд (творожный напиток)

300 г обезжиренного творога, 700 г молока, 10 г соли

Сухой творог растирают, вливая тонкой струей кипяченую холодную воду или молоко, до консистенции сливок, присаливают и настаивают напиток в эмалированной или стеклянной (фарфоровой) посуде.

### Шурашан студень (студень с крупой)

30 г бараньих ног, 30 г мяса головы, 30 г обрезь, 250 г воды, 5 г лука

Обработанные бараньи головы и ноги, обрезь промывают, рубят на части, заливают холодной водой, добавляют репчатый лук и варят на слабом огне в течение 6 часов, снимая пену. За 1,5 часа до окончания варки добавляют обрезь. Затем с субпродуктов снимают мякоть, мелко рубят ее или пропускают через мясорубку, соединяют с бульоном и крупой, заправляют специями по вкусу, кипятят 40—50 минут

### Шурашан туймошыл (говядина по-таирски)

135 г говядины, 10 г риса,  $\frac{1}{4}$  яйца, 10 г сливочного масла

Мясо пропускают дважды через мясорубку и смешивают с вязкой молочной рисовой кашей, взбитыми яйцами и солью. Полученную массу укладывают в смазанную маслом формочки, поверхность разравнивают и посыпают тёртым сыром. Затем

блюдо запекают в жарочном шкафу и подают со сложным овощным гарниром, полив сливочным маслом.

### Шыл подкогыльо (пирожки отварные с мясом)

70 г муки,  $\frac{1}{6}$  яйца, 50 г свинины, 50 г говядины, 15 г лука

Пресное тесто раскатывают и разделяют в форме полумесяца с начинкой из сырого рубленого мяса, приправленного мелко нарезанным репчатым луком, солью, перцем. Затем пирожки отваривают в подсоленном кипятке и вынимают на сито. Подают горячими, полив маслом.

### Шырдан (отварная колбаса)

240 г говяжьего желудка, 1000 г говядины, 100 г лука, 15 г чеснока

Мясо нарезают кусочками по 30—40 г, добавляют подсушенную овсяную крупу, нарезанный дольками лук, перец, соль, лавровый лист, воду, массу тщательно перемешивают. Подготовленный желудок начиняют фаршем, края соединяют и туго зашивают ниткой, придавая изделию форму каравая, натирают солью и кладут в неглубокую посуду с плотной крышкой. Затем шырдан запекают 1,5—2 часа почти до готовности, остужают.

## Чувашская кухня

### Хуплу (пирог со свиной и картофелем)

410 г муки, 15 г сахара, 15 г дрожжей, 2 яйца

На раскатанное дрожжевое тесто кладут слоями начинку из сырой свинины, нарезанного мелкими кубиками картофеля, рубленого репчатого лука, продукты заправляют солью и перцем. Пирог защипывают, придавая форму полумесяца, и выпекают.

### Какай-шурпи (суп из субпродуктов)

55 г говяжьих ног, 50 г сердца, 20 г печени, 50 г лёгких

Обработанные сырые субпродукты, нарезанные кусочками, заливают холодной водой, проваривают 40-50 мин, добавляют нарезанный кубиками картофель, репчатый лук и доводят до готовности. При подаче посыпают мелко нарезанным зеленым луком.

## Колбаса домашняя по-чувашски

50 г лука, 200 г пшённой крупы, 150 г сала, 300 г кишок

В кипящую подсоленную воду кладут баранье сало, рубленый репчатый лук, пшённую или рисовую крупу и варят до полуготовности. Этой массой наполняют обработанные кишки. Колбасу отваривают до готовности. Подают в горячем виде.

## Окрошка по-чувашски

200 г простокваши, 150 г воды, 25 г говядины, 90 г огурцов

В простоквашу, разбавленную кипяченной холодной водой, кладут нарезанные соломкой свежие огурцы, нашинкованный зеленый лук, сахар и соль. Окрошку подают охлажденной с отварным мясом, нарезанным мелкими кусочками, посыпав зеленым луком и укропом.

## Пирог рыбный

Для теста: 460 г муки, 20 г сахара, 15 г дрожжей, 15 г жира, 2 яйца, соль по вкусу

Для начинки: 50 г риса, 400 г рыбы, 40 г репчатого лука, по 5 г перца и соли

На раскатанное дрожжевое тесто кладут слоями промытый рис, репчатый лук и нарезанную свежую рыбу. Начинку солят, перчат, покрывают слоем теста, края защипывают. Испеченный пирог смазывают сливочным маслом.

## Пирог со щавелем

Для теста: 415 г муки, 10 г дрожжей, 2 яйца, 10 г жира, 5 г соли

Для начинки: 850 г щавеля, 100 г сахара, 50 г масла, 6 г соли

Перебранный и промытый щавель нарезают мелкой соломкой или рубят, заправляют маслом, сахаром, солью и припускают в собственном соку. С полученной начинкой формируют пирог полукруглой формы, смазывают его маслом и выпекают.

## Сладость

100 г калины, 100 г солода, 30 г воды

Из калины выжимают сок. Мезгу соединяют с солодом, массу кладут в глубокую толстостенную посуду и, добавив немного воды, томят под крышкой в жарочном шкафу до консистенции густого пюре. Перед подачей вливают сок калины. Вместо солода можно использовать мед и сахар.

## Суп молочный с рыбой

145 г рыбы, 215 г картофеля, 250 г молока, 5 г сливочного масла

Молоко разбавляют водой, кипятят, добавляют картофель, отваривают до полуготовности, кладут обработанную и промытую свежую рыбу, доводят суп до готовности и заправляют сливочным маслом и солью.

## Шыртан

500 г бараньего желудка, 1950 г баранины, 10 г чеснока, перец

Обработанный бараний желудок наполняют сырой бараниной, нарезанной кусочками и заправленной чесноком, лавром, солью, отверстие зашивают, натирают солью, кладут на противень швом вниз и запекают 3-4 часа до появления золотистой корочки. Подают в горячем виде. Для длительного хранения шыртан запекают повторно в течение 1,5 часов, охлаждают и вновь запекают 1 час. При такой обработке блюдо можно долго хранить.

## Немецкая кухня

### Сельдь по-немецки

300 г сельди, 150 г сметаны, 2 луковицы, 3-4 яблока, 1 ст. ложка сахара, 1 солёный огурец, перец красный молотый

Филе сельди нарезать и положить в селёдочницу. Сверху положить нарубленный репчатый лук и нашинкованное яблоко, залить сметаной, заправленной сахаром, посыпать молотым перцем. Украсить кусочками солёного огурца.

### Миш-маш

250 г грибов потушить в сливочном масле (30 г) до готовности. Затем добавить 1 луковицу, 1 ст. ложку муки, нарезанные помидоры (0,5 кг), соль и тушить ещё 15 минут. Готовое блюдо посыпать зеленью, чёрным перцем и разделить на порции. На каждую порцию положить яичницу-глазунью из двух яиц.

## Немецкий пирог «Кухе»

20 г дрожжей, 5 стаканов муки, 1 стакан молока, 1 стакан воды, 3 яйца, сахар и соль по вкусу, масло растительное

Готовится тесто, раскатывается. Из муки, сахара и растительного масла готовится крошка и посыпается поверх раскатанного теста. Ставится в духовку и выпекается в течение 30—40 минут.

## Штрудель

10—15 г дрожжей, 4 стакана муки, 2 яйца, 1,5 стакана молока, сахар, соль по вкусу, растительное масло или сметана, масло сливочное

Готовится тесто, раскатывается до 1 см, смазывается растительным маслом или сметаной, закатывается в рулет, разрезается на небольшие рулетики. Всё это тушится на пару с мясом, капустой или картофелем в течение 45 минут.

## «Голые поросята»

Отварить очищенный картофель. Другую часть натереть на мелкой тёрке, отжать через марлю, смешать с тёртым варёным картофелем (на 1 часть тёртого сырого картофеля берётся 1/3 часть варёного). Для начинки использовать творог, в который добавлено яйцо и соль. Массу, полученную из картофеля, поделить на равные порции и раскатать, как на пирожки. Разложить творог, защипать. Получились «поросята». Варить их в подсоленной воде, пока не всплывут, затем обжарить на жире (подсолнечном масле). К столу подать горячими со сметаной.

## Домашняя колбаса

Её делают после того, как установятся морозы, зарезана на мясо скотина. Очищают свиные (можно говяжьи) кишки. Варится, пока не отстанет от костей, мясо, голова, лёгкое, почки, печень, всё остужается и пропускается через мясорубку. Полученную

массу тщательно перемешивают, добавляя по вкусу соль, перец, измельчённые лук, чеснок. Ею набивают кишки. Полученную колбасу варят в кипящей воде.

## Кребли

0,5 л сметаны, 1 ч. ложка соды, 3 яйца, соль, сахар по вкусу, мука, растительное масло

Из всего перечисленного замешивается нежидкое тесто. Раскатать, разрезать на квадратики. Каждый квадратик разрезать в середине и один конец вынуть через разрез. Жарить в раскалённом растительном масле. По желанию остывшие кребли можно посыпать сахарной пудрой.

## Пасха

5 фунтов протёртого творога, 1 фунт сливочного масла, 10 сырых яиц, 2 фунта изюма

Всё смешать, поставить на огонь, постоянно помешивая деревянной ложкой, чтобы не пригорело. Когда творог дойдёт до кипения, снять и поставить на холод. К готовой остуженной массе добавить 2 фунта толчёного сахара, ванили, цукатов, 0,5 стакана толчёного миндаля, размешать и выложить в форму. Только одну ночь продержать массу под прессом, затем пресс снять.

## Рыба по-бисмарски

600 г отварной рыбы, 50 г лука, 5-10 г лимонной корочки, сок половины лимона, 100 г растительного масла, 50 г зелёного лука, 10 г петрушки, соль и перец по вкусу

Куски морской или пресноводной рыбы уложить в сотейник, смазанный растительным маслом. Сверху посыпать мелко нарезанным луком, рубленой лимонной корочкой, полить соком лимона и запечь в духовке. Перед подачей на стол посыпать зелёным луком и петрушкой.

### Свинина в тесте

300 г свинины, 8 ст. ложек растительного масла

Для теста: 2 ст. ложки муки, 1 яйцо, 1 ст. ложка молока, щепотка сахара

Свинину слегка отбить, перерезать сухожилия. Обжарить мясо до готовности. После этого приготовить тесто. Каждый кусок обмакнуть в тесто и обжарить.

### Берлинский шницель

500 г говяжьего вымени, 2 л воды, 1 луковица, 4 горошины чёрного перца, 1 шт. гвоздики, 1/4 лаврового листа, мука, 1 яйцо, панировочные сухари, жир для жарки, соль

Вымя хорошо промыть, залить холодной водой, отварить воду слить. Вымя снова залить 2 л кипячёной воды, добавить лук, специи и 1 ст. ложку соли, поставить на слабый огонь и варить в течение 4 часов до мягкости. Затем вымя разрезать на ломти толщиной 0,5 см, обвалить в муке, яйце и панировочных сухарях, обжарить в сильно разогретом жире с обеих сторон, подсолить.

### Миндальное рождественское печенье

70 г размягчённого масла, 2 ст. ложки жидкого мёда, 1 яичный желток, 100 г молотого миндаля, 100 г пшеничной муки, 1 ст. ложка тмина, мармелад

Масло, мёд и яичный желток смешать, добавить молотый миндаль, муку и тмин. Готовое тесто поставить в холодильник на 30 минут. Смазать противень маслом, сформировать маленькие шарики (размером примерно с грецкий орех). В центре каждого шарика сделать углубление. Духовку разогреть до 180°C. Шарики выложить на противень, затем украсить лунки мармеладом. Противень с печеньем поставить на средний уровень духовки и выпекать 10 минут. Готовое печенье остудить на решётке.

### Пунш «Из Шварцвальда»

4 дольки лимона, 8 шт. гвоздики, щепотка корицы, 110 г сахара, 0,5 л белого виноградного сока, 1 бутылка белого вина (0,7 л), 200 мл водки, 100 мл вишневого сока

Дольки лимона, гвоздику, корицу, сахар и виноградный сок вскипятить, дать настояться 10 минут. Влить вино, водку, помешивая, нагревать до образования пены. Снять с огня, добавить вишнёвый сок. Подавать в горячем виде

## Белорусская кухня

### Холодник (хладник)

500 г молодой свёклы с ботвой, 1,5 л свёкольного кваса, 3 свежих молодых огурца, 4—5 маленьких луковичек (трибульки), 4 яйца, 2—3 ст. ложки укропа, 1 ч. ложка зелени сельдерея, 1 стакан сметаны, 2—3 ч. ложки соли, 1/4 ложки красного молотого перца, 5—6 зёрен кориандра

Свёклу очистить и отварить так, чтобы осталось не менее 2 стаканов отвара. Отвар слить в отдельную посуду. Свёклу с ботвой мелко нарезать.

Приготовить жидкую часть хладника: свёкольный квас вскипятить. Охладить, смешать со свёкольным отваром, в котором предварительно развести сметану, и поставить в холодное место.

Приготовление свёкольного кваса: 0,5 кг чёрного хлеба нарезать кусочками, залить 1,5 л тёплой кипячёной воды, положить 6 шт. очищенной и нарезанной ломтями свёклы, дать настояться 2 дня (днём на солнце, ночью в тёплом месте), часто помешивать.

На третий день процедить, после чего квас готов к употреблению.

Приготовить густую часть: к отваренной свёкле добавить мелко нарезанные лук и укроп, перетёртые с солью; огурец, нарезанный соломкой, сельдерея, чёрный перец, растёртый кориандр.

Соединить густую и жидкую части, размешать. В тарелки с хладником положить по крутому яйцу, разрезанному на четвертинки. Можно добавить пищевой лёд и ломтик лимона.

### Жур постный

0,75 л цежи, 0,25 л воды, 2—3 ст. ложки конопляного масла, 1 луковица, 0,5 ч. ложки тмина, 1 ч. ложка тмина

Воду вскипятить с мелко нарезанной луковицей, тмином и солью. Влить цежу, быстро размешать и ещё раз довести до кипения. В горячий, слегка загустевший Жур влить конопляное масло, хорошо размешать. Подавать с отварным картофелем.

Для приготовления овсяной цежи: 150—200 г овсяных высевок или овсяной муки (можно использовать подсушенный, растолченный в ступке и просеянный «Геркулес»), 1 л тёплой кипячёной воды.

Муку или высевки развести водой в керамической посуде, перемешать и поставить на 8—12 часов (с вечера на ночь) в очень тёплое место. Когда вода приобретёт кисловатый вкус и приятный запах, процедить раствор через очень мелкое сито.

### Гусь смаженный

1 крупный гусь, 1 кг антоновских яблок, 1 ч. ложка ягод можжевельника, 2 головки чеснока

Гуся выпотрошить, опалить, обмыть, обсушить, натереть изнутри смесью соли, чеснока и можжевельниковых ягод, начинить туго антоновскими ягодами, лучше всего не совсем спелыми, разрезанными на четвертушки, зашить и поставить на противне или в гусятнице в нагретую духовку. Запекать, поливая стекающим жиром в течение 2—3 часов.



## Драники (деруны)

1,25 кг картофеля, 0,5 стакана муки (ржаной или пшеничной), 1—2 яйца, 1 ст. ложка ржаных отрубей или сухарей, 1 ст. ложка подсолнечного масла, 0,5 стакана сметаны

Подыграть таркованную массу, перемешать её с мукой, яйцами, разделить на оладьи и, обваляв в отрубях, муке или сухарях, обжарить с обеих сторон. Готовые драники сложить в нагретую посуду со сметаной и поставить в духовку на 10 минут.

Приготовление таркованной массы: натереть сырой картофель на тёрке и не отжимать после этого, используя вместе с выделенным соком.

## Капытка

1 кг картофеля, 0,75—1 стакан муки (пшеничной или ржаной), 50—100 г сала, 0,5—1 ч. ложка соли

Приготовленную таркованную массу (см. выше) перемешать с мукой, содой, солью так, чтобы получилось крутое тесто (муки можно добавить), которое тонко раскатать, нарезать прямоугольниками размером 4x5 см и выпечь на сковороде, густо смазанной салом. Затем испечённое тесто 2-3 минуты выдержать в подсоленном кипятке, после чего откинуть на дуршлаг. Есть с растопленным салом, маслом, сметаной или молоком.

## Драчёна белорусская (праздничное блюдо)

1 стакан ржаной муки, 0,5 стакана гречневой муки, 3—4 яичных желтка, 1 белок, 0,5 стакана кислой молочной сыворотки (для утора), 1—2 стакана молока, 75 г сливочного масла, 0,5 ст. ложки сахарной пудры

Приготовить уторное тесто (т.е. не полностью подошедшего, а лишь слегка закисшего) из ржаной муки: развести водой, а затем добавить сыворотки или сразу размешать муку с сывороткой и оставить на 3—4 часа в тёплом месте.

Добавить гречневую муку, растереть, взбить. Растереть в разных сосудах масло и желтки с сахарной пудрой до бела. Соединить с тестом, осторожно ввести масляную и яичную смесь

и взбить тесто. Подлить в тесто молоко, развести, затем ввести взбитый белок.

Накалённую сковороду смазать сливочным маслом (1 ст. ложка), вылить в неё тесто и выпечь в хорошо разогретой духовке в течение получаса.

## Клёцки манные

0,5 стакана манной крупы, 1 стакан молока, 4 яйца, 2 ч. ложки сливочного масла, 0,5 ч. ложки соли

Молоко вскипятить с маслом, всыпать манную крупу, разварить, размешивая, посолить и, закрыв, поставить на 10—15 минут в умеренно нагретую духовку или в водяную баню на 20 минут, чтобы крупа как можно более разопрела. Затем охладить, вбить 4 желтка, растереть, ввести по частям 4 яичных белка, предварительно взбитых в пену.

В кипящую подсоленную воду (2 ч. ложки соли на 1 л воды) опускать небольшие кусочки массы (в половину чайной ложки, смоченной в воде), варить на слабом огне 5 минут. Готовые клёцки всплывают на поверхность.

Клёцки используются для заправки супов и бульонов, а также подаются как самостоятельное блюдо, облитыми топлёным салом со шкварками и посыпанными обжаренным на сале луком.

## Яблочный квас

1 кг яблок, 7—8 л воды

Спелую, но крепкую антоновку залить холодной артезианской водой и дать чуть закиснуть.

## Кулага белорусская

1 кг ягод, 1 л кипятка, 3-4 ст. ложки ржаной муки, 1-2 ст. ложки мёда, 1 стакан сахара

В кулагу идут любые свежие лесные ягоды — земляника, черника, малина, черёмуха, брусника, голубика, калина. Для приготовления кулаги могут быть использованы также слива

и вишня, очищенные от косточек. Сосуд под кулагу (глиняный горшок) заполняется наполовину ягодами, наполовину водой (1:1). Варить её можно и в духовке. И на плите, при возрастающей температуре. Когда ягоды разварятся, к ним подсыпают ржаную муку и помешивают всё время до тех пор, пока кулага не приобретёт консистенцию киселя. В середине варки кулагу заправляют сахаром и мёдом. Сахар может быть целиком заменён мёдом, в этом случае доля муки увеличивается на 1—3 ст. ложки в зависимости от консистенции кулаги, которая должна напоминать кашу-размазю.

## Украинская кухня

### Борщ украинский простой

500 г говядины, 1/4 кочана капусты, 4 картофелины, 1 крупная свёкла, 25 г свиного сала, 25 г сливочного масла, 0,5 стакана томатной пасты или 2 помидора, 0,5 стакана сметаны, 1 морковь, 1 корень петрушки, 2 луковичы, 1 ст. ложка 3%-ного уксуса, 2 ч. ложки сахара, 3 лавровых листа, 4—5 зубчиков чеснока, 3 горошины душистого перца, 5—6 горошин чёрного перца, 1 ст. ложка зелени петрушки

Борщ готовят на костном и мясном бульоне. После того, как вода закипит, бульон продолжают варить на слабом огне 2—2,5 часа (время варки костей — 4—6 часов, поэтому, если предусмотрен такой бульон, их закладывают первыми). Готовое мясо вынимают из бульона и начинают готовить на бульоне овощную часть борща.

Свёклу потушить с уксусом, частью сала (или с жиром, снятым с поверхности бульона), сахаром и томатной пастой.

Лук, морковь, корень петрушки, нарезанные соломкой, обжарить на сливочном масле.

Картофель и капусту варить в бульоне 15 минут, затем добавить к ним свёклу и обжаренные овощи, варить ещё 10 минут, добавить масло и пряности, а затем заправить борщ зеленью петрушки и чесноком, тёртым с салом. Мясо подают вместе с борщом. Перед подачей на стол заправить сметаной.

### Борщ полтавский

600 г гуся или утки, 1 свёкла, 1/4 кочана капусты, 3 картофелины, 50 г сала, 25 г масла, 1 стакан гречневой муки, 1 яйцо, 0,5 стакана томатной пасты или 2—3 помидора, 1 морковь, 1 петрушка, 1—2 луковицы, 1 ст. ложки уксуса, 2—3 лавровых листа, 1 головка чеснока, 5 горошин чёрного перца, 0,5 стакана сметаны

Этот борщ готовится на бульоне из домашней птицы, от других украинских борщей он отличается ещё и тем, что его заправляют не только овощами, но и галушками.

#### Приготовление галушек

В четверти стакана кипятка развести 1 ст. ложку муки, тщательно растереть её, охладить, добавить яйцо, остальную муку, замесить тесто: если оно получится крутоватым, добавить немного воды — тесто должно быть не круче, чем густая сметана. Это тесто брать чайной ложкой и опускать в кипящую подсоленную воду, варить в ней галушки до тех пор, пока они не всплывут, затем откинуть на дуршлаг. Заправить борщ галушками за 507 минут до готовности.

В остальном порядок варки полтавского борща тот же, что и простого украинского.

### Борщ черниговский

500 г говядины или свинины, + кочана капусты, 1 свёкла, 1 небольшой кабачок, 0,5 стакана варёной фасоли, 3—4 помидора, 2 кислых яблока, 2 ст. ложки сливочного масла, 1 луковица, 1 корень петрушки, 1 морковь, 5—6 горошин чёрного перца, 2—3 лавровых листа, 4 зубчика чеснока, 0,5 стакана сметаны

Борщ готовить на мясокостном бульоне. Свёклу тушить на масле. Сальной заправки в этом борще нет.

Особенностью черниговского борща является наличие кабачков, которые, как и помидоры, не пассеруют. Уксус и мука для заправки также отсутствуют. Вся кислота поступает от помидоров и яблок. Порядок заправки овощами — как в обычном борще. Помидоры, кабачки и яблоки кладут в борщ последними, перед пряностями.

### Кулеш

6 карофелин, 0,5 стакана пшена, 150 г сала, 2—3 луковицы, 1 ст. ложка зелени петрушки, 1,5—2 л воды, 2 ч. ложки соли

В кипящую подсоленную воду засыпать пшено, сварить до готовности, добавить нарезанный мелкими кубиками картофель, который варить ещё 30 минут, затем заправить кулеш пережаренным на сале мелко нарезанным луком, образовавшимся при этом шкварками, зеленью петрушки и кипятить ещё 5 минут.

### Верещака

500 г свиной грудинки, 50 г сала, 2 стакана свёкольного настоя или кваса, 2 ст. ложки ржаных сухарей, 2—3 луковицы, 2—3 горошины душистого перца, 5—6 горошин чёрного перца, 1 ст. ложка мелко нарезанной зелени петрушки (или любистока)

Свиную грудинку нарезать крупными кубиками, обжарить на сковороде в сале до румяной корочки, переложить в кастрюлю, залить свёкольным квасом или настоем с уксусом, приправить луком и пряностями, посолить и тушить до полуготовности. Затем засыпать ржаными сухарями, размешать и продолжать тушить до готовности. Перед подачей на стол посыпать зеленью петрушки.

Приготовление свёкольного настоя: очищенную свёклу натереть на тёрке, залить кипячёной водой и поставить в тёплое место на 3—4 дня. Соотношение свёклы и воды по весу 1:2.

### Яйца в сметане

4 яйца, 0,5 стакана сметаны, 1 ст. ложка укропа

Сваренные вкрутую яйца нарезать крупными кольцами, положить на сковороду, посолить, залить густой сметаной и поставить в духовку на 10—15 минут. Перед подачей на стол посыпать измельчённым укропом.

### Яичница гуцульская

4 яйца, 1 стакан сливок, 1 стакан сметаны, 0,5 стакана кукурузной муки, 1 ст. ложка зелени петрушки, 50 г сливочного масла

Все продукты, кроме петрушки, перемешать, взбить и вылить на сильно разогретую сковороду с маслом. За минуту до готовности посыпать яичницу зеленью петрушки.

### Лежни картофельные

6 картофелин, 500 г лука, 100 г сала, 1,5 стакана квашеной капусты, 4 яйца, 2 ст. ложки муки, 0,5 стакана сметаны

Приготовить картофельное пюре и перемешать с сырыми яйцами в однородную массу.

Квашеную капусту потушить и в конце тушения заправить луком, обжаренным на сале.

Картофельную массу выложить на доску, обсыпанную мукой, разровнять, положить на неё фарш из капусты с луком, закрыть его частью картофельной массы; переложить на лист, смазанный салом, запечь в духовке. Подавать кусками со сметаной.

### Ряженка

5 стаканов молока, 1 стакан сметаны

Молоко кипятить в толстостенной эмалированной или керамической посуде на очень медленном огне до тех пор, пока оно не станет кремовым по цвету. При этом надо следить, чтобы оно не пригорело и непрерывно помешивать его. Затем

молоко охладить, влить в него сметану. Равномерно размешать и поставить на 2—3 часа для загустения.

### Гречаники

2 стакана гречневой муки, 20—25 г дрожжей, 1 яйцо, 0,5 стакана молока, 2 ст. ложки подсолнечного масла, 0,5 ложки сливочного масла для смазки листа, 2 ч. ложки сахара, 1 стакан сметаны

В подогретом до 35°C молоке развести дрожжи, соль, сахар; вбить яйцо, всыпать гречневую муку, замесить густое тесто. Поставить в тёплое место на 1,5-2 часа, дать подойти, вымесить, затем вторично дать подойти.

Из теста сформировать длинные тонкие батончики, выложить их на смазанный маслом лист, дать подойти, нарезать поперёк через каждые 2—3 см смазанным в подсолнечном масле ножом и выпечь в духовке.

Ещё горячие гречаники смазать слегка обжаренным подсолнечным маслом и разломать по линии надрезов. Подавать, полив сметаной.

### Пампушки с чесноком пшеничные

400 г пшеничной муки, 25—30 г дрожжей, 0,75 стакана воды, 1 ст. ложка сахара, 2-3 ст. ложки подсолнечного масла

Для подливки: 2—3 ст. ложки кваса, 1 головка чеснока, 2—3 ст. ложки подсолнечного масла

В тёплой воде (треть стакана) развести сахар, дрожжи, соль, всыпать 100 г муки и замесить густое тесто. Дать подойти, затем добавить остальную воду, муку, подсолнечное масло, хорошо вымесить и вновь дать подойти. Из теста сформировать пампушки размером с грецкий орех и выпечь их на листе в духовке на слабом огне. Из смеси растёртого с солью чеснока, кваса и подсолнечного масла сделать подливку и полить ею пампушки перед подачей на стол.

## Вареники с вишнями

Для теста: 3 стакана пшеничной муки, 0,5—0,75 стакана воды, 2 яйца, 0,5 ч. ложки соли

Для начинки: 1 кг вишни, 200 г сахара

Замесить тесто средней густоты, раскатать в пласт толщиной 2-3 мм, нарезать на квадраты размером 5x5 см или вырезают круги тонким стаканом.

Освободить вишню от косточек, положить в эмалированную, фарфоровую или стеклянную посуду, засыпать сахаром, дать постоять на солнце 2-3 часа и даже более, чтобы сахар хорошо впитался в мякоть вишен. Затем слить сок в отдельную посуду и сухими вишнями начинить вареники. Начинку укладывать точно в центр каждого квадратика или кружка теста, причём не более 1 ч. ложки, чтобы вареник не переполнялся и тесто не слишком натягивалось. Шов стараться делать не толще остального теста, иначе плохо проварится.

Подготовленные вареники варят в большом количестве кипящей подсоленной воды, чтобы им не было тесно. Воду подсаливают из расчёта 1 ч. ложка соли на 3 стакана воды. Через 8-10 минут готовые вареники должны всплыть на поверхность, после чего их вынимают шумовкой, перекалывают в кастрюлю, поливают разогретым сливочным маслом, чтобы они не слипались. Подают на стол очень горячими, полив сиропом.

Для сиропа: косточки залить 0,75 стакана воды и кипятить в эмалированной посуде, причём 5-7 косточек крупно растолочь. Затем отвар процедить, добавить сахар, вновь довести до кипения, охладить, смешать с вишнёвым соком.

## Коржи маковые

2 стакана муки (в том числе на подсыпку), 1 яйцо, 1 ст. ложка сливочного масла, 2 ч. ложки сахара, 0,5 ч. ложки соды

Для подливки: 0,5 стакана мака, 0,5 стакана мёда, 1 стакан кипячёной воды

Из муки, яиц, масла, сахара, соды замесить крутое тесто, раскатать его в пласт толщиной 0,5 см и надрезать весь лист квадратами, каждый из которых наколоть вилкой, после чего выпечь в духовке. Готовым коржам дать остыть, разломать их на

квадраты по надрезам, залить маковым молоком с мёдом.

Приготовление макового молока

Мак залить кипятком, дать хорошо набухнуть, сцедить воду, обсушить мак салфеткой и растереть в фарфоровой ступке, постепенно подливая очень маленькими дозами (по чайной ложке) кипячёную воду. Приготовленное таким образом маковое молоко смешать с сахаром и водой или с мёдом и водой.

## Узвар из сушёных фруктов

6 стаканов воды, 300—400 г сухих фруктов, 0,75 стакана сахара, 1 ст. ложка мёда, 3—4 бутона гвоздики, 0,5 ч. ложки корицы, 1 ч. ложка лимонной цедры и 0,5 ч. ложки лимонной кислоты (или половинку свежего лимона)

В нагретой, но ещё не кипящей воде распустить сахар, дать ему прокипеть и снять пену, какой бы незначительной она ни была. В очищенный таким образом сироп положить сначала груши, затем через 5 минут — яблоки и ещё через 5 минут — вишню, сливу и изюм. Эта раздельная последовательная закладка фруктов необходима потому, что для разных сухих фруктов требуется разное время варки. Когда все фрукты будут одинаково мягкими (примерно через 15-17 минут после начала закладки), добавить мёд и пряности, прокипятить ещё 5-7 минут, а потом поставить в холодное место настаиваться от 2 до 5 часов.

## Папошник украинский

3 стакана муки обварить 3 стаканами кипящих сливок, быстро, тщательно размешать, накрыть и оставить на 10 минут. Влить в это тесто, растирая его, 0,5 стакана тёплого молока, 1 стакан растопленного масла, всыпать 5 стаканов сахарного песка, 6 стаканов взбитых до густоты желтков и, наконец, 200 г дрожжей, разведённых в 2 стаканах тёплого молока.

Всё это растирать непрерывно до тех пор, пока на тесте не начнут показываться пузырьки. После этого накрыть и оставить подходить на 2—2,5 часа. Когда тесто подойдёт, добавить 1 чайную ложку кардамона и немного муки, чтобы тесто оставалось

жидковатым и его можно было бы выбивать. Растирать и выбивать в течение 1 часа. Затем досыпать муки, замесить тесто до нормальной густоты (чтобы оно отставало от рук) и распределить его по формам (как для кулича) до половины их. Когда тесто подойдет в формах до  $3/4$ , поставить в горячую духовку со средним жаром на 1 час 15 минут.

## Удмуртская кухня

### Виртырем (колбаски)

20 г свежей крови, 20 г кишок, 3 зубчика чеснока, 15 г перловой крупы

В горячий бульон вводят свежую кровь, крупу, мелко нарезанное нутряное сало, чеснок, специи. Полученным фаршем неплотно начиняют подготовленные толстые кишки или желудок, открытые концы завязывают. Изделия отваривают в бульоне не менее часа, затем смазывают жиром и запекают в жарочном шкафу. В горячем виде подают как второе блюдо с гарниром. В холодном виде используется в качестве закуски.

### Жукомильым (блинчики с фаршем)

40 г пшеничной муки, 0,5 яйца, 80 г молока

Варят на гусином бульоне перловую или ячневую кашу и гороховое пюре. Кашу и пюре соединяют, добавляют мелко

нарезанную отварную гусятину, пассерованный лук, соль и перец. Затем выпекают блины, на середину каждого кладут фарш, края заворачивают. Подают, полив растопленным маслом.

### Котлеты деревенские

40 г свинины, 40 г говядины, 20 г лука, 5 г панировочных сухарей

Говядину, свинину и репчатый лук пропускают через мясорубку, добавляют молоко, солят, перчат. Из полученного фарша формируют котлеты, панируют их в сухарях, обжаривают, обмазывают с обеих сторон взбитым в пену яичным белком и снова обжаривают. На гарнир подают жареный картофель, маринованную капусту и зеленый горошек.

### Пыжем силь (мясо жареное)

160 г баранины, 5 г лука, 5 г моркови 10 г толёного масла

Баранью корейку или окорок маринуют 4—6 часов, затем натирают солью, обжаривают на сковороде до образования румяной корочки, смазывают сметаной, добавляют пассерованные корни и ставят в жарочный шкаф. Готовое мясо нарезают порции и подают с гречневой кашей, солеными огурцами, посыпав укропом.

### Сяртчинянь (пирожки)

35 г муки, 20 г брюквы, 10 г сметаны, 10 г перловой крупы

Сырую брюкву мелко рубят, солят и смешивают с перловой или гречневой кашей, шкварками, жареным луком. Пресное тесто раскатывают в круглые лепешки. На одну половину каждой кладут фарш, лепёшку складывают пополам и края защипывают. Смазав сметаной, пирожки выпекают, затем смазывают маслом, укладывают в сухую посуду, плотно покрывают полотенцем и ставят в теплое место.

## Коми-пермяцкая и коми-язьвинская кухня

### Пресное сдобное тесто на скорую руку

0,5 л сметаны, 1 ч. ложка уксуса, 1 ч. ложка сахара, на кончике ножа сода, соль  
Замесить всё перечисленное пшеничной мукой до упругости. Из этого теста тут же можно делать сочни, пирожки, шаньги, пельмени.

### Кислое сдобное тесто для шанег, пирогов, кулича

Чайную ложку сухих дрожжей раскрошить, налить 3—4 ст. ложки тёплой воды, добавить 1 ст. ложку сахарного песка и 2 ст. ложки муки, смешать, поставить в тёплое место, пока дрожжи не поднимутся. В это время в эмалированную кастрюлю налить 1 л молока, 1 стакан воды, добавить 3—4 взбитых яйца, 2—3 ст. ложки сахара.

0,5 ч. ложки соли, 200 г растопленного маргарина, всё перемешать и выдерживать в тёплом месте. Когда масса поднимется, добавить к ней прибку с дрожжами, мешать до густоты сметаны и оставить на ночь. Утром, если тесто жидковато, добавить муки, перемешать, затем тесто вывалить на доску, вымесить до упругости, оставить образовавшийся кругляш до тех пор, пока на нём не появятся пузырьки. После этого можно разделять тесто на шаньги, плюшки, пироги, оладьи, кулич.

### Пирожки из пистиков

Только что собранные пистики промыть, порубить в корытце, отжать сок, заправить сырым яйцом или сметаной, посолить. Перемешать. Тесто обычное пресное. Раскатать жгутики потолще, чем для пельменей, разрезать на лепёшки, сформировать их, затем раскатать на тонкие круглы сочни диаметром 12—15 см. На половинку сочня выложить фарш толщиной 1,5 см, закрыть второй половинкой сочня, края защипать. Выпекать в духовке на противне, затем смазать сливочным или льняным маслом. Выложить на тарелку, укрыть салфеткой и выдержать 10—15 минут.

Фарш можно также приготовить из сушёных пистиков, замачивая в течение 8-10 часов, или из солёных пистиков.

### Пирожки из зелёного лука

Лук-перо с луковкой очистить, вымыть, порубить в корытце, посолить, добавить 1-2 ст. ложки сметаны и сваренное вкрутую измельчённое яйцо. Всё перемешать. Помнить, что сметаны нужно добавить столько, чтобы она не вытекала из пирожков на противень. Приготовить небольшие сочни из пресного теста, нафаршировать, другой половинкой сочня прикрыть, края защипать, выпекать в духовке на противне до подрумянивания. Готовые пирожки смазать сверху и снизу маслом.

### Пирожки со свежими рыжиками

Свежесобранные рыжики очистить, вымыть, ошпарить кипятком, мелко порубить в корытце, добавить варёное или сырое яйцо и сметану, посолить, перемешать. Этим фаршем начинить маленькие тонкие сочни, испечь.

### Солоник кудымкарский

Из пресного теста раскатать небольшие тонкие сочни, вместо фарша посолить внутреннюю сторону сочня, загнуть, как пирожок, защипать края, положить на сковороду, испечь в духовке. Можно жарить на плите в сковородке.

### Рыбный пирог

Речную свежую рыбу (лучше окуня) выпотрошить, оставив голову, хвост, чешую нетронутыми, вымыть её. На сочень из кислого теста выложить квашеную капусту с мелко нарезанным луком, выложить рыбу рядами в один слой, сверху снова выложить капусту и лук. Края сочня соединить посередине пирога. Вилкой наколоть сочень, испечь в духовке.

### Пирог из редьки

Редьку натереть, отжать, посолить, смешать с 0,5 ложки сметаны или растительного масла. Выложить фарш на большой сочень из кислого теста, второй половиной сочня накрыть, защипать края, печь 30 минут. Затем смазать топлёным или растительным маслом, прикрыть полотенцем.

### Пирог с калиной

На сочень из кислого теста выложить ягоды калины, края защипать. Для приготовления начинки: смешать ягоды с соломом или сахарным песком, сок отжать, растереть ягоды с небольшим



количеством крахмала или манной крупы, чтобы начинка не вытекала. Выпекать в духовке.

### Шаньга молочная с ячневой крупой

Тонкий пресный небольшой сочень начинить заранее замоченной и набухшей в сметане или молоке ячневой крупой-сечкой. Края сочня оформить бортиками в виде жгутиков.

Выпекать в духовке.

### Шаньги картофельные

Приготовить пресное сдобное тесто из ржаной или пшеничной муки. Тесто должно быть густым, хорошо вымешанным. Разделить на несколько кусков, раскатать их колбасками толщиной 3—4 см в диаметре, нарезать на кусочки длиной 1—2 см, сделать лепёшки, наскать тонкие сочни диаметром 12—15 см, толщиной 2—3 мм. В середине сочня разложить начинку высотой не более 1 см, выровнять, края сочня приподнять, закрепив края защипами-угольниками. Чтобы шанежка быстрее подрумянилась, смазать сверху сырым взбитым яйцом. Печь на противне 20—30 минут, затем смазать сливочным маслом.

Для начинки: приготовить картофельное пюре из горячего отварного картофеля, разведенного молоком, добавить 2—3 взбитых яйца, 1—2 ст. ложки маргарина или масла. Начинка не должна быть жидкой, чтобы не «выбежала», но и не слишком густой.

### Лукасов

150 г зелёного лука, 50 г кипячёной или родниковой воды комнатной температуры, соли по вкусу.

Перо мелко нарезать, посолить, истолочь деревянным пестом или ложкой до тех пор, пока не появится рассол. Налить воды, чтобы замокал хлеб. Едят лукасов куском хлеба. Прихватывая лук на кончике куска. Готовить такой салат можно до тех пор, пока перо не огрубеет.

### Грибная икра

Сушёные грибы вымыть, замочить в кипятке с вечера. Утром верхний слой воды слить в отдельную посуду, а осадок со дна убрать. Грибы мелко порубить в деревянном корытце сечкой. Порубить мелко репчатый лук: на 3—4 ложки икры 1 луковку. Массу перемешать, добавить немного грибного рассола, в котором замачивались грибы, посолить. Можно добавить растительное масло, но никогда не добавляют сметану — это блюдо постное.

### Редька с квасом

3—4 ст. ложки тёртой редьки, 2 картофелины, 2 луковицы, 1—2 зубчика чеснока, 4 ложки сметаны, 2 л кваса на 3—4 порции

Тёртую редьку, варёный измельчённый картофель, репчатый лук (летом — перо лука), чеснок залить овсяным квасом комнатной температуры, посолить по вкусу. Есть как окрошку, можно добавить сметану.

### Щи мясные

Большой кусок свинины положить в чугунок, залить кипятком, поставить в духовку, поварить 15—20 минут, затем добавить капусту, свежую или кислую, заправить измельчённым репчатым луком, высыпать 0,5 или 1 стакан (в зависимости от ёмкости посуды) перловой крупы и снова поставить в духовку до готовности мяса и разваривания крупы. Мясо подавать отдельно, в холодном виде, разрезанным на крупные куски, с квашеной капустой.

### Щерба — северная уха

В воду опустить очищенный и нарезанный картофель, лук, посолить, немного поварить. Затем за 5—8 минут до готовности опустить очищенную рыбу — мелкую целиком, а покрупнее —

кусочками, как только глаза рыбёшек вздуются и побелеют, рыбу вытаскивают. Из пряностей кладут лавровый лист, перец.

### Грибовница с яйцами

250 г свежих грибов, тщательно промытых в холодной воде, нарезать тонкими ломтиками и положить в кастрюлю, добавив 3 ст. ложки сливочного или растительного масла. В этом масле тушить грибы, пока не обмякнут. Затем добавить 2 ст. ложки манной крупы, чуть пожарить, налить 1,5 л воды, добавить измельчённый укроп, вскипятить, разбить сырое яйцо, хорошо перемешать и постепенно ввести в кипящий суп, помешивая его. Варить ещё 3—4 минуты.

### Мясные пельмени

Тесто сдобное пресное, для фарша взять вырезку из говядины или свинины, мелко порубить сечкой в деревянном корытце или пропустить через мясорубку, добавить 3—4 ст. ложки воды или молока, чтобы фарш был влажным, но он не должен быть жидким; добавить мелко изрубленный лук, соль (перец — по вкусу), всё перемешать.

Раскатать упругое тесто, раскатать очень тонкие небольшие сочни. На середину сочня выложить 0,5 ч. ложки фарша, защипать, края соединить в форме полумесяца или уха.

Опустить в кипящую подсоленную воду, варить 7—8 минут.

Подавать к пельменям уксус или горчицу, сливочное масло или сметану.

Если остались излишки пельменей, выложить их на доске на холод (верхняя полка холодильника, морозильник). После холода пельмени при варке становятся морщинистыми, как настоящее ухо.

### Пельмени с редькой

Редьку очистить, натереть на тёрке, тщательно отжать, добавить в редьку сметану, измельчённый лук, соль. Тесто пресное. Варить 5—6 минут, есть с уксусом или сметаной, в постные дни сметану в фарше и при подаче можно заменить растительным маслом.

### Селянка-яичница

5 сырых яиц взбить, добавить не более 0,5 л молока, посолить, перемешать, перелить массу в горшок или глиняную чашку, поместить в нежаркую духовку на 2 часа. Как сверху подрумянится — блюдо готово. Посуду в печи не закрывать.

Можно приготовить селянку и на плите. Горячую сковороду смазать сливочным или топлёным маслом, подготовленную массу вылить на неё и поставить на средний огонь. Через 12—15 минут яичница готова.

### Пасха

2 кг творога, 400 г сливочного масла, 15 желтков яиц, 1 кг сахара, 2 пакетика ванилина, немного корицы, гвоздики, 200 г пропаренного изюма, 1 ст. ложка мёда

Домашний творог хорошо отжать, протереть деревянной ложкой через крупное сито. Затем желтки варёных яиц измельчить, протереть с творогом. В эту массу добавить промытый и пропаренный изюм, соль, перемешать. Растопить масло, добавить мёд, перемешать. Маслом с мёдом залить творожную массу, снова перемешать. Образовавшуюся массу выложить в чистую двухслойную марлю, опустить в деревянную форму с небольшими отверстиями на дне, марлю прикрыть чистой салфеткой, на неё поставить гнёт. В таком виде продержать до утра в прохладном месте. Утром вынуть сформировавшийся творог, поставить целиком на стол, освободив от марли. Резать ломтиками и есть как сыр. Форма может быть любой: квадратной, круглой, овальной, но непременно деревянной.

### Кулич по-кудымкарски

3 стакана молока, 1,5 стакана топлёного масла, 1,5 стакана сахарного песка, 10 яиц, 200 г миндаля, 200 г изюма, немного дрожжей, муку до густоты.

Желтки растереть с сахаром, белки взбить, тесто заместить густо, добавить изюм и миндаль. Положить в форму и печь сразу же в течение 2 часов в нежаркой печи.

Куличи выпекают в формах из тонкой жести со съёмным дном. Форму обязательно выкладывают бумагой, помасленной сливочным маслом. Куличное тесто всегда закладывают до половины объёма формы.

### Бабушкин пряник

3 яйца, 1 стакан сахара, сода на кончике ножа, 1,5 стакана ржаной муки

Взбить сырые яйца, смешать с сахарным песком, содой. В эту массу добавить ржаную муку, доведя до густоты сметаны. Из теста чайной ложкой выкладывать на смазанный противень небольшие шарики и выпекать их в духовке до подрумянивания.

### Ырош (овсяный квас) по-городскому

Бражно, квасно — сырьё для ыроша: овсяную муку смешать с ржаным солодом (3/4 муки и 1/4 солода). Если нет солода, то заменяют его ржаной мукой и пряниками (см. выше), которые замачивают до замеса. Можно добавить 1—2 ст. ложки сахара.

Замесить бражно, затем миску с замесом поставить в таз, налить в него воду до половины миски, поставить таз на плиту и парить до готовности, часто помешивая ложкой. Двухлитровую миску упаривать в течение 2 часов. Затем процедить, остудить, заквасить приготовленными активированными дрожжами, выдержать в тепле 6—8 часов. Питьё готово. Хранить в прохладном месте.

Оставшуюся густую массу — отжимы можно развести 2-3 раза водой. Половину полученной овсяной жидкости заквасить заранее разведенными и подбитыми мукой дрожжами. Подготовленные дрожжи должны иметь пенистую консистенцию. Заквашивать ырош можно и оставшимся густым квасом предыдущего приготовления.



## Еврейская кухня

### Рубленая селёдка

70 г сельди солёной, 10 г булки французской, 5 г масла растительного, 4 яйца, 20 яблок (антоновки), 5 г сахара, 15 г лука репчатого, 10 г лука зелёного, 10 г уксуса, 0,05 г перца

Вымоченную в воде селёдку промывают, очищают от кожицы, удаляют голову, хвост и кости. Мякоть селёдки пропускают один раз через мясорубку, после чего добавляют замоченную мякоть булки, очищенные сырые яблоки, лук и второй раз пропускают через мясорубку. Круто сваренные яйца делят на части, в одной части отделяют желтки от белков. Желтки протирают с уксусом. Белки мелко рубят, соединяют с рубленой селёдкой, добавляют перец, уксус и всё тщательно перемешивают. Затем кладут массу на тарелку, придают ей форму селёдки, прикладывают голову и хвост, покрывают кружочками яиц и посыпают мелко нарезанным зелёным луком. Протёртые с уксусом желтки заправляют сахаром, молотым перцем, маслом, хорошо перемешивают и этим соусом поливают селёдку.

### Чолит (суп фасолевый)

125 г мяса, 30 г фасоли, 15 г моркови, 10 г репчатого лука, 20 г гречневой крупы, 10 г говяжьего топленого сала, 0,05 г перца, 6 г соли

Порционные куски мяса заливают горячей водой, добавляют луковичку, морковь, разрезанную на 4 части, солят и варят при медленном кипении. Пенку и всплывающий на поверхность бульона жир снимают. Срок варки бульона зависит от качества мяса 2—2,5 часа. Бульон процеживают, лук и морковь удаляют, а мясо вновь соединяют с бульоном, добавляют подготовленную фасоль, перец, неплотно прикрывают крышкой и ставят на 3 часа в духовку. Перед подачей на стол суп процеживают, мясо подают с фасолью, а бульон заливают отдельно приготовленную гречневую кашу.

### Цимес картофельный

300 г картофеля, 30 г изюма, 20 г чернослива, 10 г сахара, 5 г муки пшеничной, 10 г масла сливочного, 0,1 г корицы, 4 г соли

Очищенный и нарезанный кубиками картофель кладут в кастрюлю, добавляют масло и гусиный жир, промытый изюм, чернослив, толченую корицу и сахар, заливают горячей водой так, чтобы она чуть покрыла продукты, и тушат до полуготовности. Затем добавляют соль, пассерованную муку, предварительно разведенную горячей водой, и доводят до готовности.

По другому варианту при изготовлении картофельного цимеса взамен изюма, корицы, муки берут на одну порцию 100 г жирного мяса и 0,05 перца.

### Тефтели

140 г мяса, 3 г чеснока, 0,2 л мясного бульона, 20 г белого хлеба, 1/10 яйца, 10 г сала говяжьего топленого, 10 г томата-пюре, 10 г сухарей из черного хлеба, 10 г медового пряника, 15 г сахара, 0,1 г лимонной кислоты, 0,05 г перца, 4 г соли

Мясо, нарезанное кусками, пропускают через мясорубку, соединяют с замоченной мякотью белого хлеба и ещё 2 раза

пропускают через мясорубку. Добавляют толченый чеснок, соль, яйцо, всё это хорошо перемешивают и из этого фарша разделяют шарики по 3—4 штуки на порцию. Шарики жарят на распущенном жире. На мясном бульоне готовят подливку: протёртые сухари и пряник разводят процеженным горячим бульоном, добавляют томат-пюре, соль, перец, лимонную кислоту и варят 10 минут, а затем кладут шарики, покрывают крышкой и доводят до готовности. При подаче на стол поливают подливкой.

По другому варианту для приготовления подливки взамен томата-пюре и сахара берут мёд и изюм.

### Куры фаршированные

300 г куры, 20 г хлеба белого, 3 г чеснока, \* яйца, 20 г гусиного или куриного жира (нетопленого или топленого), 300 г картофеля, 0,05 перца, 5 г соли

Опалённых, промытых и просушенных кур кладут на стол грудкой вниз. Вдоль спины курицы, посередине, от шеи до гузки острым ножом делают надрез, а затем снимают всю кожу. Мясо отделяют от костей, пропускают через мясорубку, соединяют с замоченной мякотью белого хлеба и ещё 2 раза пропускают через мясорубку. Добавляют мелко рубленый жир, толченый чеснок, соль, яйца. Всё тщательно перемешивают, перекладывают на куриную кожу ровными слоями, посередине кладут ломтиками яйца, сваренные вкрутую, после чего кожу заворачивают, придавая ей форму целой курицы, и зашивают.

Заворачивают кур в ошпаренные салфетки или марлю (концы перевязывают), кладут в кастрюлю, заливают горячей водой и варят при слабом кипении до готовности. Варёных кур вынимают из кастрюли, концы салфеток развязывают. Кур слегка остужают под лёгким прессом, снимают нитки и нарезают на порции. Из куриных костей варят бульон и процеживают.

Очищенный и нарезанный тонкими ломтиками картофель жарят на распущенном жире. При подаче на стол порции курицы заливают процеженным бульоном и на гарнир предлагают жареный картофель.

## Щука фаршированная

250 г щуки, 10 г хлеба белого, 40 г свёклы, 50 г репчатого лука, 40 г моркови, 0,1 г перца душистого, 35 г хрена готового, 1/10 яйца, 3 г сахара, 0,05 г перца чёрного, 5 г соли

Очищенную рыбу режут на куски, не разрезая брюшка. В число кусков входят голова и хвост. Из кусков рыбы вырезают мякоть, не повреждая кожу, а из головы удаляют жабры. Мякоть пропускают через мясорубку, добавляют замоченный и отжатый хлеб, репчатый лук и ещё раз пропускают через мясорубку. Затем добавляют яйцо, сахар, соль, перец и всё тщательно перемешивают. Фарш не должен быть жидким. Приготовленным фаршем заполняют куски рыбы, откуда была вырезана мякоть, и подравнивают ножом, смоченным в воде. В сотейник кладут слой мелко нашинкованной моркови, свёклы, потом куски фаршированной рыбы, а затем снова слой моркови и свёклы, добавляют душистый перец, соль, покрывают промытой шелухой от лука, заливают холодной водой так, чтобы она покрывала рыбу, закрывают крышкой и варят при медленном кипении 1,5-2 часа. Затем рыбу вынимают, а образовавшийся подлив процеживают.

На стол подают холодной, с подливом и хреном.

В качестве гарнира подаётся отварной картофель.

По другому варианту фаршированную рыбу (можно не только щуку — судака и т.д.) при подаче на стол обкладывают отварными овощами: наряду с морковью и свёклой кладут также слой лука.

## Оменташен

40 г муки пшеничной, 10 г масла сливочного, 20 г воды, 5 г сахара, 1/20 яйца, 0,5 г дрожжей, 2 г соли, 0,05 г шафрана. Для начинки: 15 г мака, 10 г сахара, 3 г изюма, 10 г мёда

В кастрюлю заливают воду или молоко, всыпают сахар и соль. Помешивая, жидкость слегка нагревают. Затем, продолжая размешивать, добавляют настой шафрана, дрожжи, всыпают просеянную муку и замешивают некрутое тесто.

В подошедшее тесто добавляют разогретые жиры, вновь вымешивают, подсыпая муку, и дают подойти в течение 40-50 минут. Затем тесто выкладывают на стол, посыпают мукой,

нарезают на куски. Каждый кусок теста раскатывают кружками толщиной 0,5 см. В середину каждого куса кладут начинку, состоящую из смеси толчёного мака, сахара. Рубленого изюма, после чего кружки заворачивают, придавая им форму треугольника, и ставят в тёплое место, затем смазывают яйцом и запекают в духовке. Выпеченные треугольники в горячем состоянии обмакивают в растопленный мёд.

## Флуден (сладкий пирог с начинкой)

40 г пшеничной муки, 20 г воды, 10 г сливочного масла, 5 г сахара, 1/4 яйца, 2 г соли, 0,5 г дрожжей. Для начинки: 20 г варенья, 10 г очищенных грецких орехов, 5 г сахара, 0,1 г корицы

Приготовленное кислое дрожжевое тесто (см. рецепт выше), окрашенное шафраном, разделяют на две части. Каждую часть раскатывают слоем толщиной 1 см. Один слой теста кладут на смазанный маслом противень, намазывают его ровным слоем варенья, после чего накрывают другим слоем теста и, зашив кругом края, ставят в тёплое место. Затем смазывают яйцом, посыпают смесью толчёных орехов, сахара и корицы и выпекают в духовке.

Готовый флуден нарезают на куски в форме четырехугольников.

## Миндальные бублики

25 г муки пшеничной, 20 г очищенного миндаля, 10 г сахара, 1/2 яйца, 2 г соли

К взбитым белкам добавляют толчёный миндаль, сахарную пудру, просеянную муку, и всё тщательно перемешивают. Затем раскладывают в формочки и выпекают в духовке.

## Тейглах (шарики в меду)

40 г пшеничной муки, 1/2 яйца, 5 г сахара, 10 г сливочного масла, 2 г соли. Для сиропа: 20 г мёда, 10 г сахара, 3 г растительного масла, 0,1 г корицы

Приготовленное крутое яичное тесто раскатывают толщиной 0,5 см, нарезают на полосы шириной 15—20 см. Каждую полосу сворачивают вдоль в виде рулета, а затем нарезают мелкими кусочками, которые раскатывают на шарики. Шарики пекут в духовке. Варят медовый сироп. Как только сироп начинает карамелизоваться, опускают в него выпеченные шарики и варят 5 минут. Затем шарики выкладывают на смоченную водой доску, разравнивают слоем толщиной до 2,5 см, посыпают сверху толчёной корицей и нарезают на кусочки в виде ромбиков.

### Айнгимацх (варенье из редьки)

1 кг редьки, 250 г мёда, 500 г сахара, 75 г очищенного миндаля, 5 г орехов, 0,1 г имбиря

Редьку очищают от кожицы, протирают на крупной тёрке, отваривают в кипящем содовом растворе, затем откидывают на сито, промывают и слегка отжимают. Варят густой медовый сироп. В кипящий сироп опускают подготовленную редьку, добавляют очищенный миндаль половинками и варят до готовности. Готовое варенье выкладывают в банку и посыпают сверху толчёным имбирём.

## Татарская и башкирская кухня

### Каймак

В Татарии и Башкирии каймаком ныне называют обыкновенную сметану, снятую вручную с простокваши через 2—3 дня или отогнанную сепаратором.

### Тёртая редька

100 г редьки, 50 г моркови, 50 г свёклы, 20 г репчатого лука, 20—25 г растительного масла, соль, перец, уксус по вкусу

Редьку натереть на тёрке, заправить солью, перцем, уксусом, растительным маслом и хорошо перемешать. Поставить на 5—6 минут на холод. Можно добавить мелко нашинкованную варёную свёклу, свежую морковь, репчатый лук.

### Соус овощной по-татарски

На 100 г соуса: 35 г моркови, 35 г репчатого лука, 10 г топленого масла, 30 г бульона, соль, перец, лавровый лист

Морковь нарезать тонкими кружочками, репчатый лук — кольцами. Залить бульоном, поставить на огонь. После того, как он закипит, прибавить соль, перец (горошком или молотый) и довести до готовности. За 5 минут до готовности положить лавровый лист, масло. Готовый соус подавать к варённому мясу, птице с картофелем.

### Суп рисовый с курицей

100 г курицы, 20 г репчатого лука, 20 г моркови, 10 г топленого масла, 100 г картофеля, 40 г риса, соль, перец по вкусу.

Сварить бульон. Посолить перед тем, как курица сварится. Готовую курицу вынуть, бульон процедить и снова поставить на огонь. Положить тщательно промытый рис, затем — нарезанный кубиками картофель, репчатый лук и морковь. Перед тем как рис сварится, курицу снова положить в бульон и дать покипеть.

### Перемячи с мясом

50 г теста, 25—30 г мяса, 10 г репчатого лука, соль, перец по вкусу, жир для жарки

Дрожжевое тесто разделить на куски по 50 г, обвалить их в муке и раскатать в лепёшки. На середину каждой положить фарш. Приподнять края теста и собрать в сборку над фаршем, в середине должно остаться отверстие (1—1,5 см).

Для приготовления фарша: жирную баранину или говядину (можно то и другое вместе) пропустить через мясорубку с репчатым луком, добавить перец и соль, всё тщательно перемешать.

После небольшой расстойки обжарить перемячи в полужиртюре, сначала отверстием вниз, а когда они зарумянятся, перевернуть отверстием вверх и влить в него кипящее масло. Готовые перемячи должны быть светло-коричневого цвета. Подавать горячими с бульоном, соусами.

Можно готовить перемячи с картофелем или творогом.

### Бэлиш с зелёным луком

1000—1200 г дрожжевого теста, 1500—2000 г зелёного лука, 6—8 яиц, 200 г масла

Дрожжевое тесто разделить на две неравные части. Большую часть раскатать и положить на сковороду. На тесто положить фарш из мелко нашинкованного зелёного лука, смешанного с мелко нарубленными крутыми яйцами и солью; полить маслом. На фарш положить оставшееся тесто, предварительно раскатав его; защипать края. Дать расстояться, смазать маслом и выпекать в духовке.

### Баранина по-казански

200 г баранины с костью, 30 г репчатого лука, 15 г топленого масла, 30 г сметаны, 5 г чеснока, 150 г картофеля, соль, перец, зелень

Баранью корейку нарезать порционными кусками, натереть солью, перцем и обжарить на сильно разогретой сковороде с маслом до появления румяной корочки. Переложить в глубокую посуду, добавить бульон, пассерованный репчатый лук, сметану. Сверху положить отдельно обжаренный картофель и тушить в закрытой посуде до готовности. Блюдо посыпать мелко нарезанным чесноком и зеленью.

### Чак-чак

500 г пшеничной муки, 5 яиц, 50 г молока, 10—15 г сахара, соль по вкусу, 250—275 г масла для жарки, 450—500 г мёда, 75—100 г сахарного песка

Сырые яйца смешать с молоком, солью и сахаром. Всыпать пшеничную муку и замесить тесто (оно должно быть не крутым). Разделить на куски по 100 г, раскатать их жгутиками толщиной 1 см. Нарезать жгутики на шарики величиной с маленький орешек и жарить их, помешивая, чтобы ровно прожарились, во фритюре.

Отдельно вскипятить мёд, смешанный с сахарным песком. Слишком долго кипятить не следует, т.к. мёд может подгореть и потемнеть.

Обжаренные орешки положить в широкую посуду, полить мёдом и хорошенько перемешать. Положить орешки на тарелку и смоченными в холодной воде руками придать кучке форму (пирамиды, конуса).

### Шербет из урюка

250 г воды, 50 г урюка, 30—40 г сахара

Урюк промыть несколько раз, положить в подслащённую кипящую воду и кипятить до тех пор, пока урюк не станет мягким. Охладить и сразу подавать на стол (хранить этот напиток нельзя). Перед подачей на стол положить в чашки по 3-5 шт. урюка.

Так же готовят шербет из кураги и изюма.

### Бишбармак

600 г баранины, 2 картофелины, 2 луковицы, 1 стакан пшеничной муки, 1 яйцо, 1,5 ст. ложки воды, 1,5 ст. ложки сливочного масла, 2,5 стакана бульона, соль и специи по вкусу

Используют реберную часть жирной баранины. Мясо нарубить на куски весом по 70 г и отварить в небольшом количестве воды. Добавить соль и специи. Для приготовления салмы из муки, яйца и воды замесить пресное тесто, раскатать тонким слоем, немного подсушить, нарезать полосками шириной до 3 см, из которых вырезать ромбики. Отварить их в бульоне или воде, откинуть на дуршлаг, затем смазать сливочным маслом. Картофель отварить отдельно, нарезать кружочками толщиной 3-5 мм. Перед подачей на стол положить в тарелку варёные салму, картофель, мясо, сверху посыпать нарезанным кольцами сырым репчатым или мелко нашинкованным зеленым луком и залить бульоном. Можно подать бульон отдельно.

### Блины пшённые

20 г пшена, 40 г пшённой муки, 110 г воды, 1/4 яйца

В жидкую пшённую кашу, сваренную на воде без соли и охлаждённую до 30—35 °С, добавляют соль, яйца, растворенные

в воде дрожжи, пшённую муку и замешивают тесто. Выдержав его 2—3 часа в тёплом месте, выпекают блины. Подают с маслом или со сметаной.

### Кыстыбай (пирог)

180 г молока, 40 г муки, 50 г пшённой крупы

Пресное тесто делят на кусочки весом по 50 г и раскатывают, как для лапши. Подпекают на сухой сковородке с обеих сторон. На одну половину горячего сочня кладут молочную вязкую кашу, начинку накрывают второй половиной, смазывают топлёным сливочным маслом и ставят в жарочный шкаф, чтобы каша прогrelась.



## Русская кухня

### Сочиво

1 стакн зёрен пшеницы, 100 г мака, 100 г ядер грецких орехов, 2—3 ст. ложки мёда, сахар по вкусу

Зёрна пшеницы растолочь в деревянной ступке деревянным пестом, периодически подливая немного тёплой воды. Затем ядро отделяют от плевел, просеивая и промывая, варят на воде из чистых зёрен обычную рассыпчатую постную жидкую кашу, охлаждают, подслащивают по вкусу.

Отдельно в специальной посуде растирают мак до получения макового молочка, добавляют мёд, перемешивают до однородной массы и добавляют к каше. Если каша густая, её нужно разбавить охлаждённой кипячёной водой. В последнюю очередь добавляют грецкие орехи. Иногда добавляют изюм.

Сочиво можно приготовить и из риса.

### Колядки (калитки)

2 стакана муки, 1 стакан жидкости (вода, простокваша, сметана в любых соотношениях), соль на кончике ножа

Тесто для колядок может быть приготовлено из одной ржаной муки или из смеси ржаной и пшеничной муки в соотношении 1:1. Замешанное тесто должно «отдохнуть» минут 20-30, прикрытое салфеткой. Раскатать тесто в жгут, нарезать на равные кусочки, закатать шарики, раскатать из них тонкие лепёшки, придать круглую или овальную форму. Положить разнообразные начинки и так же разнообразно защипать или загнуть края.

#### Начинки

Из картофельного пюре: 7—8 картофелин, 1 яйцо, 2—3 ст. ложки сливочного масла, соль по вкусу. Картофель очистить, вымыть, отварить, тщательно растолочь, добавить масло, яйцо, соль, хорошо взбить до однородной кремообразной массы.

Из моркови: 300 г сырой моркови, 1 ч. ложка сахара, 1 ч. ложка сливочного масла, соль и сок лимона по вкусу. Морковь натереть на средней тёрке, припустить с добавлением 1-2 ст. ложек воды, сливочного масла, сахара, соли и сока лимона, прикрыв крышкой и периодически помешивая.

Из творога: 100 г свежего творога, 1 желток, х чайной ложки сахара, соль по вкусу. Творог тщательно растереть с желтком, сахаром и солью до однородной массы.

Из каши: 1 стакан пшена, 2 стакана молока или воды, 2 ст. ложки масла, соль по вкусу. Вместо пшена можно использовать пшеничку, перловку или гречку. Пшено промыть в 7 водах, поместить в глиняный горшок, залить молоком или водой, добавить масло, соль и сварить рассыпчатую кашу.

Колядки выпекать при температуре 200-220°C до готовности. Испечённые горячие колядки смазать растопленным маслом или маслом со сметаной.

### Студень говяжий

2 ноги, губы, по 1 корню моркови, петрушки, сельдерея, пастернака, 1—2 лавровых листа, 10 горошков чёрного перца, соль

Ноги и губы тщательно подготовить: опалить, оскоблить, вымыть с помощью щётки, положить в большую посуду, добавить подготовленные корни, залить холодной водой и варить под крышкой сначала на сильном огне, затем на медленном — не менее 6 часов. Когда корни дойдут до готовности, вынуть их шумовкой и продолжать варить студень до тех пор, пока мясо не будет свободно отделяться от костей, а бульон приобретёт клейкообразную консистенцию. Соль и пряности добавить за 15 минут до окончания варки. Процедить бульон через салфетку, мясо снять с костей, нарезать его кусочками, разложить в формы, украсить звёздочками моркови и других корней, дольками лимона, по желанию добавить мелко нарезанный чеснок, залить процеженным бульоном, дать застыть в холодильнике (ставить туда студень совершенно остывшим).

Подавать с хреном, уксусом, горчицей.

### • Заливное из рыбы

1 кг свежей рыбы, 1 л воды, 1 луковица, по одному корню петрушки, сельдерея, моркови, соль, чёрный молотый перец, 40—50 г желатина

Свежую рыбу (судак, карп, щука и пр.) очистить, выпотрошить, вымыть, отделить головы и хвосты, разрезать на куски, кости удалить. Головы и хвосты опустить в холодную воду, поставить на огонь, довести до кипения, снять ену, добавить корни, перец, лавровый лист, соль и продолжать варить 15—20 минут, периодически снимая пену. Головы и хвосты вынуть из отвара, опустить в него куски очищенной рыбы, варить до готовности на медленном огне, после чего осторожно вынуть из бульона шумовкой куски рыбы, положить их на блюдо или в формочки.

Бульон процедить через двухслойную марлю. В процеженный бульон добавить набухший в тёплой воде желатин, довести до кипения (но не кипятить) и залить им куски рыбы.

Украсить блюдо варёной морковью, нарезанной звёздочками, зелёным горошком, зеленью петрушки, кружками сваренного вкрутую яйца, залить бульоном, поставить в холодное место. Можно украсить блюдо и лимонными ломтиками, но только после застывания, иначе блюдо будет горчить. Подать с хреном.

### Пряники медовые

Для теста: 700 г пшеничной муки, 100 г молока, 2—3 столовой ложки сливочного масла, 270 г мёда, 2 яйца, 1 ч. ложка корицы, 1/2 ч. ложки гвоздики, 1/2 ч. ложки соды

Для смазывания: 1 яйцо

Для отделки: 150 г ядер миндаля

Молоко и масло разогреть, не доводя до кипения, снять с огня, добавить мёд, перемешать до получения однородной массы. Добавить растёртые яйца, молотые и просеянные пряности, соду, муку, замесить пластичное тесто. Раскатать ровным слоем, вырезать фигурными выемками заготовки, смазать яйцом, посыпать измельчённым миндалём, испечь при температуре 200—210 °С.

### Плюшка-сердечко

Для теста: 1 кг муки, 50 г дрожжей, 2 стакана молока, 1 яйцо, 70 г сливочного масла или сливочного маргарина, 150 г сахара, 1 ч. ложка соли

Тесто разделить на куски примерно по 100 г, закатать в шарики, оставить на столе расстояться, по одному тонко раскатать в виде овальных лепёшек толщиной 3—4 мм, длиной 15—18 см. Поверхность лепёшки смазать растопленным маслом, обильно посыпать маком и сахаром, завернуть рулетик.

Рулетик сложить вдвое так, чтобы изгиб был посередине. Сделать глубокий продольный разрез на изгибе и вывернуть две образовавшиеся половинки слоистостью вверх, придавая плюшке форму сердечка. После расстойки смазать гладкие поверхности плюшки яйцом, стараясь не задевать слоистый рисунок. Выпекать до готовности.

### Щи из квашеной капусты с грибами

800 г квашеной капусты, 40—50 г сушёных грибов, 1 морковь, одна луковица, 1 корень петрушки, 2 ст. ложки томата-пюре, 1 ст. ложка пшеничной муки, 2 ст. ложки растительного масла, соль, сахар, зелень петрушки или укропа

Сушёные грибы перебрать, промыть, замочить в холодной воде на 3-4 часа для набухания, затем отварить в этой же воде. Отваренные грибы откинуть на сито, промыть, нашинковать лапшой, обжарить в растительном масле. Квашеную капусту перебрать, промыть, отжать, мелко нарезать, потушить, прикрыв посуду крышкой, периодически помешивая. Приготовить мучную пассеровку: на сковороде прогреть муку, чтобы она не изменила цвета. Продолжая помешивать, влить в несколько приёмов немного грибного отвара, не допуская образования комков.

В кастрюлю с тушёной капустой влить процеженный грибной отвар, опустить обжаренные грибы, всё довести до кипения, добавить мучную пассеровку, обжаренные в растительном масле морковь, лук, корень петрушки и томат-пюре, приправить солью и сахаром.

Щи можно приготовить с картофелем, в этом случае мучная пассеровка не вводится. При подаче щи посыпать мелко нарезанной зеленью петрушки, укропа или зелёного лука.

### Окрошка сборная мясная

1,5 л хлебного кваса, 250 г готовых мясных нежирных продуктов (отваренного мяса, варёной колбасы, сосисок, сарделек), 2 свежих огурца, 3 сваренных вкрутую яйца, 1 ч. ложка готовой к употреблению горчицы, соль, сахар, зелёный лук, укроп, 1 стакан сметаны

Мясо нарезать кубиками, яичный белок, зелёный лук, укроп, огурцы — мелкими кусочками. Желтки протереть через сито, смешать со сметаной, горчицей, солью, сахаром, разбавить хлебным квасом, соединить с нарезанным мясом, белками, зеленью.

### Рыба по-монастырски

Филе рыбы, картофель, репчатый лук, сваренное вкрутую яйцо, сметана, соль, чёрный молотый перец, Зелень

Рыбу выпотрашить, очистить, отделить филе от костей, обвалить в муке, смешанной с солью, обжарить с обеих сторон. Картофель нарезать кружками, обжарить. Яйцо очистить,

нарезать кружочками. На противень или металлическое блюдо положить слой картофеля, на него — слой филе рыбы, на рыбу «чешуёй» положить кружочки картофеля, яйца, слегка посолить, поперчить, залить сметаной, запечь в духовке до образования золотистой румяной корочки. Перед подачей на стол посыпать мелко нарезанной зеленью.

### Русское жаркое

200—300 г говядины, 4—5 картофелин, 1 луковица, 2 ст. ложки топлёного или сливочного масла, 1 морковь, по 1 корню петрушки и сельдерея, 2 зубчика чеснока, 1 ст. ложка сметаны, 2 ст. ложки рубленой зелени петрушки или укропа, соль, чёрный молотый перец по вкусу

Очистить картофель, вымыть, нарезать кубиками, обжарить в масле. Нарезать лук кольцами, обжарить в масле до золотистого цвета. Нарезать мясо кусочками, обжарить в масле с обеих сторон до образования румяной корочки.

В керамический горшок положить мясо, картофель, лук, коренья, приправить солью, перцем, лавровым листом, влить немного бульона. Тушить в духовке 30 минут. Минут за 10 до окончания приготовления залить жаркое сметаной, посыпать мелко нарезанной зеленью. Подавать с салатом из свежих овощей, солёными огурцами, квашеной капустой, зеленью.

### Блины гречневые

2 стакана гречневой муки, 2,5 стакана молока, 30 г дрожжей, соль

Тесто для блинов нужно поставить за 2—3 часа до того, как подавать их к столу

Муку развести в тёплом молоке или воде с добавлением соли и дрожжей, разведённых в небольшом количестве молока, и поставить в тёплое место. Когда тесто поднимется, осторожно, не перемешивая, печь блины на горячей сковороде, смазанной маслом.

Блины подавать с растопленным маслом, сметаной, икрой, сельдью, малосольной или свежей рыбой. Гречневые блины едят с постным (растительным) маслом.

## Блины-скородумки

5 полных с горкой столовых ложек муки, 2,5 стакана молока, 2 яйца, 1 ст. ложка сахара, 1/3 ч. ложки соли, 2-3 ст. ложки растительного масла

Яйца, соль, сахар взбить венчиком, во взбитую массу влить молоко, всыпать муку, перемешать, добавить растительное масло, ещё раз всё перемешать и выпекать блины на разогретой сковородке. Под первый блин сковородку смазать маслом, а далее не нужно, т.к. в тесте достаточно масла. Растительное масло следует вливать в тесто после его замеса с мукой, иначе блин не будет рыхлым.

Подавать блины горячими с маслом, сметаной, вареньем к чаю.

## Курник

Для теста: 350 г пшеничной муки, 90 г сливочного масла, 15 г сахара, 1 яйцо, 75 г молока или сливок, 30 г сметаны, 4 г соли, 3 г соды

Для начинки: 1 курица, 300 г белых свежих грибов, 5 сваренных вкрутую яиц, 1 стакан риса, 1 ст. ложка рубленой зелени петрушки

Для соуса: 2 ст. ложки сливочного масла, 1 ст. ложка муки, 2 стакана крепкого куриного бульона, 0,5 стакана сливок, 2 желтка

Для смазывания: 2 желтка

Масло растопить, добавить сливки, сметану, яйцо, соль, сахар. Всё тщательно перемешать. Всыпать муку, смешанную с содой, замесить однородное пластичное тесто.

Отварить курицу, снять мясо с костей, нарезать кусочками, заправить соусом. Отварить рис, заправить маслом, охладить, добавить рубленое яйцо, зелень. Потушить на масле свежие белые грибы и заправить соусом.

Из теста и начинок сформовать пирог. Для этого отделить четвертую часть теста для «крышки», а из оставшегося теста раскатать круглую лепёшку толщиной 1 см и положить в смазанную маслом форму или сковородку, перекрыв края формы. На лепёшку слоями положить начинки: рис, нарезанные кружками яйца, курятину, грибы, вновь рис и т.д., придавая форму купола. Из оставленного теста раскатать «крышку», сделать на ней крестообразные надрезы, чтобы ровнее легла, покрыть пирог,

смазать яйцом, украсить различными элементами из теста. Поверхность пирога ещё раз смазать желтком. В центре «крышки» сделать фигурное отверстие для выхода пара при выпечке.

К курнику подают соус, для приготовления которого нужно растереть с мукой 1 ст. ложку сливочного масла, разбавить горячим бульоном, вливая его тонкой струйкой при непрерывном помешивании, добавить сливки. Проварить смесь на пару до сметанообразной консистенции, снять с огня и при непрерывном помешивании заправить желтками, растёртыми с 1 ст. ложкой сливочного масла.

## Расстегай с мясом и яйцом

Для теста: 30—50 г свежих дрожжей, 0,5 л молока, 250 г сливочного масла или сливочного маргарина, 2—3 ст. ложки сахара, щепотка соли, 2 ст. ложки растительного масла, 800—900 г пшеничной муки

Для начинки: 800 г мяса (мякоти), 70 г маргарина, 5 яиц, соль, перец по вкусу

Для смазывания: 2 ст. ложки масла

Сырое мясо нарезать на небольшие кусочки, пропустить через мясорубку или порубить ножом. Измельчённое мясо положить на противень и обжарить в духовке. Ещё раз пропустить через мясорубку, добавить соль, перец, рубленое яйцо. Из теста сформовать шарики примерно по 150 г, дать им расстояться 8—10 минут, раскатать круглые лепёшки, положить на них начинку по 70—80 г, края защипать. Сформированные расстегаи положить на лист, оставить на 10-15 минут, смазать желтком. Выпекать при температуре 210—220°C. После выпечки смазать сливочным маслом.

Подают расстегаи горячими с мясным бульоном.

## Кулебяка с рыбой, рисом и яйцом

Тесто дрожжевое 1,2—1,3 кг

Для начинки: 200 г риса, 100 г сливочного масла, соль по вкусу, 5 сваренных вкрутую яиц, 1—1,2 кг рыбы, очищенной от костей и кожи

Для жаренья рыбы: 50—60 г сливочного масла

Для смазывания: 1 желток

Тесто раскатать, положить половину начинки из риса, поверх риса — обжаренные куски рыбы, посыпать нарубленными яйцами, сверху положить оставшуюся половину риса, соединить противоположные концы теста, защипать, оформить руками в виде продолговатого овала, перевернуть кулебяку швом вниз, положить на противень, смазанный маслом, поверхность наколоть вилкой, дать расстояться 15—20 минут, после чего смазать поверхность желтком, выпекать при температуре 180 °С.

Начинку из риса приготовить так: рис отварить до готовности, промыть, дать воде стечь, приправить мелкой солью и сливочным маслом, перемешать с мелко нарубленными яйцами.

### Суп гороховый постный

2,5 воды, 500 г гороха, 1 головка репчатого лука, 1 морковь, соль, перец, 100 г растительного масла

Варить горох с добавлением моркови 2,5—3 часа, посолить, поперчить, протереть через сито. Заправить мелко нарезанным и обжаренным в растительном масле репчатым луком. Подавать с ржаными сухариками.

### Кулич

1 кг муки, 600 г молока, 50—70 г свежих дрожжей, 20 яиц, 200 г сахара, 500 г сливочного масла, соль по вкусу и ещё столько муки, сколько потребуется

Смешать муку с тёплым молоком, распущенными в небольшом количестве молока и всленившимися дрожжами, поставить в тёплое место для брожения, прикрыв салфеткой. Когда тесто поднимется, прибавить 20 желтков, растёртых с сахаром добела, растопленное тёплое масло, соль и тщательно перемешать. Затем ввести взбитые в стойкую пену белки и осторожно, чтобы не разрушить пену, столько муки, чтобы

тесто получилось достаточно густым. Дать тесту подняться вторично. Затем тесто следует как следует выбить, положить в обильно смазанную маслом форму, заполнив её до половины, дать тесту подняться вровень с краями формы, выпекать при температуре 180 °С.

### Пасха боярская

1 кг творога, 0,5 л сливок 30% жирности, 500 г сахара, 300 г сливочного масла, 2 желтка, 100 г апельсиновых цукатов, ванильный сахар

Творог дважды протереть через сито, добавить взбитые сливки, соединить с отдельно растёртым добела маслом с сахаром и желтками, добавить измельчённые цукаты и ванилин, тщательно перемешать. Заполнить творожной массой пасочницу, застланную влажной марлей, прикрыть блюдцем, положить сверху лёгкий гнёт, поставить в холодильник на 12 часов.

### Кутья поминальная

1 стакан риса, 100 г изюма без косточек, 100 г мёда

Рис отварить до мягкости. Отдельно сварить изюм, соединить с рисом. Подсластить мёдом, предварительно разведённым небольшим количеством кипячёной воды.

### Варенье из китайских яблочек

1 кг яблок, 1 кг сахара, 1 стакан воды

Варенье из мелких яблочек, известных как «китайские», считается деликатесом. Нужно отобрать яблочки одинаковой зрелости. Плодоножку обрезать на 2/3 её длины. Вымытые яблоки бланшировать, погрузив в кипящую воду на 3—5 минут, быстро охладить под струёй холодной воды, наколоть, затем опустить в горячий сахарный сироп на 2—3 часа, чтобы яблочки пропитались сиропом. Варить варенье в несколько приёмов (3—5). Когда яблочки станут совершенно прозрачными, варенье готово.

## Кришнаитская кухня

### Йогурт

5 л свежего молока, 0,5 л йогурта

Вскипятить молоко, перемешивая, чтобы не подгорело. Снять с огня и остудить до 40-45°C. Размешать йогурт, чтобы не было сгустков, добавить к молоку. Тщательно перемешать. Завернуть кастрюлю в плотную ткань и поместить в тёплое место. Через 4-5 часов йогурт обычно готов. Хранить в холодильнике, отлив 0,5 л закваски для следующей порции.

### Домашний творог (панир)

2,5 л молока, 5 ст. ложек лимонного сока, или 2 ч. ложки лимонной кислоты, или 150 г йогурта, или 500 г кислой сыворотки

Довести молоко до кипения. Когда молоко начнёт подниматься, добавить в него свёртывающее вещество. Снять с огня. Почти сразу же губкообразный панир отделится от прозрачной сыворотки. Если сыворотка

не прозрачная, поставить кастрюлю на огонь и добавить ещё немного свёртывающего вещества.

Положить в дуршлаг марлю и процедить жидкость, хлопья собрать и промыть под холодной водой, отжать.

### Топлёное осветлённое масло (гхи)

3 кг сливочного масла

Нагреть масло в толстостенной кастрюле на среднем огне. Когда поверхность масла покроется пеной, уменьшить огонь до минимума, растапливать без крышки. Время от времени снимать пену. Гхи не должно кипеть. Время приготовления: 2,5—3 часа. Выход продукта 2,3—2,5 кг. Правильно приготовленное гхи имеет янтарный цвет и может храниться месяцами.

### Смеси специй (масала)

Панч-масала

1 часть семян тмина, 2 части семян укропа, 1 часть кориандра, 1 часть горчицы, 1 часть перца смешать, хранить в герметично закрытом сосуде в сухом холодном месте.

Гарам-масала

4 части семян кориандра, 2 части семян тмина, 2 части семян кардамона, 1 часть цельных гвоздик, 1 часть корицы, 2 части чёрного перца.

Каждую специю прожарить на сухой сковородке по отдельности, пока специя не станет на тон темнее. Когда все специи будут прожарены, измельчить в кофемолке. Смешать, хранить в герметично закрытом сосуде в сухом холодном месте.

### Тонкости приготовления риса

1. Хорошо перебрать рис.
2. Выбирать самый лучший рис с цельными зёрнами.
3. Хорошо промывать рис,
4. Прежде чем варить, поддержать рис в холодной воде 15—25 минут.

5. Перед варкой риса осторожно прожарить его в небольшом количестве топленого или растительного масла. Прожаривать, помешивая, пока зёрна не станут прозрачными.

6. Если рис готовится на пару, то на каждую 1 часть риса берётся 1/4 части воды. Если рис выдерживали в воде, то ещё меньше.

7. Если к рису добавляется кипящая вода, необходимо размешать, чтобы предотвратить склеивание зёрен.

8. В большинстве рецептов следует как можно плотнее закрывать кастрюлю крышкой.

9. Рис готов, когда зёрна мягкие и прозрачные. Открыть кастрюлю и проварить рис ещё 2—3 минуты.

10. Вынимать рис слоями, стараясь не раздробить зёрен. Перед подачей осторожно разрыхлить вилкой.

### Рис с картофелем

275 г риса, 250 г картофеля, 70 г масла, 1 ч. ложка тмина, 1 ч. ложка кориандра, 1,5 ч. ложки куркумы, 1 ч. ложка соли, 0,5 ч. ложки красного перца, 500 г воды, 1 лимон

Промыть и осушить рис. Нарезать очищенный картофель кубиками (2 см). Нагреть топленое масло в кастрюле с толстым дном, бросить туда перец, тмин, куркуму, кориандр, а также рис и кубики картофеля. Жарить в течение 10 минут на среднем огне, постоянно помешивая. Залить кипящей подсоленной водой, накрыть крышкой и варить до готовности. В каждую порцию добавить лимонный сок.

### Пряный рис

275 г риса, 500 г воды, 1 ч. ложка соли, 2 ст. ложки топленого или растительного масла, 2 ч. ложки семян тмина, 2 красных нарезанных перца, 1 ч. ложка молотой корицы, 1 ч. ложка молотого имбиря, 3 толчёных кардамоновых стручка, 3 ст. ложки листьев петрушки

Хорошо промыть рис, 15 минут подержать в воде, затем откинуть на дуршлаг на 15 минут. Нагреть масло в кастрюле, поджарить семена тмина и перец. Через несколько секунд,

когда семена тмина начнут темнеть, добавить корицу, имбирь и кардамон. Размешать, положить рис и продолжать помешивать. Через 2—3 минуты рис слегка прожарится. Налить кипящую подсоленную воду в рис, размешать, закрыть крышкой, убавить огонь до минимума. Варить, не открывая крышки, 15—18 минут, пока рис не впитает всю воду.

Снять крышку, дать испариться влаге в течение нескольких минут, добавить листья петрушки, осторожно размешать вилкой. Подавать с любыми овощами, чечевичной подливкой или с карри.

### Тыква со сладким рисом

250 г риса, 4 яблока (груши), 350 г сахара, 3 щепотки шафрана, 425 г воды (для сиропа), 3 ст. ложки топленого масла, 1 ч. ложка корицы, 6 гвоздик, 6 стручков кардамона, 3 лавровых листа, 500 г воды (для риса), 50 г нарезанного миндаля, 50 г изюма, 50 г чернослива или инжира, 1 большая тыква

Вырезать в тыкве сверху отверстие, через которое удалить семена. Закрывать отверстие вырезанной «крышечкой» и поставить в духовку.

Промыть рис и слить воду. Очистить яблоки от кожуры и сердцевин и нарезать на кусочки. Приготовить сироп: сахар, щепотку шафрана и воду, кипятить 30 минут на среднем огне, пока не останется треть первоначального объёма.

Нагреть масло в кастрюле, бросить туда корицу, гвоздику, кардамон и лавровый лист, жарить 1—2 минуты, затем добавить рис, жарить, помешивая, 3—5 минут. Добавить горячую воду и довести до кипения. Бросить две щепотки шафрана в воду, закрыть крышкой и варить на слабом огне около 15 минут. Затем снять кастрюлю с огня. Сделать углубление в середине риса и поместить туда кусочки яблока и немного сиропа. Добавить изюм и нарезанный миндаль. Закрывать углубление рисом и налить остатки сиропа сверху. Снова накрыть крышкой и варить на слабом огне 10 минут, пока рис не будет готов.

Осторожно достать тыкву из духовки, открыть «крышечку» и переложить в тыкву рис, затем снова закрыть «крышечку» и поместить тыкву в духовку на 5 минут.

Подавать тыкву целиком на большом подносе. Хорошо подать к тыкве взбитые сливки.

### Нектар из риса и моркови

200 г моркови, 150 г риса, 2,4 л молока, 300 г сахара, 100 г цельного миндаля, 2 щепотки шафрана, 1 ч. ложка молотых

## Содержание

Польская кухня	
Суп по-варшавски .....	5
Борщ польский .....	5
Судак по-польски. ....	6
Бигос .....	6
Маковник по-польски .....	7
Таджикская кухня	
Шакароб.....	8
Кулча .....	8
Плов душанбинский.....	9
Нахудшурак.....	10
Пашмак.....	11
Гранатовый шербет.....	11
Виноградный шербет.....	12
Абрикосовый шербет .....	12
Клубничный шербет.....	12
Лимонный шербет.....	12
Вишнёвый шербет.....	13
Грузинская кухня	
Харчо.....	14
Чихиртма из баранины .....	15
Чахохбили из говядины.....	16
Сациви .....	17
Лобио .....	17
Хачапури.....	18
Мчади .....	19
Армянская кухня	
Хаш.....	20
Чирапур.....	21
Кчуч рыбный .....	21
Толма.....	21
Шашлык по-карски .....	23
Курица с яблоками .....	23
Баклажанное борани .....	24
Назук .....	24
Югатерт.....	25
Ншаблит (печенье) .....	25
Азербайджанская кухня	
Пити.....	26
Люля-кебаб .....	27
Дюшбара .....	27
Чучу .....	28
Рахат-лукум.....	28
Ширвани-нан .....	29
Пахлава бакинская .....	30
Марийская кухня	
Жаритлыме шокш (печень по-таирски).....	32



Коман мелна (блины трехслойные).....	32
Ношмо кинде (хлеб конопляный).....	33
Нужымо паренге пельмень (пельмени картофельные).....	33
Серетан шур (щи из зелени).....	33
Сукыр кинде.....	34
Турисмо торык вуд (творожный напиток).....	34
Шурашан студень (студень с крупой).....	34
Шурашан туймошыл (говядина по-таирски).....	34
Шыл подкогыльо (пирожки отварные с мясом).....	35
Шырдан (отварная колбаса).....	35
Чувашская кухня	
Хуплу (пирог со свиной и картофелем).....	36
Какай-шурпи (суп из субпродуктов).....	36
Колбаса домашняя по-чувашски.....	37
Окрошка по-чувашски.....	37
Пирог рыбный.....	37
Пирог со щавелем.....	37
Сладость.....	38
Суп молочный с рыбой.....	38
Шыртан.....	38
Немецкая кухня	
Сельдь по-немецки.....	39
Миш-маш.....	39
Немецкий пирог «Кухе».....	40
Штрудель.....	40
«Голые поросята».....	40
Домашняя колбаса.....	40
Кребли.....	41
Пасха.....	41
Рыба по-бисмарски.....	41
Свинина в тесте.....	42
Берлинский шницель.....	42
Миндальное рождественское печенье.....	42
Пунш «Из Шварцвальда».....	43
Белорусская кухня	
Холодник (хладник).....	44
Жур постный.....	45
Гусь смаженный.....	45
Драники (деруны).....	46
Капытка.....	46
Драчёна белорусская (праздничное блюдо).....	46
Клёцки манные.....	47
Яблочный квас.....	47
Кулага белорусская.....	47
Украинская кухня	
Борщ украинский простой.....	49
Борщ полтавский.....	50
Борщ черниговский.....	50
Кулеш.....	51
Верещака.....	51
Яйца в сметане.....	52

Яичница гуцульская.....	52
Лежни картофельные.....	52
Ряженка.....	52
Гречаники.....	53
Пампушки с чесноком пшеничные.....	53
Вареники с вишнями.....	54
Коржи маковые.....	54
Узвар из сушёных фруктов.....	55
Папошник украинский.....	55
Удмуртская кухня	
Виртырем (колбаски).....	57
Жукомильым (блинчики с фаршем).....	57
Котлеты деревенские.....	58
Пыжем силь (мясо жареное).....	58
Сяртчинянь (пирожки).....	58
Коми-пермяцкая и коми-язвинская кухня	
Пресное сдобное тесто на скорую руку.....	59
Пирожки из пистиков.....	60
Пирожки из зелёного лука.....	60
Пирожки со свежими рыжиками.....	60
Солоник кудымкарский.....	61
Рыбный пирог.....	61
Пирог из редьки.....	61
Пирог с калиной.....	61
Шаньга молочная с ячневой крупой.....	62
Шаньги картофельные.....	62
Лукасов.....	62
Грибная икра.....	63
Редька с квасом.....	63
Щи мясные.....	63
Щерба — северная уха.....	63
Грибовница с яйцами.....	64
Мясные пельмени.....	64
Пельмени с редькой.....	64
Селянка-яичница.....	65
Пасха.....	65
Кулич по-кудымкарски.....	65
Бабушкин пряник.....	66
Ырош (овсяный квас) по-городскому.....	66
Еврейская кухня	
Рубленая селёдка.....	67
Чолит (суп фасолевым).....	68
Цимес картофельный.....	68
Тефтели.....	68
Куры фаршированные.....	69
Щука фаршированная.....	70
Оменташен.....	70
Флуден (сладкий пирог с начинкой).....	71
Миндальные булочки.....	71
Тейглах (шарики в меду).....	72
Айнгимацх (варенье из редьки).....	72

Татарская и башкирская кухня	
Каймак.....	73
Тёртая редька.....	73
Соус овощной по-татарски.....	74
Суп рисовый с курицей.....	74
Перемячи с мясом.....	74
Бэлиш с зелёным луком.....	75
Баранина по-казански.....	75
Чак-чак.....	75
Шербет из урюка.....	76
Бишбармак.....	76
Блины пшённые.....	77
Кыстыбай (пирог).....	77
Русская кухня	
Сочиво.....	78
Колядки (калитки).....	79
Студень говяжий.....	79
Заливное из рыбы.....	80
Пряники медовые.....	81
Плюшка-сердечко.....	81
Щи из квашеной капустой с грибами.....	81
Окрошка сборная мясная.....	82
Рыба по-монастырски.....	82
Русское жаркое.....	83
Блины гречневые.....	83
Блины-скородумки.....	84
Курник.....	84
Расстегай с мясом и яйцом.....	85
Кулебяка с рыбой, рисом и яйцом.....	85
Суп гороховый постный.....	86
Кулич.....	86
Пасха боярская.....	87
Кутья поминальная.....	87
Варенье из китайских яблочек.....	87
Кришнаитская кухня	
Йогурт.....	88
Домашний творог (панир).....	88
Топлёное осветлённое масло (гхи).....	89
Смеси специй (масала).....	89
Тонкости приготовления риса.....	89
Рис с картофелем.....	90
Пряный рис.....	90
Тыква со сладким рисом.....	91
Нектар из риса и моркови.....	92