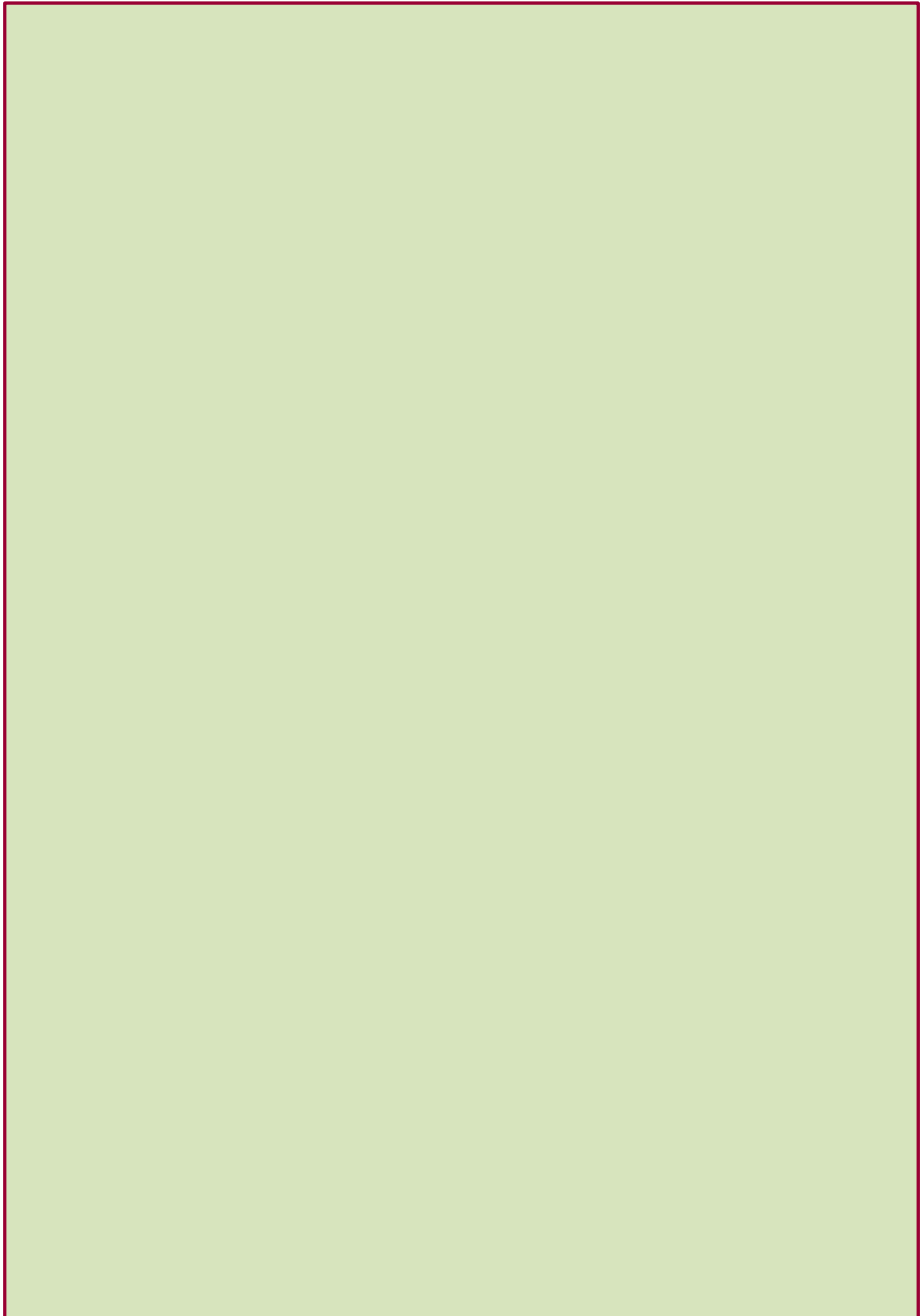


Муниципальное казенное учреждение культуры
«Апанасенковская межпоселенческая центральная
библиотека»

«ПРОБУЙ НАШЕ!»

Сборник рецептов
национальной кухни народов,
проживающих на территории
Апанасенковского
муниципального округа
Ставропольского края

Дивное, 2023



Муниципальное казенное учреждение культуры «Апанасенковская
межпоселенческая центральная библиотека»

«ПРОБУЙ НАШЕ!»

Сборник рецептов

**национальной кухни народов, проживающих на территории
Апанасенковского муниципального округа Ставропольского края**

Дивное

2023

ББК 36.99

П-78

Составитель:

Н.В. Глушкина

Ответственный за выпуск:

С. В. Марченко

«Пробуй наше!» : сборник рецептов национальной кухни народов, проживающих на территории Апанасенковского муниципального округа Ставропольского края / МКУК «Апанасенковская МЦБ» ; сост. Н.В. Глушкина; отв. за вып. С. В. Марченко. – Дивное, 2023. – 31 с. : ил.

Содержание

| | |
|------------------------------|-----------|
| От составителей | 4 |
| Рыбный пирог «Рыбник» | 6 |
| Хинкал аварский | 8 |
| Драники | 10 |
| Матнакаш | 12 |
| Хинкал дагестанский | 14 |
| Лаваш | 16 |
| Долма | 18 |
| Блины | 20 |
| Жижиг галнаш | 22 |
| Чуду | 24 |
| Кыстыбый | 26 |
| Борцоки | 28 |
| Чай | 30 |



От составителей

Самый простой и приятный путь приобщения к культуре другого народа лежит через его кухню. Каждый, кто любит готовить, кому нравится пробовать интересные блюда других народов, наверняка заинтересуется кулинарными традициями людей, живущих по соседству.

С 22 по 26 мая 2023 года на странице социальной сети ВКонтакте Муниципального казенного учреждения культуры «Апанасенковская межпоселенческая центральная библиотека» проходил онлайн фестиваль национальных блюд «ПРОБУЙ НАШЕ!».

В течение пяти дней публиковались видеоролики с приготовлением национальных блюд, народов, проживающих на территории Апанасенковского округа. Фестиваль стал увлекательным кулинарно-гастрономическим путешествием по Апанасенковью.

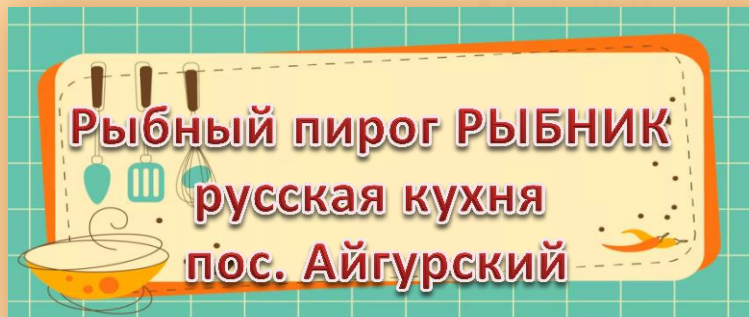
Он показал, какие разные и интересные народы живут в Апанасенковском муниципальном округе Ставропольского края.

Они из поколения в поколение сохраняют свои национальные традиции и обычаи, но вместе с тем это - добрые соседи, готовые радушно поделиться ими, общаться и жить дружно.

По итогам фестиваля создан сборник рецептов национальной кухни.

Предлагаем эти рецепты вашему вниманию, чтобы вы смогли приготовить понравившиеся блюда на своей кухне.

Приятного аппетита!



Автор рецепта: Козлова Валентина Ивановна

Ингредиенты:

Молоко - 300 гр; яйца - 3 шт, масло растительное - 100 г. ; маргарин -30 г.; сахар - 2 ст. ложки, дрожжи - 1 пачка; соль 1 ч. - ложка; мука пшеничная - 600 г, морковь - 200 г.; лук - 2 шт., рыба без мелких костей (хек или минтай, можно судака или др.)

Приготовление:

Тесто: растворить сухие дрожжи в 100 мл теплого молока с добавлением сахара. Оставить на 10 минут, чтобы дрожжи растворились и поднялись. Затем влить в миску оставшееся теплое молоко, добавить к нему поднявшиеся дрожжи, яйца, растительное масло, маргарин сахар, соль, все размешать. Постепенно добавить к жидкости просеянную муку. Хорошо вымесить тесто, чтобы оно отлипало от рук. Тесто прикрыть пищевой пленкой и убрать в теплое место. Спустя 1 час тесто готово к выпечке.

Начинка: разделяем филе рыбы на порционные кусочки и обжариваем их растительном масле до полуготовности, отдельно обжариваем лук с морковью. Отделяем кусочки рыбы от костей, режем на маленькие кусочки, смешиваем рыбу с луком и морковью. Раскатываем тесто, выкладываем на него начинку. Противень для выпекания застелить пергаментной бумагой и смазать его растительным маслом, чтобы снизу выпечка не пристала к противню.

Соберем пирог, украшаем его и смазываем взбитым яичным желтком. Выпекаем в духовке при температуре 180 гр. 30 - 40 минут. Приятного аппетита!



Рыбный пирог – блюдо, которое практически без изменений дошло до наших дней. Его все так же уважают и любят во многих семьях. Раньше пироги считались праздничной едой. Само название – пирог – произошло от слова «пир», «пировать». Для каждого праздника и дня существовал свой рецепт. Начинка была самая разнообразная. Но особенно на Руси любили выпечку с рыбой.



На Руси всегда очень уважали пироги, с которыми связаны многие верования, традиции и обычаи.

Пироги пекли с разными начинками: мясо и рыба, овощи, грибы и каши, ягоды, зелень и яйца, творог.

В русской кухне известна масса рецептов самых разных пирогов.

Но пирог пирогу рознь. Ведь каждый пирог отличался не только начинкой, но и тестом. Тесто ставили дрожжевое, пресное, кислое, живое и пр. Пироги пекли разной формы: большие и маленькие, закрытые и открытые, круглые, квадратные, с ягодами, овощами, кашами, творогом. Всех особенностей русских пирогов не перечислить. В каждой местности свои правила, свои традиции и свои секреты.

На русском столе пироги занимали и занимают самое видное и почетное место.

На Руси пирог – символ домовитости, уюта, запах пирогов означал обжитый дом и дружную семью. Ни один праздник не обходился без пирогов.



Автор рецепта: Фаюстова Светлана Алибулатовна

Ингредиенты:

вода – 3 л, мясо (говядина) – 2 кг., лук – 2 шт., перец чёрный горошком – 10 шт., душистый горошком – 2 шт.

Для теста: пшеничная мука – 400 гр., простокваца домашняя 250 мл, сода – 1 ч л, соль 1 чл, яйца – 2 шт., масло растительное – 1 чл

Для соусов: 1. томат – 0,5 л, масло сливочное и растительное по 70 гр., чеснок зелёный – 1 пучок, перец красный – 1 чл;

2. чеснок зелёный – 1 пучок, соль – по вкусу, перец чёрный горошком – 1 ч л, сметана – 100 гр., бульон говяжий – 100 мл

Приготовление:

Бульон: 3л воды, положить говядину, после закипания добавить лук, специи, соль, варить 3 часа.

Готовим тесто: яйца с солью взбить венчиком, добавить домашнюю простоквацу и чайную ложку соды, перемешать, добавить чайную ложку подсолнечного масла, перемешать, добавить муку и вымесить не слишком крутое тесто. Оставляем тесто на 20 минут, затем раскатываем тесто толщиной не более 5 мм, нарезать ромбиками. Когда мясо сварилось, достаём его на блюдо, а в кипящий бульон опускаем хинкал, варим его 7 минут с момента закипания, после того как его вынули сразу обязательно прокальваем его вилкой. Готовим соусы. Прорезать чеснок обжарить в смеси растительного и сливочного масла, добавить томат или протёртые помидоры, добавить красный перец. Немного томим и снимаем с огня. В мелко нарезанный чеснок добавляем щепотку соли и растираем ступкой до появления сока, добавляем чёрный перец, две ложки сметаны и говяжий бульон, перемешиваем до однородной массы. Соусы готовы. Подавать на стол мясо, хинкал, соусы и процеженный бульон. Приятного аппетита!



Аварский хинкал представляет собой пышные, нарезанные ромбиком кусочки теста. Подается с бараниной и, как правило, с томатным или сметанным соусом.



У славянских народов хорошая хозяйка определяется умением готовить традиционный борщ и печь пироги, у дагестанцев же хорошая хозяйка просто обязана продемонстрировать свое мастерство в приготовлении хинкала.

Одной из таких проверок служит древняя свадебная традиция, когда в первую же свадебную ночь друзья жениха могут ввалиться в дом к молодым, шумно требуя, чтобы новобрачная приготовила им хинкал. Об отказе не может быть и речи! Невеста просто обязана продемонстрировать своё мастерство, иначе ей грозит прослыть среди друзей мужа негостеприимной неумехой. И тут главное – её готовность к исполнению заказа (иногда, впрочем, удаётся упросить настырных гостей отложить хинкал на завтра!). Но, даже если хинкал не очень удался, друзья в любом случае поглотят его и от души похвалят дебютантку, великодушно воздав ей за старания.

ДРАНИКИ

белорусская кухня
с. Вознесенское

Автор рецепта: Лагутина Юлия Ивановна

Ингредиенты: 1 кг. картофеля, 2 яйца, 4 сл л муки, 1 ч л соли, растительное масло для жарки, сметана и укроп для подачи на стол



Приготовление: картофель вымыть, очистить и натереть на мелкой тёрке. Отжать из картофеля выделившийся сок, и добавить в него яйца, муку и соль. Всю массу хорошо вымешать, и выкладывать ложкой небольшими порциями на сковороду, предварительно хорошо раскалив на ней растительное масло. Зажаривать с обеих сторон до золотистого цвета. На стол подавать со сметаной и укропом.



«Как вкусны белорусские драники!
С луком, салом, перчинкой они
В сковородке умело поджарены
Из картошки с родной стороны».



Считается, что самая вкусная картошка на планете растет на щедрой белорусской земле. Благодаря чему местные повара подарили миру множество картофельных рецептов. В начале XI века в Белоруссии исследователи зафиксировали 235 народных рецептов только из тёртого картофеля. И первое место в списке занимают драники.

Название отражает главный принцип приготовления: сырой овощ измельчают или «дерут» на мелкой терке. Так оладьи хорошо пропекаются и становятся хрустящими. Это главная примета для драников: они должны быть хрустящими, не свисать с вилки, и иметь золотистый цвет. Лёгкое и быстрое в приготовлении блюдо полюбилось местным жителям. Обильно, горячие драники подают на завтрак. В деревнях существовала интересная традиция: перед тем, как отведать это блюдо, полагалось всухомятку съесть корочку чёрного хлеба.

У хрустящих оладий множество поклонников из самых разных стран, хотя и называются они везде по-разному. Вкусно, сытно, красиво и, что самое главное – просто. Важно помнить, что картофель должен быть с высоким содержанием крахмала.



Автор рецепта: Хачатурян Милана

Ингредиенты:

вода - 320 мл, сухие дрожжи - 1 чайная ложка, подсолнечное масло - 3 столовые ложки, пшеничная мука - 430 граммов, соль - 1 чайная ложка, сахар - 1 чайная ложка.

Приготовление:

в 320 мл теплой воды добавить сахар, сухие дрожжи и 150 грамм муки, перемешать и дать опаре 20 минут постоять в тёплом месте. По истечению указанного времени добавить оставшуюся муку, добавить соль.

Смажьте ладни растительным маслом и замесите тесто. Структура его должна быть очень мягкой и липкой, чтобы матнакаш вышел пористым. Поставьте тесто в теплое место на 60 минут. Когда тесто увеличится в объёме в 2 раза, переложите его на противень, смазанный растительным маслом, сформируйте лепёшку и дайте постоять, накрыв полотенцем ещё 15 минут.

Разогрейте духовку до 230 градусов и выпекайте 15-18 минут.

Готовый хлеб накройте полотенцем и дайте ему немного остыть. Приятного аппетита!



В армянских традициях издавна укрепилось особое уважение к хлебу, воспитывают его с детства. Хлеб, и матнакаш в частности, считается неотъемлемым символом армянского гостеприимства и преемственности поколений.



Матнакаш — это традиционный армянский хлеб овальной или округлой формы с несколькими продольными бороздками в середине. Объемно он представляет собой толстую лепешку, внутри которой воздушный мягкий мякиш с большими дырками. Корочка у матнакаша твердая, коричневато-золотистого цвета.

В переводе с армянского слово «матнакаш» обозначает «вытянутый пальцами». Название хлеба состоит из двух слов «мат» (палец) и «кашел» (тянуть). Продольные бороздки по хлебу (во время лепки формы) вытягивают пальцами, поэтому хлеб и получил такое название.

На Кавказе очень почитают хлеб, даже понятие «застолье» на армянском звучит как «кушать хлеб» (һац утел). Очень часто вместо приглашения пообедать армяне говорят «пойдемте покушаем хлеб».

Вообще, стоит заметить, что армяне редко употребляют слово «есть» без добавления слова «хлеб».

Ели матнакаш по традиции, в тот же день, когда выпекали. В нашем доме очень любят, когда его готовят.



Автор рецепта: Гаджиева Айцат Гаджиевна

Ингредиенты:

мука 400 гр. вода 200 гр., сухие дрожжи 5 гр. мясо любое 300 гр., картофель 4-5 шт., растительное масло 3 ст. ложки, смесь кавказских трав, 1 луковица, 2 ложки томатной пасты, 4 зубчика чеснока, соль - 1 ч. ложка, сливочное масло - 100 гр.

Приготовление:

Берем любое мясо, режем на кусочки. Чистим и режем 1 головку лука, чистим и режем 5 шт. картофеля.

В чашку просеем 400 г муки, добавляем 5 г сухих дрожжей, 1 чайную ложку соли, вливаем 200 г воды. Замешиваем тесто и ставим его в тёплое место.

Варим мясо, добавляем к мясу: соль, приправы, лук и картофель, варим ещё 20 минут.

Тонко раскатываем тесто, посыпаем кавказскими травами и всё смазываем растопленным сливочным маслом. Сворачиваем в рулет и нарезаем на небольшие кусочки, чтобы получились розочки. Выкладываем их поверх мяса и картошки, тушим 30 минут.

Готовим соус: 4 зубчика чеснока, соль, вода, перемешать. На сковородке пережариваем 2 ст. ложки томатной пасты и добавляем в смесь. Наш хинкал готов. Выкладываем на тарелки и подаём с мясом, картофелем и соусом. Приятного аппетита!



Итак,
Спроси любого горца напрямик.
Какие символы ему всего дороже?
Ответит он: аул,
орлиный вскрик.

Отцов кинжал,
Хинкал... лезгинка поже...

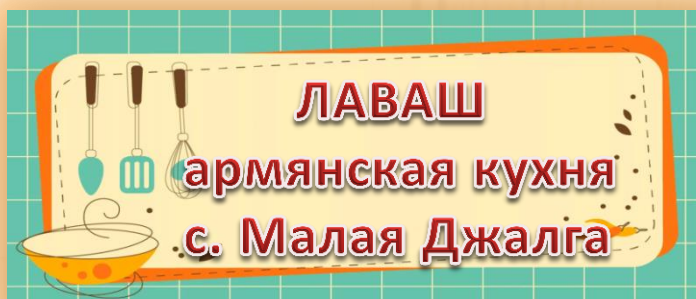
Ж. Абуева



Высоко в горах есть удивительная земля - Дагестан. Именно там и зародилась традиция хинкала - трапезы чабанов, пасших стада баранов на горных пастбищах. Ни одно дагестанское застолье не обходится без хинкала. Это блюдо - символ республики, любовь, гордость.

До сих пор в Дагестане сохраняют эти традиции и современный хинкал - это по-прежнему отварное мясо, душистый бульон и мучные лепешки. И до сих пор это древнее блюдо не подлежит классификации на первое или второе. Сами горцы говорят: «Хинкал - это наше все: и первое, и второе и третье». Одним словом, хинкал - блюдо очень популярное, всеми любимое, вкусное и сытное. Поэтому, хинкал несет на себе вечную печать торжества и праздника, особого случая. Хинкалом в Дагестане чествуют гостей, с ним отмечают свадьбы, его готовят в честь рождения детей.

Кухня народов Дагестана таит в себе поразительную особенность - при минимальном наборе ингредиентов и довольно простой рецептуре, она позволяет приготовить большое количество блюд, каждое из которых будет иметь неповторимый, отличный от других вкус.



Автор рецепта: Погосян Амест Яковлевна

Ингредиенты:

150 гр. тёплой воды, 1 чайная ложка соли, 300 гр. муки

Приготовление:

Берем воду - 150 грамм и добавляем 1 чайную ложку соли, перемешиваем. 300 грамм муки просеиваем в глубокую миску и делаем в ней углубление, наливаем соленую воду и вымешиваем тесто. Перекладываем готовое тесто на доску и вымешиваем его примерно 5-7 минут. Тесто получается мягкое, эластичное. Заворачиваем в полотенце и оставляем на 20 минут отдохнуть. Наше тесто готово, раскатываем его жгутом и делим примерно на 4 части. Каждую часть раскатываем в лепешку, она должна быть тонкой. Пекут лаваш на толстом железном противне (можно на чугунной сковороде) на среднем огне по 1 минуте с каждой стороны. Складываем на друг друга готовые лаваша. Приятного аппетита!



Лаваш армянский возглавляет стол,
Как исстари, но так же современен.
Какой бы ни был всё же разносол,
Лаваш армянский вряд ли он заменит.

На этом фото лаваш в нарезанном виде (похож на блины), а еще им часто укрывают блюдо с шашлыком, чтобы не остыл.



Главное хлебное изделие армян - лаваш. Он представляет собой тонкую пресную лепешку из пшеничного теста. Лепешки для лаваша делают тонкими и длинными, иногда больше 1 метра. Лаваш печется в тандьре - традиционной кавказской печи, устроенной в земле. Но можно печь лаваша в домашних условиях, и они будут поменьше.

С детства у армян формируется уважительное отношение к хлебу, ведь он символизирует достаток, изобилие, домашний очаг, семейное благополучие. С ним связан ряд традиций. Например, на свадьбе свекровь кладет лаваш на плечи молодоженов, желая им таким образом благополучия и взаимного понимания. Сохранился древний обряд заготовки лаваша впрок. Готовые лепешки высушивают и складывают стопками в сухом месте. Перед подачей на стол такой лаваш просто сбрызгивают водой и накрывают полотенцем, чтобы он приобрел свежий вид. А на праздник Пасхи его освящают в храмах вместе с куличами.



Автор рецепта: Абдуллаева Рабият Ильясовна

Ингредиенты:

фарш из баранины – 1 кг, можно использовать говядину, или смешать оба вида в равных пропорциях, рис – 200 грамм (особой роли вид риса не играет, но лучше круглозерновой), зелень (чаще всего используют укроп и кинзу, можно добавить петрушку и зеленый лук), томатная паста, чайная ложка мяты. Виноградные листья. Две небольшие головки лука. Соль, черный молотый перец по вкусу.

Приготовление:

Для долмы берут фарш из баранины, добавляют рис, мелко нарезанную зелень, соль и перец по вкусу, добавляется сливочное масло.

Свежие виноградные листья ошпаривают кипятком или вымачивают в воде около 10-15 минут, пока они не станут мягкими. На дно кастрюли выкладываются виноградные листья, чтобы избежать пригорания. Далее начинка заворачивается в листья. Долму заворачивают конвертиком так, чтобы во время варки она не развернулась, и начинка не расплзлась. Долму выкладывают в кастрюлю слой за слоем по кругу, не больше четырех, чтобы долма прогрелась равномерно. Сверху кладут слой виноградных листьев или прочную керамическую тарелку, затем заливают теплой кипяченой водой так, чтобы вода была выше верхнего слоя на 1-2 см.

Долму томят на огне, но ни в коем случае не варят. она должна тихо кипеть под тарелкой, испуская пар — начинка должна стать сочной. Приятного аппетита!



Старинная поговорка гласит:
 "Если азербайджанский плов -
 это "шах" всех блюд, то долма
 - первая и самая красивая
 жена шаха!"



Кулинарные традиции азербайджанского народа передаются от поколения к поколению и бережно сохраняются в современных семьях. Национальная азербайджанская кухня разнообразна, здесь можно найти большое число мясных, рыбных, овощных блюд, сладостей и выпечки. Национальной гордостью азербайджанской кухни является долма - не только самое любимое азербайджанское блюдо, но и самое древнее. Она настолько древняя, что не сохранилось ни одного первоисточника о том, кто и когда приготовил первую долму.

Для азербайджанцев это блюдо считается историческим памятником. Представить себе праздничный стол в Азербайджане без долмы нельзя. Давно идут ожесточенные споры, кто из кавказских народов придумал долму. И армяне, и азербайджанцы считают её своим национальным блюдом. Не несколько лет назад ЮНЕСКО признала азербайджанскую долму нематериальным культурным наследием. И все же, вопрос «чья долма?» остается и на него интересно получить хоть какой-то ответ. Азербайджанцы в своих аргументах опираются на само название «долма», которое имеет тюркское происхождение от глагола «долдурмаг» — заполнять. В доказательство приводится то, что практически у всех тюркских народов этот глагол произносится как «долма».

Сложно разобраться в столь тонком деле, да, наверное, и нет для этого большой необходимости. Для истинных ценителей долмы, главное не название, а ее великолепный вкус.



Автор рецепта: Аполонская Ирина Николаевна

Ингредиенты:

3 яйца, 3 ст. ложки сахара, щепотка соли, 3 стакана молока, 1,5 стакана муки, 3 ст. ложки растительного масла.

Приготовление:

в глубокую миску вбиваем 3 яйца, добавляем 3 ст. ложки сахара и щепотку соли, тщательно взбалтываем венчиком. В яичную смесь добавляем стакан молока и постепенно всыпаем просеянную муку, постоянно взбивая венчиком. Вливаем оставшееся молоко и добавляем 3 ст. ложки растительного масла. Взбиваем наше тесто, чтобы не было комочков. Необходимо соблюдать последовательность замешивания теста, иначе блины могут не получиться.

Предварительно разогретую сковороду смазываем растительным маслом и начинаем выпекать блины.

По своему желанию и вкусу в блины можно завернуть начинку сладкую или солёную. Приятного аппетита!



Дымят, на холоде,
ажурные блины,
По ним стекает, пая,
масло со сметаной,
Икрой и медом плосечки
полны,
Душистый чай,
помится в самоваре,
Ну вот и Масленица —
проводы зимы!



Блины считаются самым популярным блюдом традиционной русской кухни, и пользуются особой популярностью не только в нашей стране. Каждая хозяйка на Руси имела свой собственный рецепт выпечки блинов, хранившийся в тайне и передававшийся от матери к дочери.

Раньше блины пеклись повсеместно на протяжении всего года, выступая как повседневное, так и праздничное блюдо. Начиная с XIX века блины стали главным символом яркого, веселого праздника зимы Масленицы, олицетворяя собой румяное весеннее солнце, они участвовали в проводах зимы и встречи Весны.

Блины появлялись на столах не только на Масленицу. Например, в Архангельском крае без блинов не обходилась ни одна свадьба. На второй день гуляний блинный стол ставили в доме родителей невесты. Именно на блины гости клали подарки для молодой пары. В Томском Приобье родители невесты ездили на блины в дом жениха.

Блины — обязательное блюдо на праздничных застольях духовоборов Ростовской области. В Псковской области блинами угощают гостей после крещения младенцев, а в Удмуртии блюдо готовят для традиционных ритуалов в священных местах. Под Брянском блины ставят на стол во время поминальных обрядов.

Без сомнения блины — одно из самых любимых и почитаемых блюд, как во времена древней Руси, так и сейчас.



Автор рецепта: Кравченко Светлана Анатольевна

Ингредиенты: курица – 1 шт., мука – 1 кг, яйцо – 2 шт, чеснок – 2 головки, картофель – 1 кг, лук – несколько шт., сливки 10% – 1 пакет 0,5л, соль, перец, лавровый лист, зелень.

Приготовление: в подсоленной воде отвариваем курицу. В этом бульоне отвариваем картошку для соуса. Готовое мясо, вынимаем из бульона, отливаем немного бульона для соуса. В оставшийся бульон доливаем воды, даем закипеть. Галушки кладем в кипящий бульон, перемешиваем, варим 10 мин. после закипания.

Готовим тесто: из муки высшего сорта, воды (можно вместо воды куриный бульон), яиц и соли. Воду (бульон) нагреваем до 60 градусов, солим, перемешиваем, чтобы соль растворилась, добавляем 1 яйцо, замесить крутое тесто. Дать тесту отдохнуть минут 20, раскатать его, разделить на полоски шириной 2 см по всей длине, полоски нарезать на кусочки. Каждую полоску придавливаем тремя пальцами указательным, средним и безымянным, и тянем тесто к себе – оно принимает форму ракушки.

Соус картофельный: отваренный картофель разминаем, заливаем куриным бульоном, добавляем перец, чеснок.

Соус луковый: лук обжарить в растительном масле до золотистого цвета, добавить соль, перец, залить 10 % сливками, накрыть крышкой, готовить еще 3 минуты. Можно добавить чеснок.

Соус чесночный: 6-7 зубчиков чеснока, выдавить через пресс в миску, соль, перец по вкусу, залить бульоном.

Подаем на большом блюде – выкладываются галушки, мясо, соусы ставятся рядом. Галушки и мясо обмакивают в соусе. Приятного аппетита!



Существует поговорка «Князь еды жижиг галнаш фантастичен как мираж»!

Когда в любом чеченском доме собираются гости, то главное блюдо на столе — жижиг-галнаш. Нехитрое яство, состоящее собственно из мяса (жижиг) и галушек (галнаш). Сытное, вкусное и аппетитное! Особенно с соусом-бульоном — чесночным, луковым.



Жижиг-галнаш имеет очень давнюю историю

В Чечне даже рассказывают притчу о богатыре Магомед, любившем хорошо поесть. Когда Магомед захотел жениться, ему нашли невесту в дальнем краю куда лежал путь через Чечню. Богатырь остановился передохнуть в одном из чеченских сел и отведал жижиг-галнаш. Так Магомед остался в горном ауле и ел только галушки с мясом — да столько, что вскоре во всей округе не осталось ни одного теленка. Наконец, Магомед решил продолжить путь к своей невесте. Но под любителем поесть рухнул конь и сломалась повозка. А невеста тем временем вышла замуж за другого.

Если спросить чеченца, какое блюдо национальной кухни самое вкусное, он назовет жижиг-галнаш.

И на вопрос о самом главном блюде на праздничном столе он тоже ответит: "Конечно, жижиг-галнаш!" В Чечне о нем принято говорить так: "Приготовил на троих, а наелся и четвертый!" — настолько сытным получается главное чеченское блюдо.



Автор рецепта: Исмаилова Пәтимат

Ингредиенты: мука пшеничная – 500 гр., дрожжи – 1 пачка (маленькая), соль, вода, тмиң, укроп, масло растительное по вкусу, фарш мясной – 500 гр., картофель – 3 шт., лук репчатый – 1 шт.

Приготовление:

Начинка: почистить картофель, нашинковать тонкими колечками, посолить и поперчить по вкусу, добавить к нему сырой говяжий фарш но можно использовать куриный или бараний. Репчатый лук очистить, мелко порезать и добавить к картофелю с фаршем, добавить тмиң, укроп. Можно использовать любые приправы на ваш вкус.

Тесто: из муки, соли, дрожжей и тёплой воды замесить дрожжевое тесто, накрыть полотенцем и поставить в теплое место. После того, как оно подойдёт, перемесить и поделить его на пару частей, так, чтобы одна часть была в два раза больше другой. Большой кусочек раскатать очень тонко в пласт, присыпая мукой.

Начинку выложить на раскатанное тесто, равномерно распределить её. Оставить пару сантиметров по бокам для того, чтобы можно было защипнуть тесто. Раскатать меньший кусочек теста и накрыть им начинку, защипнуть края косичкой, тогда пирог не распадётся в процессе приготовления. В центре сделать дырочку для выхода пара. Обмазать сверху яичным желтком, который даёт румяную корочку.

Выпекать чуду при 220 градусах в духовке 20-25 минут. Готовое блюдо положить в полиэтиленовый пакет на пять минут, тогда оно будет ещё мягче и сочнее. Приятного аппетита!



Ярким примером многообразия вариаций, собранных в одном блюде, можно назвать дагестанское блюдо «Чуду». Это ароматный, тонкий закрытый пирог, который может быть приготовлен с самыми разнообразными начинками.



Кухня народа Дагестана таит в себе поразительную особенность – при минимальном наборе ингредиентов и довольно простой рецептуре, она позволяет приготовить большое количество блюд, каждое из которых будет иметь неповторимый, отличный от других вкус. Дагестанские блюда – это цветная гастрономическая мозаика со множеством необычных деталей.

Ярким примером многообразия вариаций, собранных в одном блюде, можно назвать дагестанское блюдо «Чуду». Это ароматный, тонкий закрытый пирог, который может быть приготовлен с самыми разнообразными начинками. Традиционно готовится на праздники, как символический знак уважения для гостей.

Подобные пироги распространены по всему Дагестану, и у каждого народа обростают определенными традициями. К примеру, в табасаранском селении Дубек бабушка каждый вечер готовила на семерых сыновей и внуков пирог-богатырь, едва помещавшийся на стол. Съесть его сразу было невозможно – он источал жар, как маленькое Солнце. Каждый родственник, начиная со старших, выбирал понравившийся кусок и загибал верхний слой теста, обнажая начинку. Такие «забронированные» куски больше никто не трогал, и веселое семейство ждало, пока они остынут, развлекаясь неторопливой беседой.



Автор рецепта: Карпеня Татьяна Константиновна

Ингредиенты: 1 кг картофеля, 500–600 гр. муки, 1 яйцо, 50 гр. сливочного масла для теста и 100 гр. для смазывания готовых лепешек, 2 луковицы, 50 гр. растительного масла для жарки лука, 300 мл. молока для теста и 150–200 гр. для начинки, щепотка соли и сахара.

Приготовление:

Начинка: отварить картофель, поджарить на растительном масле лук. Добавить в картофель немного молока и размять. Добавить жареный лук и всё перемешать.

Тесто: в молоко добавить яйцо, щепотку соли и сахара, растопленное сливочное масло, муку. Замесить тесто и дать ему постоять 30 минут.

Разделить тесто на 16 частей. Раскатать из одного кусочка тонкую лепешку. Поджарить на сухой сковороде с обеих сторон. На одну сторону положить начинку из картофеля, другой накрыть. Смазать с двух сторон растопленным сливочным маслом. Повторить для всех кусочков.

Приятного аппетита!



Кыстыбый — очень вкусное блюдо татарской кухни. Его название звучит по-разному: кыстыбый, кыстыбы, кэстрэмбы, кэсиремби, кастремби... Но суть не меняется — это обжаренная пресная лепешка с картофельным пюре в качестве начинки.



Татарский народ по-своему удивительный, ведь несмотря на кочевания, переезды, изменения места жительства, непростые условия, они смогли создать свою историю и традиции, кулинарные традиции в том числе. Период возникновения и становления собственной кухни прошел много этапов. На формирование кулинарных традиций повлияли и другие народы. Татарская кухня позаимствовала что-то от русской кухни, узбекской и таджикской.

Еда, приготовленная из пресного теста, часто присутствовала на столах татар. Она была питательной, а процесс приготовления не требовал много времени и затрат. Поэтому кыстыбый до сих пор остается культовым блюдом, будь это семейный обед или торжество.

Считается, что название происходит от производных с татарского «кыстыру» и башкирского «кысты» — «прищипить».

Изначально блюдо готовилось исключительно с начинкой из пшенной каши. Но уже в конце XIX — начале XX века после того, как завезли в Россию картофель, кыстыбый начали готовить из картофельного пюре.



Автор рецепта: Силутина Евгения Алексеевна

Ингредиенты:

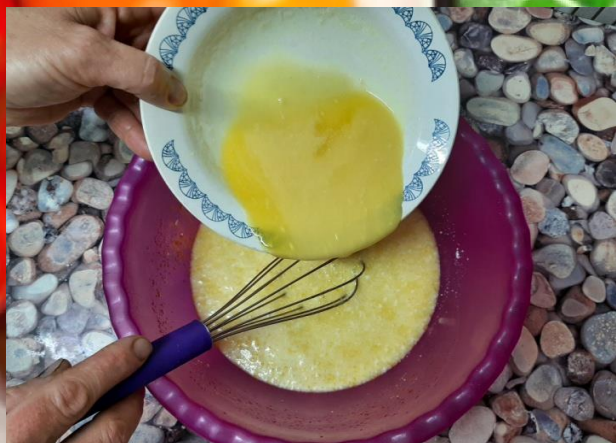
300 г кефира, 30 г сахара, 100 г сливочного масла, 2 чл соли, 1 чл соды, 1 яйцо, 560 г пшеничной муки, растительное масло (для фритюра)



Приготовление:

разбиваем в миску яйцо, добавляем соль и сахар и смешиваем. Добавляем кефир и соду и хорошо взбиваем. Вливаем растопленное сливочное масло, перемешиваем. Постепенно добавляя муку, замешиваем мягкое тесто. Оставить тесто отдохнуть на час, полтора. После этого лепим из теста борцки и выпекаем их во фритюре до золотистого цвета.

Приятного аппетита!



Борцоки – это главное блюдо одного из самых важных и торжественных праздников у калмыков – Цаган сар, который посвящён приходу весны, появлению приплода. Неслучайно в его названии есть слово «сар» (месяц) – столько и длится праздник. Готовят обильное угощение: варят чай, баранину, жарят борцоки разных видов.

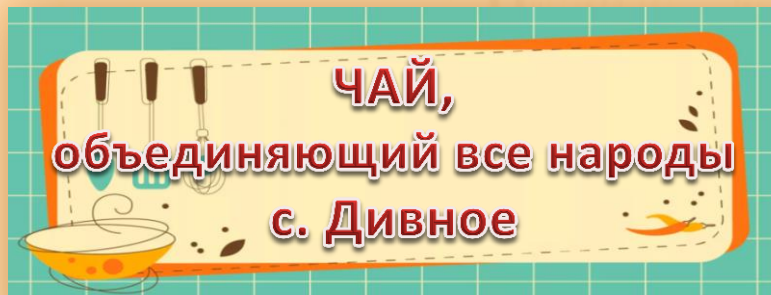


Борцки – любимое национальное лакомство калмыков. Оказывается их форма имеет особый смысл. Что же они символизируют? Издавна предки калмыков задабривали высшие силы жертвоприношениями. Когда-то это были животные. Но учение Буддизма принесло с собой философию о ценности каждой жизни. И поэтому с годами жертвоприношения заменили изделия из теста – борцки.

Борцки – это символ торжества, веселья и надежды на благополучное будущее. В старину борцки готовили лишь на большие праздники, их в качестве подарка преподносили гостям. На праздник Цаган сар калмыки обязательно готовили борцки в виде солнца.

А вообще известно 13 видов борцков и каждый из них имеет свое символическое значение. В объёмные же дни побаловаться борцками могли позволить себе разве что богачи.. Всё потому, что пшеничная мука – главный ингредиент теста для борцков в те времена стоила дорого и являлась одним из самых недоступных товаров. Формы борцков могут быть различными, и таких вариаций гораздо больше, чем самих рецептов приготовления этого мучного изделия.

А ещё калмыки ценили борцки за то, что они позволяли стойко переносить морозы, быстро согреваться и насыщаться.



Автор рецепта: Лбач Ольга Викторовна

Ингредиенты:

Чай летний, ароматный из листьев малины, смородины, земляники и свежих ягод

Чай зимний, витаминный из липового цвета, кипрея узколистного (иван-чая), чабреца и плодов шиповника.

Приготовление:

Чай летний, ароматный из листьев малины, смородины, земляники и свежих ягод. Заварник лучше брать керамический или стеклянный, предварительно его нужно обдать кипятком. Взять по одной части листьев малины, смородины, земляники и горстку свежих сезонных ягод (можно добавить несколько долек яблока, цветы ромашки), залить всё горячей, но не кипящей водой. Дать настояться 10 минут. Легкий, ароматный чай можно пить как в горячем, так и холодном виде, отлично утоляет жажду.

Чай зимний, витаминный из липового цвета, кипрея узколистного (иван-чая), чабреца и плодов шиповника.

Взять 2 части липового цвета, 2 части чабреца, 1 часть листьев иван-чая и горсть сушеных плодов шиповника. Все вместе положить в керамический заварник и залить кипящей водой. Самое главное чай укутать, и дать настояться 15–20 минут.

Подавать этот чай, богатый витаминами нужно с медом.

Приятного чаепития!



Чай горячий, ароматный
И на вкус весьма приятный.
Он недуги исцеляет и
Усталость прогоняет,
Силы новые даёт
И друзей за стол зовёт.
С благодарностью весь мир
славит чудо-эликсир!



Душевные беседы в хорошей компании, пожалуй, являются главной традицией чаепития на Руси. А пьют чай в каждом уголке нашей необъятной Родины со своим, особенным вкусом, добавляя не только молоко, но и специи, сливочное масло, соль, лимон и даже поджаренную муку.

Но, самое главное, дорогие друзья, заваривайте чай только с правильной заваркой с удачей, счастьем и хорошим настроением!

Чаепитие... традиция, объединяющая не только семьи, но и народы..

Не важно какое блюдо было на нашем столе, чеченский жижиг-галнац, аварский или дагестанский хинкал, русские блины, или азербайджанская долма, белорусские дранники или калмыцкие борцки, армянский матнакаш или лаваш завершатся посиделки в любом уголке нашей необъятной Родины душистым горячим чаем за душевными разговорами. Приятного чаепития!



**Окружной
этнографический
онлайн фестиваль
национальных блюд
«Пробуй наше!»**



**Муниципальное казенное учреждение культуры
«Апанасенковская межпоселенческая центральная
библиотека» тел.8-962-014-21-40
мкук-амцб.рф**

