

Министерство сельского хозяйства РФ  
Мичуринский филиал  
ФГБОУ ВО «Брянский государственный аграрный университет»

# Национальная кухня учебное пособие

Часть 1



Брянск, 2015

Национальная кухня: учеб. пособ. в 3-х ч. Ч.1 / Сост. И.В. Савочкина. - Брянск: Мичуринский филиал ФГБОУ ВО Брянский ГАУ; 2015. - 195 с.

Данное учебное пособие предназначено для студентов дневной и заочной формы обучения, изучающих дисциплину Национальная кухня и имеет своей целью помочь и облегчить изучение дисциплины.

Рецензенты:

О.А. Хмура, преподаватель спец. дисциплин Жуковского филиала Мглинского техникума агротехнологий

С.В. Костикова, председатель цикловой методической комиссии профессиональных модулей Мичуринского филиала Брянского ГАУ, преподаватель профессиональных модулей

УДК 641(07)  
ББК 36я73

© Савочкина И. В., 2015  
© Мичуринский филиал  
ФГБОУ ВО «Брянский  
аграрный университет», 2015

## Оглавление

Введение	4
Тема: Принципы формирования национальных традиций и культур питания	5
Тема: Историческое развитие, особенности ассортимента и технология продукции русской кухни	15
Тема: Украинская кухня	90
Тема: Белорусская кухня	115
Тема: Кавказская кухня	139
Тема: Грузинская кухня	143

## Введение

Данное учебное пособие по дисциплине «Национальная кухня» предназначено для знакомства с теоретическим материалом.

Одним из главных условий существования человека является питание. Вот почему искусство приготовления пищи является одной из самых древних областей человеческой деятельности.

Гастрономические привычки и пристрастия каждого народа складывались на протяжении многих веков. Постепенно создавались национальные кухни, являющиеся неотъемлемой частью всякой национальной культуры. Сегодня у каждого народа есть своя национальная кулинария, для которой характерны свои, отличные от других, национальные блюда. Это вовсе не значит, что национальная кухня есть нечто замкнутое, застывшее раз и навсегда. Кулинария – одна из наименее изолированных частей национальной культуры. Существует взаимопроникновение и взаимовлияние национальных кухонь. Но это не исключает их самобытности, так как каждый народ придает любым кушаньям, в том числе и созданным представителями другой национальности, свой особый вкус.

Цель преподавания дисциплины состоит в формировании у студентов знаний и представлений о традициях питания, взаимосвязи религиозных мировоззрений и кулинарии у народов стран СНГ, Балтии, Западной Европы и Восточной Азии.

Основными задачами дисциплины являются: изучение ассортимента национальных блюд и правил их подачи, традиционных источников сырья и способах его кулинарной обработки.

Знания, приобретенные студентами при изучении дисциплины «Национальная кухня» в ходе дальнейшего обучения при изучении специальных дисциплин закрепляются и углубляются.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся **должен уметь:** использовать приобретенные знания и навыки в практической деятельности.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся **должен знать:** историю, обычаи и традиции национальной кухни, значение и роль национальной кухни в развитии национальной культуры; факторы, влияющие на технологию и ассортимент продукции национальной кухни, ассортимент традиционных национальных блюд народов Российской Федерации, стран СНГ, Европы; особенности технологии и подачи праздничных блюд национальной кухни.

## **Тема: Принципы формирования национальных традиций и культур питания.**

- 1. Особенности национальных кухонь, их классификация*
- 2. Влияние религиозных мировоззрений на традиции питания различных народов*
- 3. Факторы, влияющие на формирование основ национальной кухни*

### **1. Особенности национальных кухонь, их классификация**

Национальные традиции – исторически сложившаяся совокупность обычаев, обрядов, привычек и навыков, передаваемых из поколения в поколение – то, что четко выделяет нас среди представителей других народов и, поэтому, может служить предметом особой гордости и почти сакрального почитания. Безусловно, важнейшим элементом традиций всех стран является национальная кухня, берущая свои истоки, практически, со времен зарождения народов и этносов.

Секреты национальной кухни как бесценный элемент культуры народа часто не только бережно хранятся, но и держаться в секрете. В Италии никто не расскажет вам настоящий секрет приготовления вкусной пасты, китайцы не поделятся с вами национальным рецептом приготовления блюд из змеиного мяса или акульего плавника, а про французскую кухню, которая издавна считается наиболее аристократичной в мире, и говорить не стоит.

Национальная кухня представляет собой набор блюд, которые постоянно готовят жители определенной территории или страны. Исторические предусловия являются особенностью любой национальной кухни. Большая часть блюд, которые относятся к национальным в той или иной местности, готовили до этого несколько столетий назад. Шло время – рецепты совершенствовались и дополнялись, с тем, чтобы передать будущим поколениям кулинарные секреты. Чаще всего национальные блюда состоят из тех продуктов, которые являются доступными в данной местности. Там же существуют и свои условия для приготовления блюд национального меню.

Кулинарные гурманы готовы совершить далекие путешествия, чтобы насладиться национальной кухней той или иной страны. Ведь попробовать вкус настоящих суши возможно только в Японии, а полакомиться приготовленными по оригинальным рецептам жареными каштанами можно только во Франции. Те же, кто не имеет возможности посещать зарубежные страны, может попробовать изучить некоторые рецепты и особенности пикантных национальных блюд у себя на кухне.

Все имеющиеся национальные кухни мира можно условно разделить на несколько крупных групп, объединив их по некоторым общим признакам. Современная европейская кухня развивалась под влиянием национальных особенностей различных европейских стран. Однако, несмотря на это, сложно говорить о единой европейской кухне, так как территорию Европы населяет множество народов, а их быт и культуру определяют не только климатические, но и географические условия. Кухня южных стран Западной Европы отличается «темпераментом» от кухни ее северных стран так же, как характер испанца или итальянца отличается от финнов. Южная кухня – это острота, аромат, колорит по сравнению с более простой и сдержанной кухней севера.

В качестве особенности европейской кухни можно назвать обилие овощных блюд и использование большого числа разнообразных соусов. В отличие от народов Востока европейцы значительно меньше пользуются специями, приправами и пряностями, делая акцент на сохранение вкусовых качеств исходных продуктов.

Европейская кухня берет свое начало в Греции. Позже вместе с поварами кулинарное искусство перекочевало в Древний Рим. Именно поэтому современная итальянская и греческая кухня имеют столько много общих черт. Общие черты присущи также кухням Италии, Испании, Португалии и Франции. Прежде всего, это использование имбиря, всех видов перца, тимьяна, фенхеля, шалфея, корицы, эстрагона и ванили. В меню всегда присутствуют овощи и фрукты: помидоры, сладкий перец, огурцы, виноград, инжир и апельсины. Множество блюд из рыбы и морепродуктов, а также из птицы, баранины, свинины или говядины.

Однако законодателями европейской кухни являются не только южные европейские государства. Так, к примеру, европейцы узнали о кофе из Австрии, любовь к пиву подарили немцы, бельгийцы и чехи, а англичане научили европейцев настоящему чаепитию.

Восточная кухня объединяет в себе гастрономические обычаи и традиции арабских и мусульманских стран, стран Азии, турецких, а также некоторых кавказских и балканских стран. Также как и в случае с понятием «европейская кухня», понятие «восточная кухня» также весьма обширно и относительно, так как охватывает кулинарные традиции самых разных стран, порою совершенно противоположных по обычаям и предпочтениям. Например, в большинстве стран мусульманского мира отдают предпочтение баранине, в то время как в Китае и Японии больше предпочитают рыбу и морепродукты.

Основными продуктами, которые применяются для приготовления блюд восточной кухни, являются рис, баранина, кисломолочные продукты, бобы, овощи и фрукты, мучные изделия. За редким исключением в меньшей степени употребляются рыба и морепродукты, сыр, говядина и яйца. Блюда восточной кухни отличаются остротой и пряным вкусом.

Еще одной особенностью восточной кухни является отсутствие супов в понимании европейцев. Многие восточные кухни предлагают характерные супы типа «шурпа» - достаточно густой и жирный суп. В разных странах он может называться по-разному (сорпо, шорпо, шорпа, чорпо), состоять из разных ингредиентов. В основном общими продуктами являются овощи и обжаренное мясо. Приготовление шурпы – достаточно специфический процесс, так как по консистенции она больше напоминает кашу. Для супов используются местные крупы, много репчатого лука и овощей. Повышенная жирность шурпы связана с использованием топленого масла или курдючного сала при приготовлении. Помимо этого характерными для восточной кухни блюдами являются плов, долма, шашлык и шаурма. В качестве хлеба печется лаваш, лепешки и пита.

На весь мир знамениты восточные сладости из орехов и сухофруктов, пахлава, рахат-лукум, шербет и халва. В качестве напитков жители этих стран предпочитают кофе по-восточному и айран, а китайцы, японцы, народы Средней Азии и индусы отдают предпочтение чаю.

Американская кухня представляет собой причудливую смесь самых различных национальных блюд. Традиции коренных народов и племен Америки тесно переплетаются с традициями приехавших на эти земли испанцев, англичан, итальянцев, французов и португальцев. По сути, американская кухня – кухня иммигрантов. Возможно, именно поэтому ее так любят во всем мире и заведения общественного питания, предлагающие блюда американской кухни, относятся к самым посещаемым.

Американская кухня складывается из кулинарии многих стран. Сам континент имеет многовековую историю, а на его территории селились многие народы – все это оказало прямое влияние как на особенности приготовления пищи, так и на национальную кухню в целом. Несмотря на свое разнообразие, североамериканская кухня достаточно проста. Большую ее часть составляют кулинария Мексики и США. Мексиканцы наслаждаются жгучими и пикантными блюдами, в основе приготовления которых лежат традиции ацтеков и испанцев. А Соединенные Штаты не прочь похвастаться множеством блюд, привезенных сюда из Европы и Азии.

Говоря о кухнях Южной Америки, следует выделить доминирующую позицию бразильской кухни. Бразильская гастрономия сформировалась под влиянием африканских, португальских, индейских традиций и представляет собой «пазл» региональных кухонь. Стоит отметить, что зачастую блюда одного бразильского региона разительно отличаются от другого и имеют специфику географического положения. Самым почитаемым и любимым яством всей нации считается фейжоада — фасоль с различными видами мяса, мукой маниоки и специями. Самыми характерными продуктами для бразильской кухни являются бобы, рис, морепродукты, рыба, все виды мяса, кокосовое молоко, фрукты. Не мыслят своего существования бразильцы без кофе.

Безусловно, кухни разных народов настолько разнообразны, многогранны и, в то же время, уникальны, что их классификация по континентальному принципу и даже по принципу отдельных стран будет слишком узкой и неполной. Часто небольшие регионы в пределах одной страны и даже небольшие населенные пункты, благодаря особым почтением к своим кухонным традициям, а, возможно, и благодаря своим уникальным климатическим условиям, определяют направление развития не только определенной национальной кухни, но и мирового кулинарного искусства и мировых брендов напитков.

## **2. Влияние религиозных мировоззрений на традиции питания различных народов**

В настоящее время на земном шаре проживает более 6 миллиардов человек, и все они отличаются друг от друга не только языком, цветом кожи, национальностью, но и вероисповеданием.

Религия в современном обществе объективно представляет собой одну из важнейших составляющих культуры народов. Первым и центральным вопросом любой религии является вопрос веры. Религия представляет собой сложившуюся систему, существующую на основе теории (религиозного вероучения - в русском языке этому слову соответствует понятие «богословие») и практической

деятельности. Существование религии невозможно без практики, основным и обязательным элементом которой является культ (от латинского - уход, почитание).

Вопросы питания в большей или меньшей степени как элементы культа присутствуют во всех религиях. Это пищевые запреты и ограничения (посты), обычаи, традиции и другие предписания.

Культура и традиции народов, связанные с питанием и национальной кухней, существенно зависят от религиозных верований. Еще И. М. Мечников в 1915 году писал, что многие народы сохранили кулинарные обычаи, предписанные правилами религии.

Религия влияла на жизнь верующих и изменяла традиции питания отдельных народов. Это влияние можно проследить по истории питания восточных славян до Крещения Руси и после него. Православные посты привели к появлению множества блюд из растительных продуктов и рыбы. Параллельно была вытеснена конина.

Верующим человеком религиозные предписания не обсуждаются, чего бы они ни касались. Пищевые предписания в своей основе имели и чисто экономическую основу - необходимость бережного расходования пищевых припасов; соблюдение постепенно вырабатываемых элементарных гигиенических правил имело жизненное значение.

Так постепенно жизнь первобытной общины регламентировалась системой различных запретов. Впоследствии, по мере развития общества, эти культы приобретали религиозную окраску. В итоге постами церковью было придано, по существу, новое содержание - не только и не столько физическое, но, прежде всего нравственное очищение.

Существует множество религий - от совсем малочисленных до национально-государственных (например, индуизм в Индии составляет основу религиозной жизни нации) и даже мировых, распространившихся за пределы культурно-национального очага, в котором они возникли, и имеющих огромное число приверженцев во всем мире. Мировыми религиями считаются буддизм, христианство и ислам: 1833 млн христиан; 971 млн мусульман; 732,8 млн индуистов; 314,9 млн буддистов.

Эти данные нельзя считать очень точными, т. к. в некоторых странах проводить опрос считается неэтичным).

Одним из самых древних занятий человека было приготовление пищи. На протяжении длительного времени у разных народов формировались не только навыки кулинарии, но и привязанности, предпочтения. Кулинарные особенности складывались под влиянием многих факторов: географическое положение, климатические особенности, возможности экономики, определенные традиции и другое. В меню народов, проживающих на берегах морей и океанов, естественно, преобладали рыба и морепродукты; кочевники (скотоводы) питались тем, что могло дать животноводство, т. е. молоком и мясом; жители лесостепей использовали в питании продукты животноводства и лесных промыслов; жители южных стран для приготовления пищи применяли большое количество овощей и фруктов. Таким образом определялся набор исходных продуктов для приготовления пищи. Другой важнейший фактор, под влиянием которого складывались национальные кухни, - это технология приготовления пищи, способ ее обработки. Определяющим было

использование огня, т. е. устройство очага. Географическое положение и климат имели первостепенное значение и в этом вопросе. Русская печь в условиях довольно суровой зимы служила источником тепла и устройством для приготовления пищи одновременно. Южане использовали открытый огонь, нередко устраивая кухню отдельно от жилья. В свою очередь, устройство очага определяло особенности тепловой обработки. В печи удобнее всего варить, тушить и выпекать, на открытом огне предпочтительнее жарить (на вертеле, решетке).

Вкусовые предпочтения и режим питания складывались также в зависимости от климатических и географических особенностей: южные народы при приготовлении пищи широко использовали различные специи, острые соусы и приправы, северяне предпочитали относительно пресную еду. У большинства народов сложилась традиция питаться три раза в день. У южан завтрак, как правило, легкий, обед и ужин обильные.

Степень влияния религий на особенности национального питания у разных народов различна. Чаще всего церковные предписания и запреты органично вписывались в систему уже сложившихся кулинарных традиций. Однако влияние церкви в целом на особенности национальных кухонь является неоспоримым и значительным фактом. Всем известно, что мусульмане не едят свинину, считая свинью «нечистым» животным. Народы Индии, исповедующие индуизм (их в стране подавляющее большинство), вообще не употребляют в пищу мясо животных, многие индуисты - строгие вегетарианцы. В результате у каждого народа кулинария приобретает свои специфические особенности. Так складывались национальные кухни, существенным элементом которых до настоящего времени являются религиозные предписания.

В Китае удивительным образом сложилась система религиозной практики. На равных в стране существуют буддизм, даосизм, конфуцианство. Если буддизм является одной из мировых религий, то две последние преимущественно распространены в Китае.

Жители Японии также исповедуют одновременно буддизм и синтоизм (национальная японская религия). Аналогичное положение существует во многих странах мира. Кроме того, внутри конфессий строгого единства нет. Христиане давно разделены на католиков, протестантов и православных, мусульмане - на суннитов и шиитов, внутри буддизма имеется несколько направлений и даже индуизм не однороден. Также можно наблюдать сочетание религиозного и национального в жизни людей, в том числе и в вопросах кулинарии. Взаимопроникновение национального и религиозного привело к своеобразию и неповторимости народов и особенностей их питания.

Зороастризм относят к древним религиям. Примерно с 1500 по 1200 гг. до н. э. жил наделенный даром предвидения пророк Зороастр (Заратуштра, или Заратустра), основатель этой религии. И в настоящее время 130150 тыс. человек в Иране, Пакистане, Индии и в некоторых других странах считают себя приверженцами зороастризма.

Уже тогда вопросам питания уделялось большое внимание: религией предписывалось не употреблять в пищу мясо, предварительно не удалив из него кровь. Регламентировалось праздничное меню - при встрече Нового года (Ноуруза)

на праздничном столе обязательно должны находиться семь блюд (составляющих так называемую лорку) из миндаля, фисташек, грецкого ореха, хурмы, инжира, винограда и гранатов.

Основателем даосизма считают мудреца Лао-цзы, хотя о нем самом почти ничего достоверно неизвестно. Учение возникло в веках до н. э. в Китае, и до настоящего времени многие китайцы исповедуют даосизм, хотя нет точных данных, сколько в современном Китае проживает последователей этой религии в настоящее время. Даосизм не относится к мировым религиям и распространен только в Китае. Современной китайской медициной используются принципы даосской диеты с лечебной и профилактической целями, а также для оздоровления организма. Важнейшее место в этом занимает пост (чжай). Отличительной особенностью поста даосизма является отсутствие единых, строго расписанных правил. Пост - это система самых различных предписаний и ограничений, касающихся не только пищи; это строгое соблюдение ритуалов, сдерживание эмоций и страстей («ограничения сердца») и воздержание от многих мыслей, желаний, слов, действий.

Чрезвычайно своеобразным является метод «девяти форм пищевого поста». В целом метод представляет собой путь совершенствования даоса (исповедующего даосизм), состоящий из 9 этапов. Общее правило питания, относящееся к его количеству, - не переедание, не насыщение до конца, следование «золотой середине».

Конфуцианство также является одной из религий Китая. Конфуций (в китайском произношении звучит как Кунцзы, или Кунфуцзы, - мудрец Кун), основатель религии, жил с 551 по 479 гг. до н. э., т. е. приблизительно 25 веков тому назад. Учение Конфуция многогранно, оно представляет собой совокупность духовных и социальных норм, которые передаются из поколения в поколение вот уже почти 2,5 тыс. лет. Кроме Китая, конфуцианство исповедуется также в Японии, Корее, Вьетнаме, Сингапуре (хотя и не имеет там столь же широкого распространения). До 1913 года учение Конфуция в Китае оставалось официальной идеологией. Конфуций во всем проповедовал принцип умеренности, «золотой середины» и сам на практике придерживался этих принципов.

Будда в переводе с санскрита означает «Просветленный», «Пробужденный». В настоящее время большинство приверженцев буддизма проживает в Южной, Юго-Восточной и Восточной Азии: Шри-Ланке, Индии, Непале, Бутане, Китае, Монголии, Вьетнаме, Корее, Японии, Камбодже, Мьянме (бывшей Бирме), Таиланде и Лаосе. Будда жил с 624 по 544 гг. до н. э.

Кухня Китая, с конфессиональной точки зрения, представляет собой синтез предписаний даосизма, конфуцианства и буддизма. С одной стороны, согласно известной китайской поговорке «Для жизни необходимо семь предметов: дрова, рис, масло, соль, соя, уксус и чай», кухня китайцев проста, с другой - для приготовления блюд китайцы используют самые разнообразные, в том числе и экзотические, продукты. Наряду с крупами, овощами, мясом, рыбой, птицей китайские повара готовят блюда из морских беспозвоночных животных, водорослей, побегов бамбука. А вот молоко и молочные продукты в Китае традиционно не употребляются. Главным продуктом питания является рис; без него не обходится практически ни одна трапеза. Рисовая каша готовится повсеместно и

самыми различными способами, по существу заменяя хлеб. Основных видов рисовой каши две: сухая рассыпчатая и очень жидкая, составляющая основу китайского завтрака. Также популярны каши из кукурузы и проса. Основным источником белка служат бобовые и продукты из них; распространены соевое масло, соевое молоко, соевый творог (его существуют сотни рецептов), соусы и паста из соевых бобов. Популярны в Китае мучные изделия - лапша, лепешки разных видов, так называемые пампушки - паровые хлебцы, пельмени, печенье. Овощи играют большую роль в китайской кухне: капуста, картофель, лук, чеснок, помидоры, перец, шпинат, множество сортов редьки, зеленые стручки фасоли. Среди овощей наиболее популярна капуста. Молодые ростки бамбука едят вареными. Мясо не является самым популярным в Китае продуктом питания; большинство мясных блюд готовится из свинины, в то время как говядина и баранина пользуются меньшим спросом. Более широко китайская кулинария использует домашнюю птицу, прежде всего уток и кур, их яйца, а также рыбу и различные морепродукты - крабов, креветок, различных моллюсков - кальмаров, осьминогов, каракатиц, трепангов. Наиболее распространенный напиток в Китае - чай, который пьют повсеместно.

Синтоизм - национальная религия Японии, сложившаяся на основе местных верований древности. Синто, как называют его сами японцы, мирно уживается с буддизмом, пришедшим на острова с юга. В Японии средняя продолжительность жизни одна из самых высоких, поэтому интерес к особенностям питания японцев носит не просто познавательный характер. Используемые для приготовления пищи продукты отличаются разнообразием: прежде всего это растительные и морепродукты, разнообразные овощи, зелень, рыба морская и речная, птица, икра, яйца, сладости. Как и в Китае, рис у японцев является любимым и самым распространенным продуктом. В то же время японцы больше употребляют мясных блюд из говядины и свинины. Широко используют на островах капусту, в том числе морскую, и различные овощи - огурцы, баклажаны, репу, редис. Популярны соя и другие бобовые культуры, в том числе пророщенные. Первое блюдо принято готовить на основе специальным образом приготовленных, соевых бобов. Такой суп едят с вермишелью, мясом и зеленью. Основой второго блюда японцев чаще всего служит рыба, которую готовят чрезвычайно разнообразно или употребляют сырую, нарезав ломтиками. Особенностью национальной кухни японцев является широкое использование различных острых приправ, которые готовят из редиса, редиса и зелени. Также постоянны на столе японцев соленые и квашеные овощи, маринованный чеснок, соленые огурцы. Для приготовления блюд японской кухни применяются растительное масло и рыбий жир. В Японии принято пить зеленый чай.

Ведущей особенностью индуизма, по вопросам питания, является отношение к животным. Индуизм не однороден (специалисты выделяют брахманизм, бхагаватизм, вишнуизм, шиваизм и др.), но идея перерождения в индуизме - одна из центральных, она и определяет отношение человека к животным. Считается, что в одном из последующих перерождений человек может явиться на землю в облике коровы, козы, обезьяны, буйвола или другого животного или птицы, т. е. индуист относится к животным как к священным существам, и ни при каких обстоятельствах

не может причинить им вред, за исключением ритуала. Поэтому индуисты являются строгими вегетарианцами. Аюрведа (означает «знание о жизни» или, в более полном переводе, «знание о продолжительности человеческой жизни») является системой медицинской профилактики и заботы о здоровье, возникшей в Индии более 5000 лет назад. В учении Аюрведы вопросам рационального питания придается исключительно важное значение; считается, что основная причина болезней - плохое пищеварение. Вот основной тезис учения: способность эффективно усваивать пищу позволяет даже от яда получать пользу, в то время как лечебный бальзам при нарушенном пищеварении может нанести непоправимый вред (и даже привести к смерти). Поэтому нет пищи хорошей или плохой, все зависит от способности организма усваивать пищу и извлекать из нее необходимые вещества. Эта способность усваивать и извлекать определяется интенсивностью пищеварения.

Система питания Аюрведы необычна, в ней не рассматриваются привычные нам понятия, например, вообще не говорится о жирах, углеводах, белках и витаминах. Считается, что для построения правильной диеты необходима лишь информация о пище, организм сам обладает необходимыми инструментами для получения этой информации: первичная информация о пище заложена в ее вкусе. Аюрведа различает шесть вкусов: сладкий, кислый, соленый, горький, острый и вяжущий. Сочетание и представительство вкусов определяет питательную ценность пищи. Сбалансированное, согласно аюрведическому принципу, блюдо должно содержать все шесть вкусов, тогда происходит оптимальное расщепление компонентов пищи и их усвоение организмом.

Кроме того, диета построена на основе гармонии с окружающей природой; она практически вегетарианская. Недостатком ее современные специалисты считают недостаточно разнообразный перечень продуктов, не способный полностью удовлетворить все потребности взрослого организма.

Система йогов, также известная благодаря Индии, пропагандирует внутреннее очищение с помощью чистой пищи. Йоги рекомендуют свести к минимуму или исключить все продукты животного происхождения (мясо, рыбу, яйца, птицу и все изделия из них), за исключением молока и меда. Мясная пища вызывает гниение в кишечнике. Употребление мяса, по их мнению, способствуют преждевременному половому созреванию, но и способность к половой жизни исчезает у мясоедов раньше, чем должно быть. Однако йоги не считают вправе навязывать свои правила другим людям, в частности европейцам.

Йоги рекомендуют естественную пищу, прежде всего, растительные продукты - все овощи, фрукты, сухофрукты, ягоды, зелень, бобовые, крупы, орехи, семечки, мед, отвары и настои из трав. Также рекомендуется возможно меньшая (щадящая) кулинарная обработка продуктов, в идеале - сыроедение, хотя допускается использование печеных и вареных, но не жареных и копченых продуктов. Посуда и для приготовления пищи, и для еды в идеале должна быть глиняной, фарфоровой или стеклянной. Йоги не рекомендуют есть чаще 2-3-х раз в день, последний раз - в 18 часов (6 ч вечера). Завтракать утром нужно легко, после физической зарядки, следуя общему правилу - есть тогда, когда испытываете чувство голода. Неправильно запивать пищу жидкостью, нужно хорошо жевать. Девизом йогов может быть: «Пить твердую пищу и жевать жидкую». Очень

вредным считается переедание, лучше недоесть, а из-за стола нужно вставать с чувством легкого голода. Важно знать правильное сочетание пищевых продуктов.

Основу питания индусов составляет растительная пища, т. к. не только убить животное, но и причинить ему вред не может человек, убежденный в переселении душ. Молоко же (преимущественно кислое) распространено довольно широко. Из растительных продуктов чаще используются рис, кукуруза, горох и другие бобовые, а также овощи, в том числе картофель. Наиболее популярным блюдом считают плов, который варится с овощами и бобовыми и небольшим количеством растительного масла. В Индии распространены различные приправы и специи, за которыми, как известно, устремлялись со всего света (красный и черный перец, мускат, гвоздика, корица, горчица, мята, петрушка, укроп, шафран и другие); все национальные блюда неизменно готовят с большим количеством перца. Источником белка для индусов служат орехи, бобовые и молоко. Фрукты (яблоки, абрикосы), ягоды и бахчевые культуры также играют заметную роль в питании индусов.

Иудаизм - религия еврейского народа с соответствующим числом верующих. Основателем иудаизма является пророк Моисей, родившийся в египетском плену. Сам Моисей, как и в последующем Иисус Христос, постился 40 дней. Предписания, касающиеся питания евреев, определены, прежде всего, соответствующими главами Ветхого Завета

Вся пища у евреев делится на дозволенную (кошерную) и недозволенную (трефную). Кашрут (дозволенность или пригодность) - понятие, чаще всего связанное с вопросом об употреблении той или иной пищи. К разрешенным, «чистым», млекопитающим относятся жвачные парнокопытные - как дикие, так и домашние; в то время как животное, наделенное лишь одним из этих признаков (например, свинья - парнокопытное, но не жвачное), является «нечистым», т. е. запрещенным. С другой стороны, свинья считается «нечистым» животным, т. к. в нее вселился дьявол. Запрещено есть мясо верблюда, тушканчика, зайца, свиньи, пресмыкающихся, некоторых птиц. Нельзя употреблять в пищу мясо хищных птиц, а также болотных и водоплавающих (кроме гуся и утки). Из рыб разрешено есть тех, которые имеют хотя бы один плавник и легко отделяемую чешую.

Если пищевые предписания многих религий делят продукты на «чистые» и «нечистые», то в православном христианстве нет абсолютных запретов на употребление отдельных продуктов. Пищевые предписания связаны с постами и носят временный характер, что является принципиальным отличием христианства от других религий.

В христианской религии прослеживается разумный принцип умеренности с отказом от крайностей. Святой Максим Заповедник подчеркивал: «Не пища зло, а чревоугодие»: Это положение согласуется с современными медицинскими представлениями о питании и здоровом образе жизни.

В православном церковном календаре около 200 дней отведено постам. Каждому верующему предписано поститься по средам и пятницам в течение всего года. Помимо этого, существует четыре многодневных поста - Великий, Петров, Успенский и Рождественский. Особенность постов в том, что они постепенно готовят человека к строгому вегетарианскому питанию. Так, в первую подготовительную неделю Великого поста не постятся в среду и пятницу, в

последнюю неделю - сырную - исключается мясная пища, но разрешается есть молоко, сыр, яйца.

Каждый пост предшествует большому христианскому празднику: Великий - Пасхе, Рождественский - Рождеству, Петров - дню святых Петра и Павла, Успенский приурочен к Успению Пресвятой Богородицы.

Если рассмотреть посты с точки зрения питания, то окажется, что в эти периоды верующему предписано придерживаться вегетарианской диеты с различной степенью строгости вегетарианства. В любой пост можно есть овощи и фрукты в любом виде, картофель, блюда из рыбы (некоторые посты не разрешают рыбу), грибы, хлеб, блины, пироги, макароны, каши. Все блюда в постные дни готовятся на растительном масле. Из пищи исключаются мясные и молочные продукты, яйца, животные жиры (сливочное масло, сало).

Православные посты по пищевым предписаниям делят на пять основных категорий, которые содержат элементы рационального питания.

1. Строжайший пост - запрещена любая пища, допустима только вода. В диетологии это соответствует кратковременному голоданию.

2. Пост с «сухоедением» - разрешена невареная растительная пища, что частично соответствует теории сыроедения.

3. Пост с «едением сварения» - разрешено употребление растительной пищи, подвергнутой тепловой обработке, но без растительного масла. Этот тип поста полностью соответствует строгому вегетарианству.

4. Пост с «едением сварения с елеем» - разрешается применение растительного масла для приготовления вегетарианской пищи.

5. Пост с «едением рыбы» - разрешено потребление наряду с растительной пищей и растительным маслом рыбы и рыбных продуктов.

Церковным уставом оговорены также дни однократного приема пищи. В посты нельзя употреблять мясо и мясопродукты, молоко и молочные продукты, животные жиры, яйца, кондитерские изделия с включением масла и яиц.

Надо сказать, что строгий пост - не для всех. Отношение к соблюдению поста детьми должно быть таким же, как к вегетарианству. Это полностью совпадает с установлениями церкви. Православная церковь «не возлагает правил пощения во всей полноте на детей и больных, немощных и престарелых». Посты, учрежденные христианской церковью как средство, содействующее возвышению духа над плотью, заслуживают внимания и должны поощряться.

По мнению врачей-диетологов, посты, хотя и вызывают отклонения от сбалансированного питания, но не наносят вред здоровью и даже целесообразны с учетом современных взглядов на значение периодического нарушения баланса питания.

В дни великих праздников предусматривается разнообразная и высококалорийная пища.

Посты соблюдают не только православные, но и мусульмане, и иудеи. Условия мусульманского поста более суровые и строгие, чем у православных: пост предписан для мусульман на весь месяц рамазан. В течение всего этого месяца в дневное время, от утренней зари до вечернего заката, нельзя пить, есть, купаться, курить, принимать лекарства.

В крупнейших протестантских религиях - лютеранстве, англиканстве, методизме - нет регламентации питания. А у адвентистов седьмого дня запрещается употребление свинины, кофе, чая и алкогольных напитков.

### **3. Факторы, влияющие на формирование основ национальной кухни**

- Огромная территория
- Наличие разнообразных климатических зон
- Разнообразии этнических групп
- Разнообразии религиозных конфессий
- Влияние Запада и Востока
- Социально-экономические и политические события внутри страны (войны, революции, блокады, восстания)
- Отсутствие государственного понимания и поддержки

#### **Вопросы для самоконтроля:**

1. Определите структуру развития национальных кухонь и кулинарных традиций в России.
2. Определите значения питание в жизни общества.
3. Перечислите особенности традиций питания, стереотипы поведения иностранцев.
4. Перечислите общие тенденции развития национальных кухонь в России.
5. Перечислите факторы, влияющие на технологию кулинарной продукции на современном этапе.

#### **Тема: Историческое развитие, особенности ассортимента и технология продукции русской кухни.**

1. *Исторические аспекты развития культуры питания русского народа*
2. *Особенности русской и советской кухни*
3. *Этапы развития русской кухни*
4. *Характеристика основных продуктов, используемых для приготовления блюд*

##### **1. Исторические аспекты развития культуры питания русского народа**

С глубокой древности на Руси возделывались рожь, пшеница, ячмень, овес, просо; народ давно овладел техникой изготовления муки, выпечки изделий из теста. Поэтому в питании русских людей большую роль играют пироги, пирожки, кулебяки, расстегаи, блины, оладьи, блинчики и т.п. Не менее характерны для русской кухни блюда из круп: каши, запеканки, крупеники, блины и кисели овсяные, блюда из гороха и чечевицы.

Из седой древности дошли до нас такие огородные культуры, как капуста и репа. Особенно широко использовалась квашеная капуста. Щи являются гордостью русской кухни. Репа до XVIII в. играла в России ту же роль, что теперь картофель. Так же давно, как репа и капуста, вошла в быт русского народа другая культура этого же ботанического вида - редька. Из редьки готовят не только простые закуски (редька тертая с квасом, с маслом), но и более сложные блюда (пельмени с редькой,

редька с медом и др.). С незапамятных времен используются в русской кухне огурцы.

Фрукты выращивают на Руси давно, о называли их раньше «овощи». Уже в рукописях XVI в. говорится об использовании яблок и груш для приготовления квасов и консервирования, слив и других фруктов, ягод для приготовления «лавашников» и «трубец» (сухая пастила). Особенно характерна для русского стола подача на закуску яблок моченых и заквашенных вместе с капустой.

С глубокой древности наши предки потребляли в пищу мясо крупного рогатого скота («говядно»), свиней, овец, коз, а также птицы - кур, уток, гусей. По мере развития скотоводства в пищу все шире использовались молоко, творог, сметана, сливки.

Обилием рек, внутренних и внешних водоемов объясняется большое количество различных рыбных блюд и закусок. Большим подспорьем в хозяйстве был лес: лакомым блюдом были рябчики, зайцы, дикие утки, гуси, тетерева и другая дичь; соленые, маринованные и сушеные грибы, моченая брусника, клюква, морошка, костеника, лесные орехи, мед и березовый сок.

Основными приправами в русской кухне были сначала дикорастущие, а затем и специально выращиваемые укроп, анис, мята, хрен, лук, чеснок. Очень давно познакомились русские люди и с восточными пряностями: перец, корица, шафран, лавровый лист. Особенности русской печи определили форму посуды, сначала керамической, а потом чугунной, использовавшейся при изготовлении пищи: «славянские горшки».

Особенности русской печи определили и обилие в национальной кухне вареных, тушеных и запеченных блюд.

## ***2. Особенности русской и советской кухни***

Русский стол широко известен за рубежом главным образом своими деликатесами: копчёной спиной осетра (балыком), севрюжиной с хреном, малосольной лососиной (сёмгой), красной, черной и розовой (сиговой) икрой, маринованными и солёными грибами (рыжиками и белыми), составляющими не только прекрасный натюрморт вместе с кристально прозрачной московской водкой, но и тонко гармонирующими с ней во вкусовом отношении.

Однако эти отдельные готовые продукты, к тому же праздничные, несмотря на свою изысканность, не могут дать полного представления о русской кухне, о своеобразии вкуса её основных горячих блюд, о составе русского национального стола в целом.

Русская кухня в том виде, в каком она дошла до наших дней, сложилась окончательно немногим более ста лет тому назад, во второй половине XIX в., когда была проведена её неофициальная кодификация: именно в период с 40-х до 80-х годов XIX в. появилось большое количество поваренных книг, составленных людьми разных сословий (от аристократов до крестьян) и из разных районов страны. Это позволило не только впервые увидеть в наиболее полном виде весь национальный репертуар русских блюд, но и начать его критическую чистку от разных инородных заимствований и наслоений.

Русская кухня прошла длительный, тысячелетний путь развития и пережила несколько этапов. Каждый из них оставил неизгладимый след (если говорить о том, что мы понимаем под классической русской кухней), причём довольно сильно отличался от других составом меню, композицией блюд и технологией их приготовления, то есть представлял своего рода отдельную кухню. русская кухня – это пища деликатес

Таких этапов насчитывается шесть: древнерусская кухня (IX - XVI вв.); кухня Московского государства (XVII в.); кухня петровско-екатерининской эпохи (XVIII в.); петербургская кухня (конец XVIII в. - 60-е годы XIX в.); общерусская национальная кухня (60-е годы XIX в. - начало XX в.); советская кухня (с 1917 г. до недавнего времени).

Советская кухня сложилась не сразу. За сравнительно небольшой отрезок времени в семь десятилетий она пережила по крайней мере пять этапов, отражая историю социально-экономического развития страны. Вместе с тем в советской кухне нашли отражение и общие исторические тенденции, проявившиеся в русской кухне на рубеже XIX и XX вв.: вбирание в себя всего лучшего, что было в региональных кухнях русского народа на отдаленных от Москвы и Ленинграда окраинах государства.

Значительный толчок развитию этой тенденции дала уже Первая мировая война 1914 - 1918 гг., но особенно сильное влияние оказали революция 1917 г. и Гражданская война 1918 - 1922 гг. Миллионы людей, всю жизнь проживших на одном месте, впервые оказались в другом, часто инонациональном районе страны, соприкасались с совершенно иным бытом, незнакомой им кухней, непривычными для них продуктами. Чего стоили только перемещения солдатской массы с востока на запад, а затем гигантская волна демобилизованных в обратном направлении через всю страну. Достаточно назвать такие миграции гражданского населения, как поток беженцев из западных губерний (Прибалтика, Белоруссия) в Центральную Россию в 1918 г. в связи с наступлением немцев; выезд в 1920 - 1921 гг. голодающего населения Поволжья на Украину, а городского населения промышленных центров России в Среднюю Азию за хлебом; возвращение ссыльных и участников борьбы за Советскую власть в Сибири и на Дальнем Востоке в европейскую часть России в 1917 и в 1921 - 1922 гг.

Началось проникновение провинциальных кулинарных особенностей в общероссийскую кухню, привнесение в неё нерусских явлений; значительно изменился и пополнился её репертуар, причём на самом широком народном уровне, а не на узкоресторанном, как было в прежние времена.

Сибиряки и уральцы принесли в быт москвичей пельмени и шанежки, белорусы и украинцы - свиное солёное сало, ранее совершенно не принятое среди русского населения севернее линии Смоленск - Тула - Пенза - Куйбышев и тем более в наполовину мусульманском Поволжье и Заволжье; из Новороссии в русские города был занесён в 20-е годы обычай готовить куриный суп с лапшой, который со временем стал общесоюзным «столовским» блюдом; из одесских ресторанов был извлечён бефстроганов, превратившийся из узколюбительского блюда чуть ли не в общенациональное; петербургские новомихайловские котлеты (из меню ресторана Купеческого клуба), неведомым путем попавшие во времена гетмана Скоропадского

(1918 г.) на Украину и спустя несколько лет превратившиеся в «котлеты по-киевски», как «новое» блюдо прочно вошли в общесоюзное ресторанное меню.

Но процесс не ограничивался только проникновением в русскую кухню инонациональных блюд или чуждых прежде приёмов и методов приготовления: складывались новые кулинарные привычки и нравы, обусловленные социальными обстоятельствами. В годы Гражданской войны, несмотря на тяжёлое продовольственное положение и вынужденное рacionamento продуктов, центральные власти располагали значительными запасами китайского чая, конфискованного у крупнейших чаеоторговых фирм Москвы, Петербурга, Одессы, Нижнего Новгорода, дополнив их позднее, в 1919 - 1920 гг., отбитыми у белых войск (Колчака) гигантскими чаехранилищами на Урале (Пермь, Екатеринбург, Ирбит, Оренбург). Это дало возможность регулярно и бесплатно снабжать чаем Красную Армию и флот, промышленных рабочих, т. е. значительные массы трудящихся, которые прежде смотрели на чай в известной степени как на предмет роскоши. За годы Гражданской войны они привыкли к нему как к предмету первой необходимости.

В те годы родилась и другая привычка, сохранившаяся до нашего времени: в больницах, санаториях и общественных столовых стали варить жидкую подслащенную манную кашу вместо крутой и подсоленной, как раньше. Положенное по карточкам небольшое количество крупы и сахара хозяйственники считали более целесообразным соединять в одно блюдо да ещё сильно разбавлять водой для увеличения объёма, нежели выдавать натурой каждый продукт в отдельности. Несмотря на попытки властей и лично Ленина пресечь это, новый обычай закрепился на практике и даже стал позднее «нормальным» явлением.

В 1921 - 1931 гг. происходило быстрое восстановление русского семейного стола во всем его довоенном объёме. Значительное развитие получили в городах частные столовые, иногда совсем небольшие - всего на 10-15 человек. Их многочисленность, конкурентоспособность, а также профессиональные навыки, экономические возможности их содержателей дали хорошие результаты: значительно расширился ассортимент блюд, повысились требования людей к качеству и вкусу пищи. Другой тенденцией нового периода было сведение меню к стабильному составу из десятка «проверенных», устойчиво популярных блюд. Эта тенденция возобладала в общественном питании.

В целом домашний стол продолжал сохранять национальные черты, особенно в восточных районах страны и на Кавказе, а также там, где в семьях всё ещё жили рядом три поколения. Вместе с тем, отвечая идеалам времени, стол был скромнее.

В годы Великой Отечественной войны все профессиональные поварские кадры, в том числе высококвалифицированные, полностью влились (независимо от возраста) в армию и флот - и это обеспечило в ряде частей и соединений приготовление пищи на таком высоком уровне, что она для большинства солдат оказалась не хуже, а лучше домашней. Это обстоятельство имело существенное значение для поддержания хорошего физического состояния и морального духа войск и внесло по сути дела важный вклад в обеспечение победы над врагом. Даже в сложных условиях наступления, а не только в периоды позиционной войны,

советские воины получали горячую пищу из двух блюд непосредственно на передовых рубежах - до и после боя.

Война не только приучила десятки миллионов людей к общественной кухне, она породила и доверие к ней. Поэтому сразу после войны услугами общественного питания стало пользоваться неизмеримо больше людей, чем в довоенные годы, а к началу 60-х годов общественное питание как направление победило домашнее.

Однако, в 60 - 70-х годах, уровень поварского искусства в общественном питании значительно снизился: сказывалась утрата старых профессиональных кадров. В кулинарию пришли случайные люди, произошла резкая замена мужского персонала преимущественно женским, овладевшим лишь элементарными навыками в приготовлении нескольких простейших блюд. Отрицательно сказалось на развитии советской кулинарии в послевоенные десятилетия исключение из общественного питания традиционных русских продуктов (а следовательно, и блюд из них!), которые всегда признавались национальными и обычно заготавливались домашним способом: квашении, солений, сушёных грибов, лесных ягод, варений.

То же самое можно сказать и о рыбе. До войны, когда не было холодильников, речную рыбу традиционно держали живой в бассейнах при базарах, предприятиях, магазинах, фабриках-кухнях. После войны это правило было нарушено. По разным причинам исчезли некоторые традиционные сорта речной рыбы: каспийская сельдь-залом, волжская вобла, керченская сельдь-пузанок, судак, балтийская сырть (рыбец), чудской снеток, невская корюшка, сурская стерлядь и другие. Вместе с ними исчезли и специфические блюда старой русской кухни, рассчитанные только на это пищевое сырьё.

Переход к лову морской (океанической) рыбы, продажа её в замороженном и брикетированном, филированном виде долгое время (в течение полутора десятков лет) не находили отклика в народе. Более того, неумелое приготовление морской рыбы в столовых обусловило отрицательное отношение к рыбным блюдам у молодого поколения потребителей, не связанного с кулинарными традициями и уже привыкшего в основном к мясной пище.

Другим новшеством было появление на русском (советском) столе в массовом масштабе, наряду с традиционными соленьями и квашениями, гораздо большей, чем хотелось бы, доли не принятых ранее маринадов и консервированных овощей и фруктов. Домашнее консервирование в последние десятилетия развивается под влиянием композиций консервной промышленности Болгарии, Венгрии и Югославии, поставляющих на отечественный рынок овощные и фруктовые консервы, в которых уксус, разные ингибиторы, перец, да и сама стерилизация используются в качестве консервирующих средств вместо обычного для нашей кухни заквашивания и соления в открытой посуде. Вкус, а равно и состав этих овощных фабрикатов, применяемых ныне в гарнирах (паприкаш, помидоры, перец-капсикум, зелёный горошек, стручковая фасоль и другие), значительно отличаются от вкуса и состава изделий русской кухни, отчего блюда и домашнего, и тем более общественного стола приобретают часто далеко не русский вкусовой оттенок.

В 70 - 80-е годы у нас резко увеличилось также потребление яичных блюд, использование домашней птицы (особенно бройлеров, кур, индеек, уток) и колбасных изделий как полуфабрикатов вторых горячих блюд. Одновременно в

домашнем быту на протяжении 60 - 80-х годов упрощались состав и технология блюд, главным образом из-за нежелания современного горожанина долго возиться с приготовлением пищи. Так, птицу отваривают или жарят целиком (реже частями), но почти вовсе не фаршируют яблоками, картофелем, луком, рисом, изюмом, как было прежде, когда она реже появлялась на столе и становилась маленьким событием в семье.

Вместе с тем уже с середины 70-х годов и особенно с начала 80-х возникла новая тенденция в развитии советской кухни - интерес как в профессиональных, поварских, так и в широких народных кругах к древнерусской и московской кухне XVII в., к русским национальным традициям, а также к национальным кухням народов, лучше других сохранивших самобытность, - к закавказским и среднеазиатским.

Современное увлечение кухней-ретро в большинстве случаев сводят к чисто внешним формам: в ресторанах восстанавливают старинный или псевдонациональный интерьер, приобретают или имитируют старую столовую посуду, вводят национальные наименования блюд (не всегда, впрочем, корректные). Однако технология и композиция современных русских блюд много теряют из-за утраты истинной рецептуры и навыков приготовления.

С целью восстановить репертуар национальных кухонь основных наций нашей страны в том виде, в каком он сложился к началу XX в. (без последующих модернизаций, дополнений или сокращений), была проделана исследовательская работа по составлению свода «Национальные кухни наших народов» (1978 г.). Основываясь на результатах своего историко-этнографического и кулинарного исследования, автор предлагает специально отобранный, рекомендательно-показательный перечень рецептов и технологии наиболее замечательных, оригинальных и характерных блюд русской кухни, а также наиболее достойные образцы блюд других народов, которые вошли в общую современную советскую кухню. При этом дается по возможности классическая, а не адаптированная рецептура, гарантирующая сохранение оригинального вкуса.

Если кратко охарактеризовать советскую кухню, можно сказать, что её отличают, во-первых, интернационализм, терпимость, уважение и интерес к кулинарным традициям всех народов нашей страны, а во-вторых, стремление к бережному сохранению и реконструкции кулинарной старины там, где это практически возможно.

### ***3. Этапы развития русской кухни***

Русская национальная кухня прошла чрезвычайно длительный путь развития, отмеченный несколькими крупными этапами, каждый из которых оставил неизгладимый след.

Древнерусская кухня, развивавшаяся с IX-X вв. и достигшая наибольшего расцвета в XV-XVI вв., хотя становление ее и охватывает огромный исторический период, характеризуется общими чертами, во многом сохранившимися и донныне.

В начале этого периода появился русский хлеб из кислого (дрожжевого) ржаного теста – этот некоронованный король на нашем столе, без него и теперь немислимо русское меню, – а также возникли все другие важнейшие виды русских

хлебных и мучных изделий: известные нам сайки, баранки, сочни, пышки, блины, оладьи, пироги и т. п. Эти изделия готовились исключительно на основе кислого теста – столь характерного для русской кухни на протяжении всего ее исторического развития. Пристрастие к кислому, квасному нашло отражение и в создании русских настоящих киселей – овсяного, пшеничного и ржаного, появившихся задолго до современных. Преимущественно ягодных киселей.

Большое место в меню занимали и разнообразные кашицы и каши, считавшиеся первоначально обрядовой, торжественной пищей.

Вся эта хлебная, мучная пища разнообразилась чаще всего рыбой, грибами, лесными ягодами, овощами, молоком и очень редко – мясом.

К тому же времени относится появление классических русских напитков – всевозможных медов, квасов, сбитней.

Уже в ранний период развития русской кухни обозначилось резкое разделение русского стола на постный (растительно-рыбно-грибной) и скоромный (молочно-яично-мясной), что оказало огромное влияние на ее дальнейшее развитие вплоть до конца XIX в. Искусственное создание грани между скоромным и постным столом, изолирование одних продуктов от других, недопущение их смешения в конечном счете привело к созданию лишь некоторых оригинальных блюд, а все меню в целом пострадало – оно стало однообразнее, упрощеннее.

Можно сказать, что больше повезло постному столу: поскольку большинство дней в году – от 192 до 216 в разные годы – считались постными (причем эти посты соблюдались весьма строго), было естественным стремление расширить ассортимент постного стола. Отсюда обилие в русской кухне грибных и рыбных блюд, склонность к использованию различного растительного сырья – зерна (каши), овощей, лесных ягод и трав (крапивы, сныти, лебеды и др.). Причем такие известные с X в. овощи, как капуста, репа, редька, горох, огурцы, приготавливали и ели – будь то сырые, соленые, пареные, вареные или печеные – отдельно один от другого. Поэтому, например, салаты и особенно винегреты никогда не были свойственны русской кухне и появились в России уже в XIX в. как заимствование с Запада. Но и их первоначально делали преимущественно с одним овощем, давая соответствующее название салату, – салат огуречный, салат свекольный, салат картофельный и т. п. Каждый вид грибов – грузди, рыжики, опята, белые, сморчки, печерицы (шампиньоны) и т. д. – солили или варили совершенно отдельно, что, кстати, практикуется и поныне. То же можно сказать и о рыбе, которую употребляли в отварном, вяленом, соленом, запеченном и реже в жареном виде. В литературе встречаем мы сочные, «вкусные» названия рыбных блюд: сигамина, тайменина, щучина, палтусина, сомовина, лососина, осетрина, севрюжина, белужина и другие. И уха могла быть и окуневой, и ершовой, и налиимьей, и стерляжьей и т. п.

Таким образом, количество блюд по названиям было огромно, но все они по содержанию немногим отличались одно от другого. Вкусовое разнообразие достигалось, во-первых, различием тепловой и холодной обработки, а также применением различных масел, преимущественно растительных (конопляного, орехового, макового, оливкового и значительно позднее – подсолнечного), во-вторых, употреблением пряностей. Из последних чаще всего использовались лук,

чеснок, хрен, укроп, причем в весьма больших количествах, а также петрушка, анис, кориандр, лавровый лист, черный перец и гвоздика, появившиеся на Руси уже в X-XI вв. Позднее, в XV – начале XVI вв., их дополнили имбирем, кардамоном, корицей, аиром (ирным корнем) и шафраном.

В начальный период развития русской кухни складывается и склонность к употреблению жидких горячих блюд, получивших тогда общее название «хлёбова». Наибольшее распространение приобретают такие виды хлёбова, как щи, похлебки, основанные на растительном сырье, а также различные затирухи, заварихи, болтушки, саломаты и другие разновидности мучных супов.

Что касается мяса и молока, то эти продукты употребляли сравнительно редко, причем обработка их не отличалась сложностью. Мясо, как правило, варили в щах или кашицах, молоко пили сырое, томленое или скисшее. Из молочных продуктов делали творог и сметану, а производство сливок и масла долгое время оставалось почти неизвестным, по крайней мере до XV-XVI вв. эти продукты появлялись редко, нерегулярно.

Следующим этапом в развитии русской кухни является период с середины XVI в. и до конца XVII в. В это время продолжается не только дальнейшая разработка вариантов постного и скоромного стола, но и особенно резко обозначаются различия между кухнями различных классов и сословий. Кухня простого народа начинает с этого времени все более упрощаться, кухня боярства, дворянства и особенно знати становится все более изысканной. Она собирает, объединяет и обобщает опыт предшествующих столетий в области русской кулинарии, создает на основе его новые, более сложные варианты старых блюд, а также впервые заимствует и открыто вводит в русскую кухню ряд иностранных блюд и кулинарных приемов, преимущественно восточного происхождения.

Особое внимание обращает на себя скоромный праздничный стол того времени. Наряду с привычными уже солониной и вареным мясом почетное место на столе знати занимают верченое (т. е. приготовленное на вертелах) и жареное мясо, домашняя птица и дичь. Виды обработки мяса все более дифференцируются. Так, говядина идет главным образом для приготовления солонины и для отваривания (убоина разварная); из свинины делают ветчину для длительного хранения либо употребляют ее как свежину или молочную поросятину в обжаренном и тушеном виде, причем в России ценится только мясная, постная свинина; наконец, баранину, домашнюю птицу и дичь используют в основном для жаркого и только отчасти (баранину) для тушения.

В XVII в. окончательно складываются все основные типы русских супов, при этом появляются неизвестные в средневековой Руси кальи, похмелки, солянки, рассольники.

Обогащается и постный стол знати. Видное место на нем начинают занимать балык, черная икра, которую ели не только просольной, но и вареной в уксусе или маковом молоке.

На кулинарию XVII в. сильное влияние оказывает восточная и в первую очередь татарская кухня, что связано с присоединением во второй половине XVI в. к Русскому государству Астраханского и Казанского ханств, Башкирии и Сибири. Именно в этот период в русскую кухню попадают блюда из пресного теста (лапша,

пельмени), такие продукты, как изюм, урюк, смоква (инжир), а также лимоны и чай, употребление которых с этих пор становится в России традиционным. Тем самым, существенно пополняется и сладкий стол. Рядом с пряниками, известными на Руси еще до принятия христианства, можно было увидеть разнообразные коврижки, сладкие пироги, леденцы, цукаты, многочисленные варенья, причем не только из ягод, но и из некоторых овощей (морковь с медом и имбирем, редька в патоке). Во второй половине XVII в. в Россию начали привозить тростниковый сахар, из которого вместе с пряностями варили леденцы и заедки, сласти, лакомства, фрукты и т. д. Но все эти сладкие блюда были в основном привилегией знати.

Для боярского стола характерным становится чрезвычайное обилие блюд – до 50, а за царским столом их число вырастает до 150-200. Огромны и размеры этих блюд, для которых обычно выбираются самые крупные лебеди, гуси, индейки, самые большие осетры или белуги – порой они так велики, что их поднимают три-четыре человека. Одновременно появляется стремление к украшательству блюд. Из пищевых продуктов сооружаются дворцы, фантастические животные гигантских размеров. Придворные обеды превращаются в помпезный, пышный ритуал, продолжающийся 6-8 ч подряд – с двух часов дня до десяти вечера, – и включают в себя почти десяток перемен, каждая из которых состоит из целой серии (иногда по два десятка) одноименных блюд, например из десятка сортов жареной дичи или соленой рыбы, из десятка видов блинов или пирогов.

Таким образом, в XVII в. русская кухня была уже чрезвычайно разнообразна по ассортименту блюд (речь идет, конечно, о кухне господствующих классов). В то же время поварское искусство в смысле умения комбинировать продукты, выявлять их вкус стояло еще на весьма невысоком уровне. Достаточно сказать, что по-прежнему не допускалось смешивание продуктов, их измельчение, перемалывание, дробление. Более всего это относилось к мясному столу. Поэтому русская кухня в противоположность французской и немецкой в течение длительного времени не знала и не желала воспринимать различные фарши, рулеты, паштеты и котлеты. Старинной русской кухне оказались чужды и всевозможные запеканки и пудинги. Стремление к приготовлению блюда из целого крупного куска, а в идеале из целого животного или растения сохранялось вплоть до XVIII в. Исключением, казалось, были начинки в пирогах, в целых животных и птице, и в их частях – сычуге, сальнике. Однако в большинстве случаев это были, так сказать, готовые начинки, измельченные самой природой, – зерно (каши), ягоды, грибы (их тоже не разрезали). Рыбу для начинки только пластовали, но не измельчали. И лишь значительно позднее – в конце XVIII в. и особенно в XIX в. – уже под влиянием западноевропейской кухни некоторые начинки стали измельчать специально.

Следующий этап в развитии русской кухни наступает на рубеже XVII и XVIII вв. и длится немногим более чем столетие – до первого десятилетия XIX в. В это время происходит радикальное размежевание кухни господствующих классов и кухни простого народа. Если в XVII в. кухня господствующих классов все еще сохраняла национальный характер и ее отличие от народной кухни выражалось лишь в том, что по качеству, обилию и ассортименту продуктов и блюд она резко превосходила народную кухню, то в XVIII в. кухня господствующих классов постепенно стала утрачивать русский национальный характер. Начиная с

петровских времен русская знать и остальное дворянство заимствуют и вводят у себя западноевропейские кулинарные традиции. Богатые вельможи, посещавшие Западную Европу, привозят с собой иностранных поваров. Вначале это были большей частью голландские и немецкие, особенно саксонские и австрийские, затем шведские и преимущественно французские. С середины XVIII в. иностранные повара выписывались настолько регулярно, что скоро они почти полностью вытеснили кухарок и крепостных поваров у высшего дворянства.

Одним из новых обычаев, появившихся в это время, следует считать употребление закусок как самостоятельного блюда. Пришедшие с Запада и дотоле неизвестные на русском столе немецкие бутерброды, французские и голландские сыры были совмещены со старинными русскими блюдами – холодной солониной, студнем, ветчиной, бужениной, а также с икрой, балыком и другой просольной красной рыбой в единую подачу или даже в особый прием пищи – завтрак. Появились и новые алкогольные напитки – ратафии и ерофеичи. С 70-х годов XVIII в., когда стал приобретать все большее значение чай, в высших кругах общества за пределы обеда выделились сладкие пироги, пирожки и сласти, которые были объединены с чаем в отдельную подачу и приурочены к 5 часам вечера.

Только в первой половине XIX в., после Отечественной войны 1812 г., в связи с общим подъемом патриотизма в стране и борьбой славянофильских кругов с иностранным влиянием у передовых представителей дворянства начинает возрождаться интерес к национальной русской кухне. Однако когда в 1816 г. тульский помещик В. А. Левшин попытался составить первую русскую поваренную книгу, он вынужден был констатировать, что «сведения о русских блюдах почти совсем истребились» и поэтому «нельзя уже теперь представить полного описания русской поварни и должно удовольствоваться только тем, что еще можно собрать из оставшегося в памяти, ибо история русской поварни никогда не была предана описанию» (4). В результате собранные В. А. Левшиным по памяти описания блюд русской кухни не только не были точны по своей рецептуре, но и по своему ассортименту далеко не отражали всего действительного богатства блюд русского национального стола.

Кухня господствующих классов и на протяжении первой половины XIX в. продолжала развиваться изолированно от народной, под заметным влиянием французской кухни. Но сам характер этого влияния существенно изменился. В отличие от XVIII в., когда происходило прямое заимствование иностранных блюд, вроде котлет, сосисок, омлетов, муссов, компотов и т. п., и вытеснение исконно русских, в первой половине XIX в. обозначился иной процесс – обработка русского кулинарного наследства, а во второй половине XIX в. начинается даже восстановление русского национального меню, правда, опять же с французскими коррективами.

В России в этот период работает целый ряд французских поваров, радикально реформирующих русскую кухню господствующих классов. Первым французским поваром, оставившим след в реформе русской кухни, был Мари-Антуан Карем – один из первых и немногих поваров-исследователей, поваров-ученых. До приезда в Россию по приглашению князя П. И. Багратиона, Карем был поваром английского принца-регента (будущего короля Георга IV),

герцога Вюртембергского, Ротшильда, Талейрана. Он живо интересовался кухнями различных народов. За время короткого пребывания в России Карем детально ознакомился с русской кухней, оценил ее достоинства и наметил пути для освобождения ее от наносного. Преемники Карема в России продолжили начатую им реформу. Эта реформа коснулась, во-первых, порядка подачи блюд к столу. Принятая в XVIII в. «французская» система подачи, когда все блюда выставлялись на стол одновременно, была заменена старинным русским способом подачи, когда одно блюдо сменяло другое. Вместе с тем количество перемен было сокращено до 4-5 и была введена такая последовательность в сервировке обеда, при которой тяжелые блюда чередовались с легкими и возбуждающими аппетит. Кроме того, на стол уже не подавали приготовленные в целом виде мясо или птицу, перед подачей на стол их стали разрезать на порции. При такой системе украшательство блюд как самоцель потеряло всякий смысл. Реформаторы выступали также за замену блюд из толченых и протертых продуктов, занявших большое место в кухне господствующих классов в XVIII – начале XIX вв., блюдами из натуральных, более свойственных русской кухне продуктов. Так появились всевозможные отбивные (бараньи и свиные) из целого куска мяса с косточкой, натуральные бифштексы, клопсы, лангеты, антрекоты, эскалопы. Одновременно старания кулинаров были направлены на то, чтобы ликвидировать тяжеловесность и неудобоваримость некоторых блюд. Так, в рецептах щей они отбросили делающую их невкусными мучную подболтку, сохранявшуюся лишь в силу традиции, а не здравого смысла, стали широко употреблять в гарнирах картофель, появившийся в России в 70-х годах XVIII в. Для русских пирогов они предложили использовать вместо ржаного кислого нежное слоеное тесто из пшеничной муки. Они же ввели безопасный способ приготовления теста на прессованных дрожжах, которыми мы пользуемся ныне, благодаря чему кислое тесто, на подготовку которого прежде требовалось 10-12 ч, стало поспевать за 2 ч. Обратили французские кулинары внимание и на закуски, ставшие одной из специфических особенностей русского стола. Если в XVIII в. преобладала немецкая форма подачи закусок – бутербродами, то в XIX в. стали сервировать закуски на специальном столе, каждый вид на особом блюде, красиво оформляя их, и таким образом настолько расширили их ассортимент, выбрав в число закусок целый ряд старинных русских не только мясных и рыбных, но и грибных и овощных квашеных блюд, что их изобилие и разнообразие отныне не переставало быть постоянным предметом удивления иностранцев.

Наконец, французская школа ввела комбинирование продуктов (винегреты, салаты, гарниры) и точные дозировки в рецептах блюд, не принятые ранее в русской кухне, и познакомила русскую кухню с неизвестными ей видами западноевропейской кухонной техники.

В конце XIX в. на смену русской печи и специально приспособленных к ее тепловому режиму горшков и чугунков пришла плита с ее духовкой, кастрюлями, сотейниками и т. п. Вместо сита и решета начали использовать дуршлаг, шумовки, мясорубки и т. п.

Немаловажным вкладом французских кулинаров в развитие русской кухни было и то, что они подготовили целую плеяду блестящих русских поваров. Их учениками были Михаил и Герасим Степановы, Г. Добровольский, В. Бестужев, И.

Радецкий, П. Григорьев, И. Антонов, З. Еремеев, Н. Ходеев, П. Викентьев и другие, поддерживавшие и распространявшие лучшие традиции русской кухни на протяжении всего XIX в. Из них Г. Степанов и И. Радецкий явились не только выдающимися практиками, но и оставили после себя обширные руководства по русской кулинарии.

Параллельно с этим процессом обновления кухни господствующих классов, осуществлявшимся, так сказать, «сверху» и сосредоточенным в дворянских клубах и ресторанах Петербурга и Москвы, шел и другой процесс – собирания, восстановления и разработки забытых старинных русских рецептов, стихийно протекавший в провинции, в помещичьих усадьбах вплоть до 70-х годов XIX в. Источником для этого собирания являлась народная кухня, в развитии которой принимало участие огромное число безымянных и безвестных, но талантливых крепостных поваров.

К последней трети XIX в. русская кухня господствующих классов благодаря неповторимому ассортименту блюд, их изысканному и тонкому вкусу стала занимать наряду с французской кухней одно из ведущих мест в Европе.

При этом необходимо подчеркнуть, что, несмотря на все изменения, привнесения и иностранные влияния ее основные характерные черты сохранились и остались ей присущими до настоящего времени, так как они стойко удерживались в народной кухне. Эти главные черты русской кухни и русского национального стола можно определить следующим образом: обилие яств, разнообразие закусочного стола, любовь к употреблению хлеба, блинов, пирогов, каш, своеобразие первых жидких холодных и горячих блюд, разнообразие рыбного и грибного стола, широкое применение солений из овощей и грибов, изобилие праздничного и сладкого стола с его вареньями, печеньями, пряниками, куличами и т. д.

О некоторых особенностях русской кухни следует сказать подробнее. Еще в конце XVIII в. русский историк И. Болтин отметил характерные особенности русского стола, в том числе не только зажиточного. В сельской местности было принято четыре поры еды, а летом в рабочую пору – пять: завтрак, или перехватка, полдник, ранее обеда, или ровно в полдень, обед, ужин и паужин. Эти выти, принятые в Центральной и Северной России, сохранялись и в Южной, но с иными названиями. Там в 6-7 ч утра снедали, в 11-12 обедали, в 14-15 полдничали, в 18-19 подвечеркивали, а в 22– 23 вечеряли. С развитием капитализма рабочий люд в городах стал есть вначале три, а затем лишь два раза в день: завтракали с рассветом, обедали или ужинали, пришедши домой. На работе же только полдничали, т. е. закусывали холодной едой. Постепенно обедом стала называться любая полная еда, полный стол с горячим варевом, иногда независимо от времени суток.

Большую роль за русским столом играл хлеб. За щами или другим первым жидким блюдом в деревне обычно съедали от полкило до килограмма черного ржаного хлеба. Белый хлеб, пшеничный, фактически не был распространен в России до начала XX в. Его ели изредка и в основном зажиточные слои населения в городах, а в народе на него смотрели как на еду праздничную. Поэтому белый хлеб, называемый в ряде районов страны булкой(5), выпекали не в пекарнях, как черный, а в особых булочных и подслащивали слегка. Местными разновидностями белого хлеба были московские сайки и калачи, смоленские крендели, валдайские баранки и

т. п. Черный хлеб различался не по месту изготовления, а лишь по роду выпечки и сорту муки – пеклеванный, заварной, подовый, обдирный и т. п.

С XX в. вошли в обиход и другие мучные изделия из белой, пшеничной, муки, ранее не свойственные русской кухне, – вермишель, макароны, в то время как употребление пирогов, блинов и каш сократилось. В связи с распространением в быту белого хлеба чаепитие с ним стало порой заменять завтрак, ужин.

Неизменное значение в русской кухне сохраняли первые жидкие блюда, называемые с конца XVIII в. супами. Супы всегда играли главенствующую роль на русском столе. Недаром ложка была главным столовым прибором. Она появилась у нас ранее вилки почти на 400 лет. «Вилкою, что удой, а ложкою, что неводом», – гласила народная пословица.

Ассортимент национальных русских супов – щей, затирух, похлебок, ухи, рассольников, солянок, ботвиней, окрошек, тюрь – продолжал пополняться в XVIII-XX вв. различными видами западноевропейских супов вроде бульонов, супов-пюре, различных заправочных супов с мясом и крупами, которые хорошо приживались благодаря любви русского народа к горячему жидкому вареву. Точно так же получили место на современном русском столе и многие супы народов нашей страны, например украинские борщи и кулеш, белорусские свекольники и супы с клецками. Многие супы, особенно овощные и овоще-крупяные, были получены из разжиженных каш-заспиц (т. е. каш с овощной засыпкой) либо представляют собой плоды ресторанной кухни. Однако не они, несмотря на свое разнообразие, а старые, исконно русские супы вроде щей и ухи определяют до сих пор своеобразие русского стола.

В меньшей степени, чем супы, сохранили свое первоначальное значение на русском столе рыбные блюда. Некоторые классические русские рыбные блюда вроде тельного вышли из употребления. Между тем они вкусны, просты по приготовлению. Их вполне можно готовить из морской рыбы, которую, кстати говоря, использовали в русской кухне еще в старину, особенно в Северной России, на русском Поморье. Жители этих бесхлебных в те времена районов издавна привычны были к треске, палтусу, пикше, мойве, наваге. «Безрыбье – хуже бесхлебья», – гласила тогда поговорка поморов.

Известны в русской кухне рыба паровая, вареная, тельная, т. е. изготовленная особым образом из одного филе, без костей, жареная, чиненая (наполненная начинкой из каши или грибов), тушеная, заливная, печеная в чешуе, запеченная на сковородке в сметане, просольная (соленая), вяленая и сушеная (сущик). В Печорском и Пермском краю рыбу, кроме того, квасили (кислая рыба), а в Западной Сибири ели строганину – мороженую сырую рыбу. Нераспространенным был лишь способ копчения рыбы, который получил развитие в основном только за последние 70–80 лет, т. е. с начала XX в.

Характерным для старинной русской кухни было широкое применение пряностей в довольно большом ассортименте. Однако снижение роли рыбных, грибных блюд и блюд из дичи, а также введение в меню ряда блюд немецкой кухни сказалось на сокращении доли пряностей, используемых в русской кухне.

Кроме того, многие пряности из-за дороговизны, так же как и уксус и соль, еще с XVII в. в народе стали употреблять ре в процессе приготовления пищи, а

ставить на стол и использовать уже во время еды в зависимости от желания каждого. Этот обычай дал повод впоследствии утверждать, что русская кухня якобы не употребляла пряностей. При этом ссылались на известное сочинение Г. Котошихина о России в XVII в. С тех далеких времен остался обычай ставить во время еды на столе соль в солонке, перец в перечнице, горчицу и уксус в отдельных баночках. Вследствие этого в народной кухне так и не выработались навыки приготовления пищи с пряностями, в то время как в кухне господствующих классов пряности продолжали употреблять в процессе приготовления пищи. А ведь пряности и приправы русская кухня знала еще во времена своего становления, их умело сочетали с рыбой, грибами, дичью, пирогами, супами, пряниками, пасхами и куличами, причем употребляли осторожно, но тем не менее постоянно и непременно. И этого обстоятельства нельзя забывать и упускать из виду, говоря об особенностях русской кухни.

Наконец, в заключение необходимо остановиться на некоторых технологических процессах, свойственных русской кухне.

На большом отрезке развития русской национальной кухни процесс приготовления пищи сводился к варке или к выпеканию продуктов в русской печи, причем эти операции велись обязательно раздельно. То, что было предназначено для варки, отваривали с начала и до конца, то, что было предназначено для печения, только пекли. Таким образом, народная русская кухня не знала, что такое комбинированная или даже разная, совмещенная или двойная тепловая обработка. Тепловая обработка пищи заключалась в нагреве теплом русской печи, сильным или слабым, трех степеней – «до хлебов», «после хлебов», «на вольном духу», – но всегда бесконтактном с огнем и либо с постоянной держащейся на одном уровне температурой, либо с падающей, убывающей температурой, когда печь постепенно остывала, но никогда не с возрастающей температурой, как при наплитном приготовлении. Оттого и кушанья получались всегда даже не отваренными, а скорее томленными или полутомленными-полутушеными, отчего приобретали совершенно особый вкус. Недаром многие блюда старинной русской кухни не производят должного впечатления, когда их готовят в иных температурных условиях.

Означает ли это, что надо восстанавливать русскую печь, чтобы получить в современных условиях настоящие блюда русской кухни? Отнюдь нет. Вместо этого достаточно имитировать создаваемый ею тепловой режим падающей температуры. Такая имитация в современных условиях возможна.

Однако не следует забывать, что русская печь оказала на русскую кухню не только положительное, но в известной степени и отрицательное влияние – она не стимулировала выработку рациональных технологических приемов.

Введение наплитного приготовления привело к необходимости заимствования ряда новых технологических приемов и вместе с ними блюд западноевропейской кухни, а также к реформе блюд старинной русской кухни, их рафинированию и развитию, приспособлению к новой технологии. Это направление оказалось плодотворным. Оно помогло спасти от забвения множество блюд русской кухни.

Говоря о русской кухне, мы до сих пор подчеркивали ее особенности и характерные черты, рассматривали историю ее развития и ее содержание в целом.

Между тем следует иметь в виду и ярко выраженные региональные различия в ней, объясняемые главным образом разнообразием природных зон и связанным с этим несходством растительных и животных продуктов, разным влиянием соседних народов, а также пестротой социальной структуры населения в прошлом. Вот почему сильно отличаются кухни москвичей и поморов, казаков Дона и сибиряков. В то время как на Севере едят оленину, свежую и соленую морскую рыбу, ржаные пироги, дежни с творогом и много грибов, на Дону жарят и тушат степную дичь, едят много фруктов и овощей, пьют виноградное вино и готовят пироги с курятиной. Если пища поморов имеет сходство со скандинавской, финской, карельской и лопарской (саамской), то на кухню казаков Дона заметное влияние оказали турецкая, ногайская кухни, а русское население на Урале или в Сибири следует татарским и удмуртским кулинарным традициям.

Региональные особенности иного плана издавна были присущи также кухням старых русских областей Центральной России. Особенности эти обусловлены еще средневековым соперничеством между Новгородом и Псковом, Тверью и Москвой, Владимиром и Ярославлем, Калугой и Смоленском, Рязанью и Нижним Новгородом. Причем они проявлялись в области кухни не в крупных несходствах, вроде различий в технологии приготовления или в наличии в каждой области своих блюд, как это было, например, в Сибири и на Урале, а в различиях как раз между одними и теми же блюдами, в различиях часто даже несущественных, но тем не менее довольно стойких. Ярким примером этого служат хотя бы такие распространенные русские блюда, как уха, блины, пироги, каши и пряники: их делали по всей Европейской России, но в каждой области имелись свои излюбленные виды этих блюд, свои мелкие различия в их рецептуре, свой внешний вид, свои приемы подачи к столу и т. п.

Этой, если можно так сказать, «малой региональности» мы обязаны возникновением, развитием и существованием до сих пор, например, разных видов пряников – тульских, вяземских, воронежских, Городецких, московских и т. д.

Региональные различия, как большие, так и малые, естественно, еще более обогащали русскую кухню, разнообразили ее. И в то же время все они не меняли ее основного характера, ибо в каждом конкретном случае обращают на себя внимание отмеченные выше общие черты, которые в совокупности отличают национальную русскую кухню на всем протяжении России от Балтики до Тихого океана.

#### **4. Характеристика основных продуктов, используемых для приготовления блюд**

##### *ПЕРВЫЕ БЛЮДА*

Ни в какой другой национальной кухне не представлено такое разнообразие типов супов, как в русской. Их можно разделить, по крайней мере, на семь больших групп:

Холодные супы с использованием кваса как основной жидкости. Сюда относятся тюри, окрошки и ботвиньи.

Легкие супы, или похлебки, основу которых составляют вода и овощи.

Супы-лапша с мясной, грибной и молочной гаммой.

Щи – основной тип русских супов.

Рассольники и солянки – тяжелые супы на мясном бульоне и солено-кислой основе.

Уха и калья – две главные разновидности рыбных супов.

И, наконец, собственно супы на крупяной и крупяно-овощной основе.

### *ХОЛОДНЫЕ СУПЫ*

#### *ОКРОШКИ*

Окрошка – холодный суп на квасу, в котором основным компонентом является не хлеб, как у тюрь, а овощная масса. К этой массе могут быть подмешаны холодное отварное мясо или рыба в пропорции 1:1. В зависимости от этого окрошка называется овощной, мясной или рыбной. Подбор овощей, а тем более мяса и рыбы к окрошке далеко не случаен. Очень важно подобрать наилучшее вкусовое сочетание овощей, мяса и рыбы с квасом и друг с другом. При этом все продукты должны быть свежими и высококачественными, поскольку пороки нельзя устранить тепловой обработкой. Эти условия, к сожалению, часто не выполняются. В результате в домашнем и общественном питании в окрошку идут случайные не свойственные ей и огрубляющие ее овощи вроде редиса, а также плохие части мяса или даже колбаса, совершенно чуждая окрошке.

В настоящей окрошке должны быть овощи двух родов – одни нейтральными или пресными по вкусу, другие – пряными и острыми. Подходят для окрошки, во-первых, отварные картофель, репа, морковь, брюква и свежие огурцы. Их нарезают мелкими кубиками. Они должны составлять примерно половину овощной основы в овощных окрошках и от четверти до трети объема в мясных и рыбных окрошках. Пряная часть должна состоять из мелко нарезанного зеленого лука (причем лук преобладает в этом наборе), зелени укропа, петрушки, кервеля, сельдерея, эстрагона.

Мясо для окрошки желательно подбирать разных сортов, а еще лучше сочетать мясо разных животных и домашней птицы. Это всегда объяснялось тем, что на окрошку шло не специально для нее приготовленное мясо, а остатки от остальных мясных блюд, преимущественно мясо, срезанное с костей, кстати, наиболее мягкое и нежное. В старинной русской окрошке предпочитали сочетать мясо поросенка, индейки и тетерева, т. е. нежную свинину, домашнюю птицу и дичь. Позднее в окрошку стали класть отварную говядину с примесью домашней птицы или без нее.

Из рыбы в окрошку годятся линь, окунь, судак, поскольку их мясо сладкое, нейтральное и не очень костистое, из морских – только треска, наиболее нейтральная по вкусу и нежирная и хорошо сочетаемая с овощами и квасом. Отваривать рыбу для окрошки надо, как для тельного, только предварительно нарезать филе кубиками по 1 x 1 см. Вообще же рыбная окрошка постепенно стала выходить из употребления как менее вкусная, чем овощная или мясная.

Важным условием для получения хорошей окрошки является также выбор для нее жидкой основы, т. е. кваса, и его заправка пряностями. Обычно для окрошек идет так называемый белый окрошечный квас, более кислый, чем обычный питьевой хлебный. В овощной окрошке он должен составлять не менее трети всей жидкой основы, в мясной окрошке его можно употреблять пополам с питьевым, а в рыбной он незаменим. Сверх того, рыбную окрошку следует дополнительно

подкислить еще лимонным соком или лимонной кислотой. Что касается пряной заправки, то она состоит либо из огуречного рассола хорошего качества, либо из горчицы и черного молотого перца, разведенных предварительно в полстакане кваса, либо из сочетания того и другого. Оба вида заправки смешивают вначале с нейтральными овощами, луком и мясом и слегка разминают их деревянной ложкой, дают настояться 30 мин, чтобы рассол впитался в мясо, и только затем заливают квасом.

Заправка должна составлять примерно 1/6 – 1/5 часть жидкости окрошки, или от 0,5 до 1 стакана на 1 л кваса. В качестве необязательных, но обогащающих мясную и овощную окрошку компонентов можно вводить небольшое количество соленых грибов (но только не маринованных), моченых яблок, слив.

Наконец, обязательным компонентом всех видов окрошки являются крутые яйца и сметана, которыми окрошку заправляют в самую последнюю очередь.

#### *ОКРОШКА ОВОЩНАЯ ЛЕТНЯЯ*

1 л кваса, 0,5 стакана огуречного рассола, 2 репы, 1 стакан нарезанного кубиками отварного картофеля, 2 свежих огурца, 1 стакан зеленого лука, 2 ст. ложки укропа, 0,5 ст. ложки петрушки, 1 ст. ложка горчицы, 0,5 ч. ложки черного перца, 3 крутых яйца.

Приготовить, как указано выше.

#### *ОКРОШКА ОВОЩНАЯ ОСЕННЯЯ*

1,25 л кваса, 0,75 стакана огуречного рассола, 1 морковь, 1 репа, 0,75 стакана нарезанного кубиками отварного картофеля, 0,75 стакана нарезанных соленых грибов, 1,5 свежего огурца, 1 стакан зеленого лука, 1 луковица, 1 ст. ложка укропа, 1 ст. ложка сельдерея или кервеля, 1 яблоко, 2 крутых яйца, 0,5 ст. ложки горчицы, 0,5 ч. ложки черного перца.

Отваренные и нарезанные мелкими кубиками по 0,5 см корнеплоды, так же нарезанные огурцы, яблоки, грибы, мелко нарезанные пряную зелень и лук соединить с пряной заправкой, разведенной в огуречном рассоле, дать постоять 20-30 мин.

Залить квасом, посолить, размешать, заправить рублеными яйцами.

#### *ОКРОШКА МЯСНАЯ*

1,25 л кваса, 0,75 стакана огуречного рассола, 1 стакан мяса вареного мелко нарезанного, 1 брюква, 0,75 стакана вареного картофеля, мелко нарезанного, 1 луковица, 0,75 стакана зеленого лука, 1,5 свежего огурца, 1 соленый огурец, 2 крутых яйца, по 1 ст. ложке зелени петрушки, сельдерея, укропа, 1 ст. ложка горчицы, 0,5 ст. ложки зелени эстрагона, 0,5 ч. ложки черного молотого перца.

О порядке приготовления см. выше.

#### *БОТВИНЬИ*

Ботвинья – чрезвычайно характерное для русской кухни первое холодное блюдо, постепенно почти исчезнувшее и вследствие своей дороговизны, и главным образом из-за утраты способа приготовления этого относительно трудоемкого по сравнению с другими холодными супами блюда. Встречающиеся иногда в современных поваренных книгах рецепты ботвиньи, предлагающие «облегчить» ее приготовление или заменить нужные для нее продукты другими, ведут к искажению этого блюда, лишают нас представления об истинном его вкусе и

привлекательности. Между тем ботвинья как праздничное блюдо до сих пор имеет право на существование в своем неизменном виде.

Полная ботвинья состоит из трех частей:

1) собственно супа ботвиньи, 2) отваренной красной рыбы (осетра, севрюги, лосося), подаваемой отдельно от супа, 3) мелко нарубленного льда, сервированного также на отдельной тарелке или чашке. Таким образом, ботвинью подают сразу в трех посудах одному лицу.

Однако ботвинью можно приготовить и без дорогой рыбы. Тогда это будет так называемая неполная ботвинья, попросту холодный летний зеленый суп.

По характеру суповой части ботвиньи делят на простые и запарные. Оба вида готовят на квасной основе. При этом запарная ботвинья отличается от простой тем, что кроме кваса в ней присутствует кислая запарная закваска из муки и квасной гущи. Выбор и подготовка квасной основы имеет здесь еще большее значение, чем в тюрях и окрошках. Кислота кваса должна приятно дополнять пресный или солоноватый вкус рыбы, а не противоречить ему. Поэтому квас не должен быть ни сладковатым, ни чрезмерно кислым. Точнее, кислота должна быть тонко-нежно-острой. Она достигается в ботвиньях не только с помощью собственно кваса, но и благодаря нежной растительной кислоте таких трав, как щавель, а в запарной ботвинье – с помощью ржаной закваски. Кроме того, для остроты и аромата в квас добавляют тертый хрен и лимонный сок. Квасной основой для ботвиньи может быть темный хлебный квас, смешанный менее чем с третью белого окрошечного.

Что касается рыбной части ботвиньи, то лучше, если она состоит из разных видов красной рыбы и небольшого количества мяса раков или (как их замена) крабов и креветок.

#### *БОТВИНЯ ПРОСТАЯ ПОЛНАЯ*

1 л кваса хлебного, 0,25 л белого окрошечного кваса, 1,5-2 стакана отваренного щавеля, 1 стакан отваренной крапивы, 3 молодые свеколки с ботвой, 1-1,5 свежего огурца, 1-2 ст. ложки тертого хрена, 0,5 лимона, 1 ч. ложка горчицы, 0,5-0,75 стакана зеленого лука, 1 ч. ложка соли, 1 ч. ложка сахара, 1,5 ст. ложки укропа, 0,5 кг рыбы, 4 рака.

Приготовление ботвичной массы. Ботву молодых свеколок целиком и отдельно корешки слегка припустить до мягкости. Точно так же слегка отварить (не более 3 мин) целые листья щавеля. Крапиву промыть тщательно в холодной воде, затем ошпарить кипятком и откинуть в дуршлаг. Всю зелень отмерить по рецепту и порезать мелко-намелко острым ножом. Ни в коем случае не протирать и не пропускать через мясорубку, иначе ботвинья превратится в суп-пюре и изменится ее вкус. Затем добавить к зеленой массе мелко нарезанные корешки свеклы, а также мелко нарезанный зеленый лук, перетертый с солью и укропом.

Приготовление квасной основы и соединение ее с ботвичной массой. Соединить оба вида кваса. Срезать цедру с лимона, растереть ее с сахаром в чашке, добавить туда лимонный сок, горчицу, хрен, немного кваса, перемешать и влить в основную массу кваса.

Квасную основу соединить с ботвичной массой, добавить туда нарезанный мелкими кубиками огурец и дать постоять на холоде 15– 20 мин – смесь должна

настояться, а кислая основа впитаться в ботву. Тем временем приготовить рыбную часть ботвиньи.

Приготовление рыбы для ботвиньи. Набор кусочков (по 50 г) красной рыбы разных видов (осетра, севрюги, лосося) отварить в небольшом количестве кипящей подсоленной воды с луком, укропом, черным перцем и лавровым листом: свежепросоленную и солено-копченую рыбу – в течение 2-3 мин, сырую – 10 мин. Применение неотваренной соленой, а тем более солено-копченой рыбы исключается, так как она не сочетается с кислой основой и портит вкус этого дорогого и трудно приготавливаемого блюда.

Порядок еды ботвиньи. Ботвинью подают либо как первое блюдо, либо после горячего первого как жидкую закуску перед жарким. К ней подают две ложки и вилку: вилкой берут рыбу, первой ложкой прихлебывают ботвинью, а второй – из чашки со льдом периодически подкладывают в ботвинью кусочки льда, чтобы она все время оставалась холодной. Хлеб к ботвинье идет только свежий ржаной.

### *ГОРЯЧИЕ СУПЫ*

#### *ЩИ*

Щи – основное жидкое горячее блюдо на русском столе на протяжении вот уже более тысячелетия. Оно устойчиво сохранялось в разные эпохи, хотя вкусы менялись, и никогда не знало социальных преград; его употребляли все слои населения. Разумеется, щи были не для всех одинаковыми: одни, более полные по составу, так и назывались – «богатые», про другие говорили – «пустые», так как их порой варили из одной капусты да лука. Однако при всех многочисленных вариациях от «богатых» до «пустых» и при всех региональных (областных) разновидностях щей; всегда сохранялся традиционный способ приготовления их и связанный с ним вкус и аромат. Огромное значение для создания особого, неповторимого вкуса щей имело то, что они приготавливались, а затем томились (настаивались) в русской печи. Неистребимый ничем аромат щей – «щаной дух» – всегда стоял в русской избе. Со значением щей в повседневной жизни были связаны русские поговорки: «Щи – всему голова», «Щи да каша – пища наша» и др.

Поразительное долголетие щей можно объяснить, пожалуй, их неприедаемостью. Щи не надоедают при частом употреблении. Их можно есть чуть ли не ежедневно в любое время года.

Щи в их наиболее полном варианте состоят из шести основных компонентов – капусты (или заменяющей ее ведущей овощной массы), мяса (или, в очень редких случаях, рыбы, грибов – сушеных и соленых), кореньев (моркови, корня петрушки), пряной заправки (лука, сельдерея, чеснока, укропа, перца, лаврового листа) и кислой заправки (сметаны, яблок, капустного рассола). Из этих шести компонентов первый и последний, т. е. овощная ведущая масса и кислая заправка, являются непременно и совершенно обязательными. Самые простые щи могут состоять только из них, продолжая оставаться щами.

Что касается ведущей овощной массы в щах, то чаще всего ею бывает капуста – свежая или квашеная. Но это отнюдь не означает, что щи – это суп с капустой. Признаком щей является кислота, создаваемая чаще всего рассолом квашеной капусты (либо в составе капусты, либо в чистом виде) или, вместо нее, щавелем (зеленые щи), разваром зеленых, диких или антоновских яблок, солеными

грибами, а также сметаной (в щах из свежей капусты). Вот почему капусту можно заменять в щах различной зеленой, кислой или нейтральной массой (щавелем, снытью, крапивой, борщевиком – в так называемых зеленых борщевых щах), а также овощной нейтральной массой, хорошо впитывающей кислоту (репой или редькой – в так называемых репьяных щах).

Технология приготовления всех видов щей одинакова. Вначале отдельно с кореньями и луком отваривают мясо или грибы. Затем в готовый бульон добавляют капусту или ее заменители и кислоту. Если для щей используют кислую капусту, то ее варят отдельно от мясного бульона и соединяют с ним после его готовности. В обоих случаях лишь после разваривания овощной массы до необходимой мягкости добавляют соль и пряную заправку. Сметаной заправляют готовые щи, чаще всего во время подачи их.

Первоначально в щи вводили еще и мучную заправку (вместе с капустой), чтобы сделать бульон щей более плотным. Это было принято обычно в западных и южных областях России.

Однако такая заправка ухудшает вкус щей, огрубляет их аромат. Поэтому с появлением картофеля в целях крахмализации бульона в щи стали добавлять одну-две картофелины – в целом виде, до закладки капусты и кислой основы. Причем часто картофель затем изымают из щей, так как от кислоты он затвердевает. Уплотнению консистенции бульона в постных и зеленых щах способствует также добавление небольшого количества крупы, обычно гречневой (1 ст. ложка на всю кастрюлю), которая полностью разваривается.

Чем проще овощной состав щей, чем постнее они, тем больше умения требуется для их приготовления. Настоящие щи немислимы без пряной заправки, которая играет немалую роль в создании «щаного духа». Прежде всего огромное значение имеет внесение лука в щи. Наилучшим способом является его двойная закладка: первый раз – целой луковицей вместе с мясом, кореньями и грибами (затем эту луковицу вынимают) и второй раз – мелко нарезанным луком (крошеным) вместе с капустой. При этом никогда в щи нельзя вносить пережаренный отдельно на масле лук – в таком виде он не свойствен настоящим щам.

Точно так же дважды вносят в щи и другую пряную заправку – петрушку и сельдерей: первый раз – корешком, который вынимают затем вместе с луковицей, вторично – в конце варки, в виде зелени. Остальные пряности – лавровый лист, черный перец раздавленными горошками, укроп и чеснок вносят так: первые два вида – за 15 мин до готовности, вторые два – вместе с зеленью петрушки в конце варки. После этого щи должны обязательно постоять под крышкой, помлеть, чтобы настояться, минут 10-15 как минимум. Именно в это время щи «доходят до настоящего вкуса»: капуста становится мягкой, кислота и аромат пряностей передаются овощам. Поэтому прежде оставляли щи млеть и томиться после приготовления в легком духу русской печи, где они не остывали, или же отставляли на край плиты, где тепло сохранялось, но кипение прекращалось. Особенно нуждаются в этом щи из кислой капусты. Их хорошо ставить в слабо нагретую духовку на 10-15 мин, а то и более. Иногда настаивание щей может длиться

несколько часов (от 12 до 24), отчего они приобретают лучший и более своеобразный вкус. Такие щи называются суточными, их готовят загодя, за сутки.

Наконец, следует обратить внимание на еще два обстоятельства, влияющие на качество щей – это выбор мяса и подбелка или забелка.

На щи идет говядина, преимущественно жирная – грудинка, тонкий и толстый край, огузок. Для создания особого запаха к говядине можно добавлять небольшое количество ветчины – десятую – восьмую (а на юге России даже третью) часть от веса говядины. При этом говядину в щах всегда отваривают целым куском, а ветчину измельчают. Только в сборных щах измельчению подвергают все мясные компоненты. Щи из одной свинины, встречающиеся главным образом в пограничных с Украиной областях России, не типичны для русской кухни. То же можно сказать и о встречающихся в отдельных областях России щах с рыбой вместо мяса. Для таких щей когда-то непременно требовались особый подбор рыб (соленой красной – белужины и осетрины, в сочетании с речной рыбой – окунями, карасями и линями) и их отдельная тепловая обработка. Иной способ приготовления щей с рыбой, причем с другими ее сортами, дает не столь вкусное блюдо, которое потому и не получило распространения.

Что касается забелки, то хорошие щи не могут никак обойтись без нее. Роль забелки обычно выполняет сметана, являющаяся одновременно подкислителем. Иногда сметану заменяют простоквашей или просто молоком. В богатых щах из кислой капусты забелкой служит смесь сметаны и сливок в пропорции 4:1. Это очень вкусная забелка.

Несколько слов о консистенции щей. Щи всех видов могут быть густыми, либо жидкими, в зависимости от соотношения воды и массы вложенных продуктов. Когда-то идеальными считались густые щи, в которых «ложка стоит», или «щи с горкой», т. е. когда кусок мяса возвышается над поверхностью налитой в тарелку жидкости и гущи. Наши рецепты рассчитаны на щи более чем средней густоты; это означает, что количество жидкости на 1 порцию не должно превышать 350 г. Следовательно, холодной воды надо заливать не более 2 л на 4 порции, а лучше 1,5 л, чтобы готовый бульон составлял 1,25 л (после выкипания). Варить следует 2 ч. Пряности вносят в щи за 5-10 мин до готовности.

Едят щи обычно с черным, ржаным хлебом.

#### *ЩИ БОГАТЫЕ (ПОЛНЫЕ)*

750 г говядины, 500-750 г или 1 пол-литровая банка квашеной капусты, 4-5 сухих белых грибов, 0,5 стакана соленых грибов, 1 морковь, 1 крупная картофелина, 1 репа, 2 луковицы, 1 корень и зелень сельдерея, 1 корень и зелень петрушки, 1 ст. ложка укропа, 3 лавровых листа, 4-5 зубчиков чеснока, 1 ст. ложка сливочного или топленого масла, 1 ст. ложка сливок, 100 г сметаны, 8 горошин черного перца, 1 ч. ложка майорана или сухой ангелики (зори).

1. Говядину вместе с луковицей и половиной кореньев (моркови, петрушки, сельдерея) положить в холодную воду и варить в течение 2 ч. Через 1-1,5 ч после начала варки посолить, затем бульон процедить, коренья отбросить.

2. В глиняный горшок положить квашеную капусту, залить ее 0,5 л кипятка, добавить сливочное масло, закрыть, поставить в умеренно нагретую духовку. Когда

капуста начнет мягчать, вынуть ее и соединить с процеженным бульоном и говядиной.

3. Грибы и разрезанную на 4 части картофелину сложить в эмалированный сотейник, залить 2 стаканами холодной воды и поставить на огонь. Когда вода закипит, грибы вынуть, нарезать соломкой и вновь опустить в грибной бульон довариваться. После готовности грибов и картофеля соединить с мясным бульоном.

4. К соединенным бульонам и капусте добавить мелко нарезанную луковицу и все остальные корни, нарезанные соломкой, и пряности (кроме чеснока и укропа), посолить и варить 20 мин. Затем снять с огня, заправить укропом и чесноком и дать настояться в течение примерно 15 мин, закутав чем-нибудь теплым. Перед подачей на стол заправить крупно нарезанными солеными грибами и сметаной прямо в тарелках.

#### *ЩИ СБОРНЫЕ*

250 г говядины, 200 г баранины, 100 г ветчины, 100 г курицы, 100 г утки или гуся, 500-700 г квашеной капусты, 2 луковицы, 1 морковь, 1 репа, 1 петрушка, 1 ст. ложка укропа, 1 ч. ложка майорана, 3 лавровых листа, 4 зубчика чеснока, 10 горошин черного перца, 100 г сметаны.

Готовить по предыдущему рецепту, т. е. мясную или капустную части варят вначале отдельно, затем, доведя мясо до полуготовности, соединяют. Каждый вид мяса нарезают на 4 кусочка. Пряности закладывают за 10 мин до готовности щей.

#### *ЩИ ПОСТНЫЕ*

500-750 г квашеной капусты, 5-6 сухих белых грибов, 1 ст. ложка гречневой крупы, 2 луковицы, 1 картофелина, 1 морковь, 1 репа или брюква, 1 петрушка, 1 ст. ложка укропа, 3 лавровых листа, 4 зубчика чеснока, 8 горошин черного перца, 100 г сметаны, 1-2 ст. ложки макового, подсолнечного или оливкового масла.

1. Квашеную капусту залить 0,5 л кипятка и поставить в глиняном горшке в духовку на 20-30 мин. Затем отвар слить в отдельную эмалированную или фаянсовую посуду, а капусту посолить, смешать с мелко нарезанным луком, смочить подготовленным ароматизированным (7) растительным маслом и растереть в эмалированной миске деревянной ложкой так, чтобы полностью втереть масло. Затем вновь соединить с отваром и продолжать варить на плите.

2. Подготовить 1 л грибного бульона, как указано в пункте 3, соединить бульон с капустой, добавив в него гречневую крупу, и продолжать варить до готовности капусты.

#### *ЩИ ПРОСТЫЕ МЯСНЫЕ*

500 г говяжьей голяшки, 100 г ветчины, 500-750 г квашеной капусты, 100 г сметаны, 1 морковь, 1 петрушка, 2 луковицы, 1-2 картофелины, 3 лавровых листа, 4 зубчика чеснока, 1 ст. ложка укропа, 8 горошин черного перца.

Говядину и ветчину залить кипятком, добавить луковицу, картофель и часть корней (целиком), варить в течение 1,5 ч до полуготовности мяса. Затем заложить перетертую с солью и крошеным луком капусту, остальную часть корней, нарезанных соломкой, и продолжать варить еще 1 ч.

#### *ЩИ СУТОЧНЫЕ*

Готовить так же, как щи простые мясные, но без картофеля. Пряности закладывать частично – без зелени петрушки, укропа и чеснока. После

приготовления щи закатать в теплое, а через 3-4 ч поставить на холод на одни сутки. На следующий день разогреть, добавить пряную зелень и чеснок, сметану.

#### *ЩИ ЛЕНИВЫЕ (ИЛИ РАХМАННЫЕ)*

500 г говяжьей грудинки (но больше распространен вегетарианский вариант), 750 г свежей капусты (кочан), 3 луковицы, 1 морковь, 1 картофеля (пополам), 1 петрушка (корень и зелень), 1 сельдерей (корень и зелень), 2 ст. ложки укропа, 1 ч. ложка майорана, 2 лавровых листа, 10 горошин черного перца, 8 зубчиков чеснока, 200 г сметаны, 1 помидор.

1. Сварить из мяса бульон, как обычно для щей, с луком и кореньями, картофелем в течение 2 ч, процедить.

2. Очистить кочан капусты от внешних листьев, вырезать кочерыжку, не нарушая целостности кочана, положить его на 30 мин в холодную, слегка подсоленную воду. Затем вынуть, ошпарить кипятком и нарезать крупными квадратами (2х2 см).

3. Положить подготовленную капусту, крошенный лук, разрезанный на 4 части помидор и нарезанные соломкой остальные коренья в готовый мясной бульон, посолить и продолжать варить до готовности капусты и кореньев на умеренном огне. Заправить пряностями и сметаной.

#### *ЩИ КИСЛЫЕ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ*

500-750 г говяжьей грудинки, 500-750 г свежей капусты (небольшой кочан или полкочана), 6-8 маленьких зеленых незрелых яблок любого сорта, 2 луковицы, 0,5 репы, 2 ст. ложки укропа, 3 лавровых листа, 8 горошин черного перца, 100 г сметаны.

Сварить обычный для щей мясной бульон (см. предыдущие рецепты).

Когда мясо будет почти готово, положить капусту, нарезанную квадратиками (1х1 см), мелко нарезанный лук, коренья, через 15 мин варки добавить нарезанные соломкой яблоки, а еще через 5 мин – пряную зелень и варить до тех пор, пока яблоки полностью не разварятся.

Яблоки можно разварить и отдельно в эмалированном сотейнике и влить этот отвар (1 стакан) к уже почти готовым щам.

Эти щи можно готовить и без мяса.

#### *ЩИ ЗЕЛЕННЫЕ*

500 г говяжьей грудинки, 0,75-литровая банка щавеля, 2 луковицы, 1 морковь, 1 петрушка, 1 сельдерей, 1 ст. ложка укропа, 10 горошин черного перца, 3 лавровых листа, 4 зубчика чеснока, 2 крутых яйца, 100 г сметаны.

1. Сварить мясной бульон, как указано в предыдущих рецептах.

2. Щавель тщательно промыть в холодной воде, освободить от стеблей, мелко нарезать и положить в готовый кипящий мясной бульон. Одновременно добавить мелко нарезанный лук, нарезанные соломкой коренья, пряности, за исключением чеснока и укропа, и варить 10-15 мин до потемнения щавеля. Чеснок и укроп внести за 2 мин до конца варки. При подаче на стол заправить сметаной и мелко нарезанными яйцами.

Примечание. Щи зеленые можно готовить и без мяса. В этом случае щавель, коренья и пряности вносят в 1,25 л кипящего подсоленного лукового бульона, в

который засыпают еще 1 ст. ложку риса и 1 ст. ложку гречневой крупы. Варят 15 мин.

### *ЩИ КРАПИВНЫЕ*

4 стакана ошпаренной крапивы, 2 ст. ложки гречневой крупы (ядрицы), 1 ст. ложка риса, 1 картофелина, 2 яйца, 0,5 ч. ложки лимонной кислоты, 1 петрушка, 1 сельдерей, 1 ст. ложка укропа, 8 горошин черного перца, 100 г сметаны, 1,25 л воды.

1. В кипящую подсоленную воду или готовый мясной бульон положить пряные овощи, мелко нарезанный лук, крупу и кипятить в течение 10-12 мин.

2. Затем положить крапиву, подготовленную следующим образом. Листья молодой крапивы (верхние три-четыре листа) освободить от стебельков, тщательно промыть несколько раз в холодной воде, ошпарить крутым кипятком, быстро откинуть на дуршлаг, не давая крапиве пустить сок, и сразу же нарезать мелко-намелко. Варить крапиву в бульоне 10-12 мин.

3. Снять щи с огня, заправить чесноком, укропом, лимонной кислотой, дать настояться.

### *ЩИ РЕПЯНЫЕ*

500 г говяжьей грудинки, 100 г ветчины, 500 г репы, 1 брюква, 1-1,5 стакана капустного рассола, 2 луковицы, 1 петрушка, 8 горошин черного перца, 1 ч. ложка майорана, 4 зубчика чеснока, 2 ст. ложки укропа, 100 г сметаны.

Готовят, как простые мясные щи. Репу и брюкву, нарезанные соломкой, закладывают в готовый мясной бульон вместе с капустным рассолом и варят до мягкости овощей.

### *ПОХЛЕБКИ*

Похлебки – первые горячие блюда, являющиеся по существу крепкими овощными отварами. В отличие от супов и щей, приготавливаемых на мясных бульонах, похлебки – легкие супы, основу которых составляют вода и овощи (9).

В похлебках преобладает всегда один овощной компонент, по имени которого они и называются: луковая, картофельная, репьяная, брюквенная, чечевичная и т. д. Предпочтение оказывается овощам нежным, не требующим длительной варки, обладающим собственным характерным ароматом.

Никогда не используют в похлебки фасоль, свеклу, кислую капусту.

В состав похлебок обязательно входят лук и пряности, подбор которых неодинаков для каждого вида похлебки. Пряная зелень петрушки, укропа и сельдерея, а также чеснок – наиболее частые компоненты.

Солить похлебки надо осторожно и по-разному в зависимости от основного овощного компонента: картофельную – в начале варки, чечевичную – после окончания варки, остальные – в процессе приготовления.

Характерным для технологии приготовления похлебок является и то, что овощи закладываются не в холодную воду, а обязательно в крутой кипяток (можно также распустить в нем мелко нарезанный лук).

При кажущейся легкости и быстроте (они варятся примерно 20-30 мин) приготовление похлебок требует особого внимания и навыков, большей тщательности при обработке овощей.

Надо сохранить и донести до стола легкий аромат похлебки, запаху которой могут повредить недостаточно отмытые или плохо очищенные от кожуры овощи.

Надо знать порядок закладки и времени варки овощей и пряностей. Похлебку нельзя переварить, ибо тогда весь аромат улетучится, а бульон помутнеет. Настоящие похлебки всегда прозрачны, причем каждая имеет свой цвет. В отличие от собственно супов их готовят без жиров, без масла, как чистые овощные отвары. Допускается последующая подбелка сметаной, а чаще сливками. Но подбелка, а тем более прибавление масла, хотя бы и сливочного, все же изменяет вкус похлебки.

Едят похлебки с черным ржаным хлебом, лучше совсем свежим, и тотчас же после их приготовления, горячими.

Оставлять похлебку на другой день и подогревать не рекомендуется.

#### *ПОХЛЕБКА ЛУКОВАЯ*

1,25 л воды, 4-6 луковиц, 1 лук-порей, 1 петрушка, 1 сельдерей, 1 ст. ложка укропа, 4-6 горошин черного перца, 1 ч. ложка соли.

Коренья нарезать соломкой, положить в кипящую воду. Репчатый лук и лук-порей порезать мелко-намелко (но только не колечками), перетереть с солью в фарфоровой посуде и засыпать в кипящий бульон. Положить перец. Когда лук распухнет и бульон окрасится в зеленый цвет, посолить, засыпать измельченную пряную зелень и через 3 мин снять с огня. Закрывать, дать настояться в течение 5 мин.

#### *ПОХЛЕБКА КАРТОФЕЛЬНАЯ*

1,5 л воды, 5-6 картофелин, 1 луковица, 0,5 головки чеснока, 3 лавровых листа, 1 ст. ложка укропа, 1 ст. ложка зелени петрушки, 6-8 горошин черного перца.

В подсоленный кипяток положить измельченный лук, нарезанный кубиками картофель и варить до готовности картофеля. Пряности и пряную зелень внести соответственно за 5–7 и 2 мин до готовности.

#### *ПОХЛЕБКА ЧЕЧЕВИЧНАЯ*

1,5-1,75 л воды, 1 стакан чечевицы, 1 луковица, 1 морковь, 1 петрушка, 3 лавровых листа, 6 горошин черного перца, 0,5 головки чеснока, 1 ст. ложка зелени чабера.

Чечевицу замочить на сутки в холодной воде. Перед приготовлением еще раз промыть, залить холодной водой и поставить на умеренный огонь. Когда закипит, внести измельченные коренья и варить до полного разваривания чечевицы (должно остаться 1,25-1 л жидкости). Затем добавить лук и остальные пряности, кроме чеснока и чабера, посолить и варить на очень слабом огне еще 10-12 мин, после чего заправить чесноком и чабером, снять с огня и дать настояться 5-8 мин.

#### *УХА*

Уха – жидкое горячее рыбное блюдо, которое, однако, неправильно было бы называть рыбным супом. Название «уха» закрепилось исключительно за рыбным бульоном только с конца XVII – начала XVIII вв. В XI-XII вв. «ухой» называли также навар из мяса, в XVI– XVII вв. – из курицы. Однако уже с XV в уху все чаще начинают делать из рыбы, которая лучше других продуктов давала возможность создать блюдо, принципиально отличающееся от остальных жидких блюд русского стола. Уха превратилась в блюдо быстрого приготовления, с прозрачной жидкостью, похожей на бульон, поэтому ее нельзя заправлять, как рыбный суп, маслом, крупой, мукой, пережаренным луком и т. п.

В течение веков сложились совершенно определенные правила приготовления ухи, касающиеся подбора сортов рыбы, посуды, количества и состава овощей и пряностей, порядка закладки и времени варки.

Так, варить уху следует в неокисляемой посуде (эмалированной, глиняной). Классическую русскую уху варят из тех рыб, которые дают прозрачный навар, отличаются клейкостью, нежностью и «сладостью». Это судак, окунь, ерш, сиг – из них получается лучшая, так называемая белая уха. К ним добавляют обычно одну треть налима, сома, линя или язя. На втором месте по вкусу – уха из жереха, сазана, голавля, сырка, карася, карпа, красноперки. Уха из этих рыб называется черной. Наконец, уха из красной рыбы – осетра, белуги, севрюги, нельмы, лосося – называется красной ухой, или янтарной, когда она особенно жирна и ее делают с шафраном. Кроме этих видов ухи классическая русская кухня знает уху рядовую, опеканную, вялую, пластовую и сладкую.

Уху варят обычно не из одного какого-либо вида рыбы, а из двух как минимум и из четырех как максимум. Исключением может быть уха из красной рыбы, которую варят и из одного вида рыбы. На особом месте стоят региональные разновидности ухи – уха из стерлядей (стерляжья, волжская), уха из снетков (чудская, псковская) и уха из сущика (10) вместе с солеными рыжиками – так называемая уха лачская (лажская), или онежская.

Не годятся для ухи плотва, лещ, пескарь, уклея, вобла, тарань, а также сельдевые всех видов, скумбрия, чехонь, бычки. Их лучше использовать для приготовления рыбных супов.

Бытует мнение, что хорошую уху нельзя приготовить из морской рыбы. Это неверно. Многие из морских рыб по своим качествам хорошо подходят для варки ухи. Это треска, палтус, макрорус, нототения, угольная рыба, вомер, ледяная рыба, сквама, морской окунь. Треска и палтус, например, применялись и ранее для приготовления поморской (архангельской) ухи. Обычно уху из пресноводной рыбы стараются приготовить сразу же после ее вылавливания. Чем свежее рыба, тем вкуснее уха. Это полностью относится и к морской рыбе. Поэтому, если она заморожена, то для лучшего сохранения свежести ее не следует размораживать перед закладкой в уху. Надо также выбирать для ухи более молодую, мелкую рыбу, стараясь к тому же брать менее подверженную порче хвостовую часть. Наиболее удачно для ухи сочетание нежирной рыбы (трески, ледяной, макроруса, вомера) с жирной (палтусом, морским окунем, сквамой, нототенией).

В уху кладут минимум овощей – небольшое количество картофеля (причем нерассыпчатого, сладких сортов), моркови и обязательно лук. Если уху готовят из живой рыбы, то в нее кладут только лук. Если же используют свежую, но уже уснувшую рыбу, то овощи кладут обязательно. Кроме того, вносят довольно большой набор пряностей: петрушку (корень и зелень), лук-порей, зеленый лук, укроп, черный перец, лавровый лист, эстрагон, пастернак, а в некоторые виды ухи добавляют шафран, мускатный орех, имбирь, анис, фенхель. Обычно ассортимент пряностей зависит от сорта рыбы – чем жирнее рыба, тем больше требуется для ухи пряностей.

Чрезвычайно важно для создания своеобразного вкуса и аромата ухи соблюдать правильный режим варки. Прежде всего для ухи необходимо

подготовить бульон – кипящий подсоленный овощной отвар, куда на короткое время (от 7 до 20 мин) опускают рыбу. Основная цель подготовки бульона – создать такую среду для рыбы, в которой бы она не вываривалась полностью, т. е. оставалась бы вкусной и сочной. Прежде с этой целью в бульоне сначала полностью вываривали мелкую рыбу, а также головы и кости, которые затем выбрасывали, а бульон процеживали и осветляли яично-белковой оттяжкой. И только потом в этом рыбном бульоне отваривали куски более крупной рыбы или ее филе, предназначенные для еды с ухой. Позднее уплотнения консистенции бульона стали достигать, отваривая в нем картофель.

Такой прием более подходит к приготовлению ухи из морской рыбы.

Продолжительность варки рыбы целиком зависит от вида рыбы: пресноводная рыба варится 15-20 мин (а рыба сибирских рек 25– 30 мин), морская – 8-12 мин. Переваривание морской рыбы ухудшает качество рыбного мяса, делает его жестким и ухудшает вкус самого бульона, который становится менее сладким, менее ароматным.

Следует обратить внимание и на то, что уха получится значительно вкуснее, если ее варить без крышки, в открытой посуде и на умеренном или медленном огне.

Показателем готовности ухи является легкое отстаивание мяса рыбы от костей, а показателем хорошего качества – прозрачность бульона, его тонкий аромат, яркая белизна мяса рыбы. Уха не должна иметь специфического рыбного запаха, каким нередко обладают рыбные супы, при варке которых допускается сильное разваривание рыбы.

Едят уху с черным хлебом или же с рыбной кулебякой, пирогами, начиненными вязигой, саго, рисом и яйцами, луком или рыбой (расстегаи). Ниже приводятся современные рецепты рядовой ухи – из речной и из морской рыбы, а также старинные разновидности русской ухи: сборная, карасевая, опеканная, сладкая, раковая. Различия в их приготовлении незначительные, но все же имеются.

#### *УХА РЯДОВАЯ (ИЗ РЕЧНОЙ РЫБЫ)*

1,5 кг рыбы, 1,75 л воды, 2 луковицы, 0,5 моркови (небольшой), 1 петрушка (корень и зелень), 1 корень пастернака, 2 картофелины, 1 ст. ложка укропа, 3 лавровых листа, 8 горошин черного перца, 1 ст. ложка эстрагона, 2 ч. ложки соли.

В подсоленный кипяток положить картофелины, разрезанные на четвертушки, головы и хвосты рыбы, мелко нарезанный лук, нарезанные соломкой морковь и петрушку и варить на слабом огне 20 мин, затем снять пену, при желании – процедить, затем положить лавровый лист, перец, прокипятить еще 5 мин, усилить огонь и опустить в готовый бульон вычищенную и разрезанную на крупные куски (шириной 4-5 см) рыбу, варить ее на умеренном огне 15-17 мин, не давая сильно кипеть. В конце, если надо, досолить, засыпать зеленью петрушки, укропа и эстрагона, снять с огня, закрыть крышкой и дать настояться в течение 7-8 мин.

#### *УХА РЯДОВАЯ (ИЗ МОРСКОЙ РЫБЫ)*

1,5 кг рыбы или 1,25 кг филе (примерно по 0,5 кг трески, палтуса, морского окуня), 1,75 л воды, 2 луковицы, 0,5 моркови, 3 картофелины, 4 лавровых листа, 10-12 горошин черного перца, 1 лук-порей, 1 петрушка, 2 ст. ложки укропа, 4-5 тычинок шафрана, 2 ч. ложки соли, 4 ломтика (кружочка) лимона.

В подсоленный кипяток положить нарезанный кубиками картофель, соломкой нарезанные морковь и петрушку, мелко нарезанный лук, прокипятить 10-15 мин на умеренном огне до полуготовности картофеля, затем заложить все пряности, кроме укропа и части порея, а через 3 мин – нарезанную крупными кусками рыбу и продолжать варить еще 8 мин на умеренном огне. При необходимости досолить. За минуту до готовности засыпать укроп, лук-порея.

Дать настояться, положить лимон (см. предыдущий рецепт).

#### *УХА СБОРНАЯ*

В состав рыбной части ухи входят речная и красная рыба в соотношении 2:1 или 1:1. Порядок приготовления такой же, как для рядовой ухи. Из пряностей, помимо тех, что используются в рядовой ухе из речной рыбы, можно добавить шафран и имбирь (на кончике ножа).

#### *УХА ОПЕКАННАЯ*

Набор продуктов тот же, что для рядовой ухи. Опеканную уху можно варить двумя способами.

1. Головы, хвосты, кости от разделанной рыбы сварить в течение 20-30 мин на умеренном огне, бульон процедить и отварить в нем в течение 5 мин крупные куски филе рыбы. Затем рыбу вынуть, обмакнуть во взбитое с 1 ч. ложкой муки яйцо, слегка обжарить (опечь – отсюда «опеканная») в сковороде на сливочном масле и вновь погрузить в кипящий рыбный бульон для доваривания еще на 3-5 мин.

2. Рыбу, овощи, пряности положить в глиняный горшок, залить кипятком, закрыть, поставить в нагретую духовку на большой огонь на 15 мин. Когда уха начнет кипеть, вынуть из духовки, добавить 1 ст. ложку сливочного масла, поверх налить хорошо взбитые 1 -2 яйца и вновь поставить в духовку на 15 мин – до полного запекания (спекания) яиц.

#### *УХА КАРАСЕВАЯ*

Готовить так же, как уху рядовую из речной рыбы (см. выше), но вместо картофеля положить 2 ст. ложки промытого риса. Сначала отварить головы карасей отдельно, а затем бульон процедить и положить в него самих карасей, не разрезая их на куски.

Эту уху не солят.

#### *УХА ПЛАСТОВАЯ*

Готовить так же, как уху рядовую, но из соленой и провяленной рыбы, распластанной вдоль. Первоначально такую рыбу надо ошпарить кипятком, в котором варился анис или фенхель. После этого ее можно класть в уху, но не 1,5 кг, как для рядовой ухи, а 1 кг.

#### *УХА ВЯЛАЯ*

Готовить так же, как и рядовую, но из сушеной на солнце мелкой рыбы или из сушика. В нее можно добавлять сухие или свежие грибы.

#### *УХА СЛАДКАЯ*

Варить, как рядовую уху из речной рыбы, но моркови брать вдвое больше (целая морковь вместо половины) и нарезать ее мелкими кубиками. Следует увеличить также долю пастернака, а в качестве добавочных пряностей в бульоне в

марлевым мешочке отварить в течение 5-7 мин (а затем вынуть) 1 ч. ложку семян аниса или фенхеля.

### *УХА РАКОВАЯ*

В рыбную часть этой ухи входит 2 части мяса рака и 1 часть мяса рыбы, лучше всего щуки или другой пресноводной рыбы. Из этой смеси сделать тельное с добавлением лука, черного перца и 1 ст. ложки пшеничной муки (на 1 кг рыбы). Уху варить из мелкой свежей речной рыбы, которую после разваривания вынуть, после чего бульон процедить и опустить в него тельное, которым предварительно наполнить раковые панцири. Закладка овощей и пряностей та же, что для рядовой ухи, за исключением укропа, которого надо взять вдвое больше.

### *КАЛЬЯ*

Калья – распространенное в XVI-XVII вв. рыбное жидкое первое блюдо. Впоследствии оно постепенно почти вышло из употребления, а кое-где его неправильно стали называть рыбным рассольником. Готовят его в основном так же, как и уху, но в бульон для кальи добавляют соленые огурцы, огуречный рассол, лимоны и лимонный сок, либо каждый в отдельности, либо вместе взятые. Отличительным признаком кальи прежде являлось то, что для нее использовали обычно только жирную рыбу, преимущественно красную, и наряду с рыбой в нее клали икру. В настоящее время хорошую калью можно приготовить из морской рыбы, традиционно применявшейся на Русском Севере – например из палтуса, зубатки, достаточно жирных и к тому же хорошо сочетающихся с солено-кислой основой. В калью, как правило, идет больше пряностей, чем в уху. Калья гуще ухи, бульон в ней острее и плотнее по консистенции, а по количеству его всегда меньше, чем в ухе. Раньше калья считалась праздничным блюдом.

1,5 кг рыбы, 1,5-1,75 л воды, 2 соленых огурца, 1 стакан огуречного рассола, 3-4 картофелины, 0,5 лимона, 2 луковицы, 1 лук-порей, 1 петрушка (корень и зелень), 1 морковь, 10 горошин черного перца, 3 лавровых листа, 1 ст. ложка укропа, 5-6 тычинок шафрана, 1 ст. ложка свежего или 1 ч. ложка сухого эстрагона.

Готовить вначале, как уху: подготовить овощной бульон (см. описание приготовления ухи), затем долить в него отдельно прокипяченный огуречный рассол, добавить нарезанные кубиками соленые огурцы, после чего опустить рыбу, нарезанную крупными кусками. Варить от 8 до 20 мин в зависимости от сорта рыбы (см. описание приготовления ухи). Заправлять пряностями так же и в том же порядке, как уху. В заключение положить укроп, часть порея, эстрагон, выдавить сок лимона в уже снятую с огня калью и дать ей настояться.

### *РАССОЛЬНИКИ*

Рассольник – жидкое горячее первое блюдо на кисло-соленой огуречной основе. Окончательно сложилось это блюдо в русской кухне довольно поздно – лишь в середине XIX в., примерно к этому же времени относится и закрепление за ним названия «рассольник». Между тем применение огуречного рассола как основы для приготовления супов было известно уже по крайней мере с XV в. Количество рассола, его концентрация и соотношение с остальной жидкостью, а также сочетание с другими основными продуктами супа (рыбой, мясом, овощами и крупами) были, однако, столь различны, что породили различные блюда с разными названиями: кальи, похмелки, солянки и, наконец, рассольники. Последними стали

называть умеренно кисловато-солончатые супы только на огуречной основе – вегетарианские или чаще с субпродуктами; под кальями принято было понимать только рыбные слабокислые супы, а в похмелки и солянки выделились более кислые и более концентрированные.

Так как рецептура рассольников сложилась довольно поздно, в их составе оказались картофель и рис, в то время как входившая в старые рассольники вареная свекла была впоследствии полностью исключена. В современные рассольники входят соленые огурцы, картофель и другие корнеплоды нейтрального вкуса (морковь, репа, брюква), крупа (гречневая, ячневая, перловая или рисовая), большое количество пряных овощей и пряной зелени (лук, порей, сельдерей, петрушка, пастернак, укроп, эстрагон, чабер) и немного классических пряностей (лавровый лист, душистый и черный перец). В качестве мяса в рассольники идут преимущественно субпродукты – либо одни только говяжьи или телячьи почки, либо все потроха (желудок, печень, сердце, легкие, шейка, ножки) от домашней птицы (куриные, индюшачьи, утиные и гусиные). При отсутствии субпродуктов их заменяют говяжьим мясом – обычно завитком, либо голяшкой (рулькой). Крупу для рассольника подбирают в соответствии с используемым в нем мясом: перловую – в рассольник с почками и говядиной, рисовую – в рассольник с потрохами курицы и индейки, ячневую – к утиным и гусиным потрохам, гречневую и рисовую – в вегетарианский рассольник. Точно так же по-разному подбирают и пряности к разным видам рассольников. Чтобы рассольники отличались нежным, слабокислым и слабосоленым вкусом, в них должен соблюдаться баланс между соленой частью (огурцами) и нейтральными поглотителями (крупами, картофелем, корнеплодами – по 0,5 стакана на 1,5 л супа). Поэтому чистый рассол добавляют в рассольники редко и в малых дозах – если сами огурцы недостаточно соленые. В этом случае рассол предварительно кипятят до заливки в бульон.

Как и большинство русских супов, рассольники забеливают сметаной.

#### *РАССОЛЬНИК МЯСНОЙ*

250-300 г почек, 3 соленых огурца, 0,5 стакана огуречного рассола, 2-3 картофелины, 1 морковь, 1 луковица, 2 ст. ложки перловой крупы, 1 ст. ложка укропа, 1 петрушка (корень и зелень), 1 сельдерей (корень и зелень), 3 лавровых листа, 6 горошин черного перца, 2 горошины ямайского (душистого) перца, 100 г сметаны.

Подготовка почек. Почки обрезать от пленок и жира, замочить в воде на 6-8 ч, меняя воду, отварить в течение 20-30 мин в кипятке, вынуть, нарезать небольшими ломтиками.

Подготовка крупы. Крупу промыть холодной водой, залить кипятком в сотейнике и поставить распариваться на 30-45 мин, меняя кипяток.

Подготовка огурцов. С огурцов срезать кожицу, залить ее 1-1,5 стакана кипятка и прокипятить на медленном огне 10-15 мин, затем отбросить выварившуюся кожицу, а в рассол опустить мякоть огурцов, разрезанных вдоль на 4 части, а затем поперек на мелкие дольки, припустить еще в течение 10 мин.

Варка рассольника. Подготовленные почки положить в 1,5 л кипятка, проварить около 30 мин, добавить нарезанные соломкой коренья (морковь, петрушку, сельдерей), подготовленную крупу, через 10-15 мин – картофель, мелко

нарезанный лук и варить до готовности картофеля на умеренном огне. Затем добавить подготовленные огурцы, попробовать достаточно ли соленый бульон, долить, если надо, рассол или подсолить, ввести пряности и продолжать варить еще 10-15 мин, после чего, убедившись в готовности почек, заправить пряной зеленью и поварить еще 3 мин. Сметаной заправить при подаче на стол.

#### *РАССОЛЬНИК КУРИНЫЙ*

Потроха от 2 кур, 4 соленых огурца, 1 морковь, 1 репа, 3 ст. ложки риса, 1 луковица, 1 лук-порей, 1 петрушка (корень и зелень), 2 ст. ложки укропа, 1 ст. ложка эстрагона, 1 ст. ложка зелени чабера, 8 горошин черного перца, 2 лавровых листа, 2 зубчика чеснока, 25-30 г сливочного масла.

В 1,5 л кипятка положить тщательно промытые и нарезанные на мелкие кусочки потроха курицы и варить около 1 ч, после чего заправить кореньями, промытым несколько раз рисом и варить до его полуготовности, снимая пену. Затем заправить мелко нарезанными луковицей и пореем, а также перцем, лавровым листом и варить до готовности риса, добавить подготовленные огурцы (см. рецепт выше), варить еще 5-7 мин, ввести пряную зелень и варить 3 мин, после чего снять с огня и заправить растертым с маслом и солью чесноком.

#### *РАССОЛЬНИК ОВОЩНОЙ*

3-4 соленых огурца, 1 картофелина, 1 морковь, 1 репа, 3 ст. ложки гречневой или рисовой крупы, 1 пастернак (корень и зелень), 2 луковицы, 1 лук-порей, 1 петрушка, 1 сельдерей (корень и зелень), 8 горошин черного перца, 2 лавровых листа, 1 ст. ложка укропа, 0,5 ст. ложки эстрагона, 25 г сливочного масла, 100 г сметаны.

В 1,5 л кипятка сварить овощи и крупу, заправить отдельно подготовленными огурцами (см. рецепт «Рассольник мясной») и пряной зеленью.

#### *СОЛЯНКИ*

Солянки – густые острые супы, соединяющие в себе компоненты щей (капуста, сметана) и рассольников (соленые огурцы, огуречный рассол), со значительно усиленной кисло-солено-острой основой в результате добавления таких приправ, как маслины, каперсы, помидоры, лимон, лимонный сок, квас, соленые или маринованные грибы. Иногда в солянки добавляют еще и уксус, но это огрубляет их вкус, такая приправа свидетельствует о плохой кухне. Солянки бывают трех видов: мясные, рыбные (с разным набором различных видов мяса, птицы и рыбы) и простые (или грибные). Первые два вида готовят соответственно на крепком мясном и рыбном бульоне, последние – на грибном или овощном. Бульоны эти разводятся огуречным рассолом.

Солянки-супы в отличие от сходных с ними по рецептуре солянок-вторых блюд, не имеющих жидкости и запекаемых на сковородах, называются жидкими солянками. Однако жидкости в жидких солянках мало (на 1/3 меньше, чем в супах других видов), причем жидкость эта концентрированная и острая. Жидкую и густую части солянки готовят совершенно отдельно и соединяют за 5-10-15 мин до подачи на стол и не столько для варки, сколько для прогревания и создания аромата.

#### *СОЛЯНКА МЯСНАЯ*

1,25 л мясного или костного крепкого бульона, 1-2 стакана огуречного рассола, 200 г отварной говядины, 200 г жареной говядины или телятины, 100 г

ветчины, 100 г сосисок, 1/4 курицы, 2 соленых огурца, 200-250 г свежей капусты (около 1/4 небольшого кочана), 2 помидора, 100 г сметаны, 12 маслин, 1-1,5 стакана соленых грибов, 1-2 ст. ложки каперсов, 1 луковица, 1 ст. ложка петрушки, 1 ст. ложка укропа, 2 ст. ложки зеленого лука, 10 горошин черного перца, 3 горошины ямайского (душистого) перца.

1. Огуречный рассол прокипятить, снять накипь. Соединить рассол с мясным бульоном, довести до кипения.

2. Мясо, ветчину, сосиски, филе курицы нарезать небольшими кубиками.

3. Соленые грибы и свежую капусту обдать кипятком, после чего нарезать кубиками.

4. Помидоры, огурцы и лук нарезать небольшими кубиками.

5. Продукты, указанные в пунктах 2, 3, 4 вместе с пряностями и сметаной положить в глиняный горшок, залить кипящим бульоном и поставить в духовку на 10-15 мин. За неимением горшка сложить в эмалированную посуду и прогреть (припустить) на медленном огне, не давая кипеть, так же в течение 10-15 мин.

#### *СОЛЯНКА РЫБНАЯ СБОРНАЯ*

1,25 л рыбного бульона, 1 стакан огуречного рассола, 0,5-1 лимон, 500 г рыбного филе, 10-12 раков, 250 г отварной соленой горбуши, кеты, 250 г свежей осетрины, 2 луковицы, 2 соленых огурца (или 10-12 корнишонов), 2 помидора, 2 ст. ложки каперсов, 12 маслин, 1,5 стакана соленых грибов, 1 морковь (крупная), 1 петрушка (корень и зелень), 10 горошин черного перца, 2 ст. ложки укропа, 1 ст. ложка зеленого лука, 4 лавровых листа, 2 ст. ложки подсолнечного масла.

1. Рыбный бульон соединить с отдельно прокипяченным огуречным рассолом, положить нарезанные соломкой морковь, петрушку и вскипятить на медленном огне.

2. Мелко нарезанный лук и помидоры пассеровать на масле. Соленые грибы ошпарить, нарезать кубиками.

3. Огурцы нарезать кубиками, свежую рыбу – кусочками и вместе, с нарезанными соленой рыбой, мякотью раков и пряностями соединить с продуктами, указанными в пунктах 1 и 2.

4. Поставить посуду в духовку или на медленный наплитный огонь на 15 мин.

5. Перед подачей на стол выжать в солянку лимонный сок (можно нарезать лимон дольками – без зерен – и раздавить ложкой).

#### *СОЛЯНКА ГРИБНАЯ*

1,5 л воды, 6-8 сухих белых грибов, 2 стакана соленых грибов, 12 маслин, 2 стакана мелко нарезанной капусты, 1,5 стакана квашеной капусты, 1 морковь, 1 петрушка, 2 ст. ложки укропа, 0,5 стакана сметаны, 1 сельдерей, 2 луковицы, 2 ст. ложки сливочного масла, 2 помидора, 3 лавровых листа, 10 горошин черного перца, 0,5 лимона или 0,5 стакана кислого кваса.

1. Подготовить грибной бульон: отварить сухие грибы, вынуть их, когда размякнут, нарезать соломкой, вновь положить варить, добавив морковь, петрушку, сельдерей, нарезанные соломкой.

2. Свежую и квашеную капусту потушить вместе с помидорами и луком на масле до мягкости.

3. Соленые грибы ошпарить, нарезать мелкими кусочками.

4. Соединить продукты, указанные в пунктах 1, 2, 3, добавить пряности и варить 15 мин на умеренном огне. Готовую солянку заправить сметаной и соком лимона.

### *СУП-ЛАПША*

Суп-лапша – тип супа, заимствованный русскими у татар, но получивший русскую обработку и распространение в России.

Суп-лапша встречается чаще всего в трех видах: лапша куриная, лапша грибная, лапша молочная. Приготовление всех трех видов крайне несложно, оно состоит из подготовки лапши, варки соответствующего бульона и отваривания лапши в бульоне. Лапша для всех трех видов делается по одному и тому же рецепту, как правило, из пшеничной муки, а также из смеси пшеничной и гречневой. Лапша из смешанной муки лучше сочетается с грибным или молочным бульоном.

### *ПРИГОТОВЛЕНИЕ ЛАПШИ*

1 яйцо, 1,25 стакана пшеничной муки (из них 0,25 на подсыпку; или 1 стакан пшеничной, 0,25 стакана гречневой), 2-4 яичные скорлупки воды (в зависимости от сорта муки – на гречневую идет больше воды), 0,5 ч. ложки соли.

Замесить крутое тесто, дать ему полежать, завернуть в салфетку на 10 мин, раскатать скалкой или бутылкой в пласт как можно более тонкий (до 1 мм), свернуть в трубку, предварительно протерев мукой, чтобы не слипалось при свертывании, и нарезать поперек трубки узенькими полосками (1-2 мм) – лапшой; затем рассыпать ее, дать слегка подсушиться на воздухе, пока варится бульон.

### *ЛАПША КУРИНАЯ*

1,5-2 л куриного бульона, лапша из пшеничной муки и 1 яйца (см. выше), 2 ст. ложки укропа, 1 ст. ложка петрушки, 1 луковица, 2 лавровых листа, 6 горошин перца, 3-5 тычинок шафрана, 4 зубчика чеснока.

Отварить курицу, вынуть из бульона, дать ему вскипеть, заправив мелко нарезанным луком, перцем, лавровым листом, шафраном, и засыпать в кипящий бульон лапшу. Варить на умеренном огне до готовности лапши. В конце варки заправить пряной зеленью и чесноком.

### *ЛАПША ГРИБНАЯ*

1,5-2 л воды, лапша (рецепт см. выше), 6 сухих белых грибов, 1 сельдерей (корень и зелень), 1 луковица, 1 морковь, 4-5 зубчиков чеснока, 3 лавровых листа, 6 горошин черного перца, 100 г сметаны (0,5 стакана), 1 ст. ложка укропа, 1 ч. ложка соли.

В холодную подсоленную воду положить грибы и поставить на огонь; когда вода закипит, грибы вынуть, нарезать соломкой, вновь положить варить, добавив мелко нарезанные овощи. Когда грибы будут готовы, засыпать лапшу в кипящий бульон, положить перец, лавровый лист и варить до готовности лапши на умеренном огне. В конце варки заправить пряной зеленью, чесноком и сметаной.

### *ЛАПША МОЛОЧНАЯ*

1,25-1,5 л молока, 0,5 стакана сливок, лапша (см. рецепт выше), 0,5 ч. ложки семян аниса или кориандра, 1 ч. ложка соли.

В 2-2,5 л кипящей подсоленной воды опустить в марлевом мешочке семена аниса или кориандра, всыпать лапшу и варить ее до полуготовности. Затем откинуть

ее на дуршлаг, переложить в кипящее молочко и варить до готовности. В конце варки заправить сливками (не доводить до кипения).

### *ВТОРЫЕ БЛЮДА – МЯСНЫЕ БЛЮДА*

В русской народной кухне можно выделить три основные разновидности мясных вторых блюд:

отварное мясо крупным куском, приготовляемое в супах и кашицах, а затем используемое как второе блюдо или как закуска в холодном виде;

блюда из субпродуктов (печени, сальника, сычуга), запекаемые вместе крупами в горшках;

блюда из целого животного (птицы) или из части его (ноги), или из крупного куска мяса (огузок, кострец), зажариваемые в духовой печи на противне, так называемое жаркое.

Различные котлеты, биточки, фрикадели, кнели, приготовляемые из молотого мяса, заимствованные и получившие распространение лишь в XIX-XX вв., для классической русской кухни не характерны и потому здесь не приводятся.

В качестве гарниров к мясным блюдам русского стола в прошлом обычно использовались каши и кашицы, в которых варилось мясо, затем либо отварные, а точнее пареные и печеные, корнеплоды (репа, морковь), а также грибы; к жаркому независимо от используемого мяса, кроме того, подавали также соленья – квашеную капусту, моченые и кислые яблоки, моченую бруснику, взвары. В современных условиях печеные овощи для русских мясных блюд удобно готовить в алюминиевой пищевой фольге. Роль подливы играет обычно сок, образуемый при жарении, а также топленая сметана и топленое сливочное масло, которыми поливают отварные овощи или сдабривают каши, т. е. гарнир. Соусы для мясных блюд, т. е. подливки на муке, масле, яйцах и молоке, не свойственны исконно русской кухне.

### *БЛЮДА ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА*

#### *СТУДЕНЬ*

1 голова (телячья или свиная), 4 ножки (телячьи или свиные), 1 морковь, 1 петрушка (корень), 10 горошин черного перца, 5 горошин ямайского (душистого) перца, 5 лавровых листьев, 1-2 луковицы, 1 головка чеснока, на 1 кг мяса – 1 л воды.

Ноги и голову опалить, вычистить, разрубить на равные куски, залить водой и варить от 6 до 8 ч на очень медленном огне, без кипения так, чтобы объем воды уменьшился наполовину. За 1-1,5 ч до окончания варки добавить лук, морковь, петрушку, за 20 мин – перец, лавровый лист; чуть посолить. Затем вынуть мясо, отделить от костей, нарезать на мелкие кусочки, переложить в отдельную посуду, перемешать с мелко рубленным чесноком и небольшим количеством молотого черного перца. Бульон с оставшимися костями проварить еще полчаса-час (так, чтобы его объем не превышал 1 л), досолить, процедить и залить им отваренное подготовленное мясо. Застудить в течение 3-4 ч.

Желатин не применяется, так как в молодом мясе (телятине, поросятине, свинине) содержится достаточное количество клейких веществ.

Студень подавать с хреном, горчицей, толченым чесноком со сметаной.

### *ГОВЯДИНА РАЗВАРНАЯ*

Говядина разварная крупным куском (1,5-2 кг) отваривается в кашицах (тихвинской, костромской) и реже в костных бульонах (бульон из костей готовят заранее и затем в кипящий бульон погружают мясо). Для разварной говядины используется в основном лопаточная и подбедерная части, а также покромка, тонкий край. Обычное время варки 2,5 ч на умеренном огне.

### *БЛЮДА ИЗ СУБПРОДУКТОВ (ЗАПЕЧЕННЫЕ)*

#### *НЯНЯ*

1 баранья голова, 4 бараньи ноги, 1 бараний сычуг, 2 стакана гречневой крупы, 4 луковицы, 100 г сливочного или подсолнечного масла.

1. Баранью голову и ноги разварить так, чтобы мясо само отстало от костей. Мясо отделить. Мозг из головы вынуть.

2. Сварить крутую гречневую кашу.

3. Баранье мясо мелко изрубить вместе с луком, смешать с кашей и маслом.

4. Бараний сычуг тщательно выскоблить, вымыть, начинить подготовленным фаршем (пункт 3), в середину его положить мозги, зашить сычуг и поместить в глиняную посуду (в корчагу – широкий глиняный горшок), которую плотно закрыть.

Поставить упревать в слабо нагретую духовку на 2-3 ч.

#### *САЛЬНИК*

1 бараний сальник, 1 кг бараньей печенки, 1,5-2 стакана гречневой крупы, 3 яйца, 3 луковицы, 5-6 сухих белых грибов, 1 стакан сметаны.

Печенку вымочить в течение 2 ч в воде или молоке, отварить, изрубить намелко, смешать со сваренной с луком крутой гречневой кашей и истолченными сухими грибами и замесить на сметане в густую массу. Наполнить ею сальник, уложенный предварительно в корчагу (широкий глиняный горшок) так, чтобы края сальника плотно перекрывали эту массу сверху. Горшок закрыть.

Запекать сальник в духовке 1-1,5 ч на умеренном огне.

#### *ПЕРЕПЕЧА*

1,5 кг бараньей печенки, 1 бараний сальник, 4 яйца, 1-1,5 стакана молока, 1 головка чеснока, 2 луковицы, 10 горошин черного перца.

1. Сырую печенку промыть, очистить от пленок, обварить кипятком, мелко изрубить, а затем истолочь с мелко нарезанным луком, чесноком и перцем.

2. Два полных яйца и два желтка взбить, смешать с молоком.

3. Соединить продукты, указанные в пунктах 1 и 2, влить в бараний сальник, помещенный в глиняный горшок, закрыть краями сальника сверху, смазать взбитыми белками и запечь в печи или духовке за 2-3 ч на слабом огне.

### *БЛЮДА ИЗ ЖАРЕНОГО МЯСА*

#### *ПОРОСЕНОК ЖАРЕННЫЙ*

1 молочный поросенок (1,5 кг), 500 г гречневой крупы, 50 г сливочного масла, 2 ст. ложки подсолнечного или оливкового масла.

Подготовка поросенка. Упитанного поросенка вымыть холодной водой, подержать в ней 3-4 мин, затем опустить в кипяток на 2-3 мин, выщипать осторожно щетину, не повреждая кожу, натереть мукой, опалить, затем распороть, выпотрошить, вымыть внутри и снаружи, после чего желательно изнутри вырезать

все кости (ребра, хребет), за исключением головы и ножек, ни в коем случае не прорезая мяса и кожи насквозь.

Подготовка фарша. Приготовить крутую гречневую кашу, но не сдабривать ничем, кроме сливочного масла. Перед варкой крупу обжарить с маслом, обварить кипятком, отделить всплывшие зерна. Готовую кашу умеренно посолить. Добавить к ней обжаренный и нарубленный ливер поросенка, перемешать.

Фаршированно поросенка. Кашу закладывать вдоль поросенка равномерно на всем протяжении, чтобы не исказить его форму, не допуская утолщений в отдельных местах, в то же время достаточно туго. Затем зашить поросенка суровой ниткой, выправить форму, подогнуть ножки, положить на противень боком на расположенные крест-накрест березовые палочки так, чтобы кожа поросенка не касалась противня. Солить или сдабривать пряностями нельзя.

Обжаривание поросенка. Обмазать поросенка растительным маслом, сверху облить растопленным сливочным и поставить в предварительно нагретую духовку до зарумянивания. За тем перевернуть и зарумянить другую сторону. После этого уменьшить огонь и продолжать жарить, поливая поросенка стекающим соком каждые 10 мин в течение 1 ч и попеременно переворачивая: 15-20 мин жарить спинкой вверх.

Когда поросенок будет готов, сделать вдоль его спины глубокий надрез, чтобы из поросенка вышел пар и он не отпотевал. В этом случае корочка останется сухой и хрустящей. Дать постоять 15 мин, разрезать на куски (или оставить целым), облить оставшимся после жарения соком и подавать к столу с клюквенным взваром.

#### *ЖАРКОЕ*

2-2,5 кг упитанной говядины (толстый край), 1 морковь, 2 луковицы, 1 петрушка или сельдерей, 6-8 зерен черного перца, 3-4 лавровых листа, 2 ч. ложки имбиря, 0,5 стакана сметаны, 1 ч. ложка соли, 1-1,5 стакана кваса.

Говядину обмыть, очистить от пленок, костей, срезать с нее жир, нарезать его мелкими кусочками, положить на предварительно разогретую сковороду или противень, растопить, прокалить, обжарить в нем говядину целым куском, чтобы покрылась коркой, посыпая мелко нарезанными морковью, луком, петрушкой и толчеными пряностями, затем поместить в духовку, поливать каждые 10 мин понемногу квасом, все время переворачивая. Жарить примерно 1-1,5 ч. За 5-7 мин до конца жарения собрать весь сок в чашку, добавить к нему 0,25 стакана холодной кипяченой воды, поставить в холодильник. Когда сок остынет, снять слой жира с поверхности, а мясной сок разогреть, процедить, добавить сметану. Подавать как соус к жаркому. Готовую говядину вынуть из духовки, посолить, дать ей слегка остыть (15 мин), затем нарезать поперек волокон на куски, облить горячим мясным соком и подавать. Жаркое не подают холодным и не разогревают. Гарниром может быть жареный картофель, отварная или тушеная морковь, репа, брюква, жареные или тушеные грибы.

#### *ВЗВАРЫ К ЖАРКОМУ*

Взвары имеют растительную основу – овощную или ягодную. Дополнительными компонентами в них часто бывают уксус и мед. Самые традиционные взвары – луковый, капустный, клюквенный.

### *ЛУКОВЫЙ ВЗВАР*

5-6 луковиц, 2-3 ст. ложки уксуса, 1-2 ст. ложки меда, 1 ст. ложка топленого масла (или 2 ст. ложки растительного), 0,5-1 ч. ложка молотого перца.

Лук нашинковать, смочить уксусом, дать постоять 5-10 мин, затем слегка обжарить на сковороде до мягкости, подсластить медом, уварить до загустения жидкости на медленном огне, поперчить, посолить.

Подавать к жареной баранине, гусю, индейкам.

### *КАПУСТНЫЙ ВЗВАР*

1 полулитровая банка квашеной капусты, 2 луковицы, 50 г топленого масла, 2 ст. ложки уксуса, 2 ст. ложки меда, 1 ч. ложка черного молотого перца.

Капусту нарезать как можно мельче, обжарить на масле в сковороде вместе с мелко нарезанным луком до мягкости, хорошо перемешать с уксусом, перекипяченным с медом (в отдельной эмалированной посуде – кружке, сотейнике), все тщательно перетереть, вновь чуть-чуть припустить, заправить перцем, посолить.

Подавать к гусю, разварной и жареной говядине.

### *КЛЮКВЕННЫЙ ВЗВАР*

1 полулитровая банка клюквы, 75-100 г меда, 1 ст. ложка муки (лучше ржаной или самой дешевой пшеничной).

Из клюквы отжать сок. Выжимки залить 1 стаканом кипятка, уварить хорошо в сотейнике, еще раз отжать, остудить и развести в этой клюквенной воде муку. Сок уварить с медом до легкого сгущения, подлить в момент закипания клюквенную воду с мукой и вновь уварить.

Подавать к жареному поросенку, индейке.

### *ДИЧЬ*

#### *ПЕРНАТАЯ ДИЧЬ*

Пернатая дичь – это летная дичь наших лесов, рек, озер, болот и лугов.

Блюда из нее всегда были и по сей день остаются праздничными, парадными.

Среди пернатой боровой, болотной и полевой дичи, которая до сих пор является предметом охоты и подается к столу в разных областях и районах нашей страны, насчитывается почти три десятка видов. Это преимущественно средняя и мелкая пернатая дичь. К крупным относятся лишь фазан, глухарь и тетерев. Тетерка же, которая иногда втрое меньше тетерева-самца, вместе с дикой уткой, рябчиком и белой куропаткой относится к средней пернатой дичи. Остальные, начиная с серой и горной куропатки и кончая воробьями, считаются мелкой дичью. Из них лесные (боровые) – куропатка, вальдшнеп, дупель, дикие голуби, свиристели; тундровые – подорожники и ржанки; полевые – сивки, перепелки; болотные, самые многочисленные, – кулики, гаршнепы, кроншнепы, песочники, травники, чернозобки, бекасники, поручейники, фифи и речные – зуйки (11).

*Выбор дичи.* Лучше выбирать молодую и правильно застреленную дичь, т. е. чтобы были прострелены лишь крылья и ножки, а не грудка. Такая дичь называется банкетной. У банкетной дичи мясо и вкуснее, и нежнее, и белее. Молодая дичь распознается по тонкой коже под крылышками. Молодую куропатку можно отличить по перьям: у молодой они на концах остроконечные, у старой закругленные. Если под крылышками заметны зеленоватые или синеватые пятна или перо птицы начинает мокнуть – значит дичь несвежая.

*Разделка.* Приступая к разделке, надо помнить следующее:

1. Потроша дичь, не забывать вынуть из нее зоб, набитый зернами и почками и стараться не раздавить желчный пузырь. Если это все же произойдет, надо быстро промыть дичь несколько раз в очень холодной воде, а если желчный пузырь лопнул до чистки и птица была заморожена, надо просто вырезать пропитанное желчью место. Вынимая внутренности из мелкой полевой дичи, надо стараться не затрагивать при этом жир, выстилающий внутреннюю полость птичек. Если жир все же по неосторожности вынут вместе с внутренностями, надо отделить его и положить обратно внутрь тушек.

2. В русской кухне в противоположность французской не используют головки и внутренности дичи.

3. Дичь не опаливают, как обычную домашнюю птицу (за исключением диких уток), а лишь тщательно ощипывают перо, а мелкий пух и остатки ости удаляют, отерев птицу мукой. Если и после этого ость вынимается плохо, птицу слегка опрыскивают водкой и поджигают. Такая процедура радикально очищает птицу и значительно улучшает ее вкус.

4. Стараясь не намочить поверхность дичи, тщательно промывают ее изнутри, вытирают холщевым полотенцем и уже после этого опускают на несколько часов (крупную на 6-7, а мелкую на 2-3 ч) в специальный раствор – маринад, либо просто в холодную воду с луком и чесноком, а рябчиков и куропаток – в молоко.

*Приготовление.* Дичь в русской кухне только жарят. Крупную пернатую дичь – глухаря, фазана, тетерева – жарят на противне или в широкой мелкой кастрюле в духовке, предварительно обжарив птицу на сковороде с маслом на плите. Мелкую пернатую дичь, а также куропаток и рябчиков жарят (пряжат) в кастрюльке на плите на очень небольшом огне. Их как бы припускают, но в масле (можно в растительном), и время от времени поливают образующимся при этом соком, а в конце приготовления – подогретой сметаной.

Куропаток и рябчиков можно жарить и в духовке.

Просто в сметане часто жарят среднюю дичь – рябчиков и куропаток. Рябчики от такого пряжения получаются очень мягкими и вкусными.

Глухарей жарят по полтора часа, тетеревов и тетерок по часу или около часа, белых куропаток – от 30 до 45 мин, серых и горных – 25-30, рябчиков – 20-25, бекасов и перепелок – 15-20, еще более мелкую дичь – около 15 мин.

Крупную дичь надо, кроме того, обертывать листиками свиного сала или шпиговать им и после этого жарить. Остальную дичь жарят в собственном жиру и соку с добавлением масла, можно и растительного, но в котором предварительно обжарен лук.

Готовность дичи проверяют толстой иглой – она должна свободно, без усилия входить в мясо.

Часто дичь жарят на вертеле или над углями. Иногда на охоте жарят дичь прямо в перьях: обмазав в глине и выпотрошив, кладут либо в жаркие угли, золу, либо, если обмазка очень толста, просто в огонь догорающего костра; когда глина высыхает и начинает давать трещины – дичь готова; перья пристают к глине, а тушка птицы легко отделяется; внутрь в этом случае кладут лишь масло и соль.

Обычно крупную и среднюю дичь начинают кислыми яблоками, иногда предварительно обжаренными в масле, а гарнируют жареной картошкой, тушенной с грибами морковью, маринованными, мочеными яблоками и грибами и обязательно какими-нибудь лесными ягодами – брусникой, черникой, черемухой, морошкой или клюквой.

#### *ТЕТЕРЕВ ИЛИ ТЕТЕРКА ЖАРЕННЫЕ*

1 тетерев или тетерка, 50-100 г шпика, 100 г сметаны, 2 ст. ложки масла, 12-16 можжевельных ягод, 0,25 ч. ложки соли.

Ощипанную и очищенную птицу замочить в маринаде (тетерева – в маринаде для крупной дичи на 1 сутки, тетерку – в маринаде для средней дичи на 8-10 ч). Затем обтереть отрубями или мукой, нашпиговать (см. выше), натереть изнутри смесью соли с толчеными можжевельными ягодами и жарить на противне, поливая вначале маслом, затем стекающим с птицы соком, а в конце – сметаной. Жарить вначале на большом, затем на умеренном огне около 1 ч, большей частью грудкой вниз, но все время переворачивая для равномерного подрумянивания.

#### *КУРОПАТКИ ЖАРЕННЫЕ*

2 куропатки, 75 г масла сливочного, 2 ст. ложки сметаны, 12-14 ягод можжевельника, 0,25 ч. ложки соли.

Куропаток ощипать, замочить на 3-4 ч в маринаде для средней дичи, затем обтереть насухо, натереть изнутри смесью соли и толченого можжевельника, положить в невысокую кастрюлю с кипящим маслом и жарить на небольшом огне, не закрывая кастрюли, вначале больше на грудке, 25-30 мин. Периодически поливать стекающим соусом, а в конце – подогретой сметаной.

#### *РЯБЧИКИ ЖАРЕННЫЕ*

2 рябчика, 50 г масла сливочного, 2 ст. ложки сметаны, 0,5 ч. ложки соли.

Ощипанных и очищенных рябчиков замочить в холодной воде (или смеси молока с водой) на 2 ч, обтереть насухо мукой, посолить, положить в невысокую посуду с кипящим маслом и жарить так же, как куропаток (см. выше).

#### *РЯБЧИКИ МОЛОЧНЫЕ ЖАРЕННЫЕ*

2 рябчика, 1 л молока, 50 г масла сливочного, 0,5 ч. ложки соли.

Рябчиков ощипать, замочить в холодной воде на 2-3 ч, обтереть насухо, затем положить в холодное молоко, вскипятить в нем, тотчас вынув после закипания, переложить в невысокую кастрюлю с разогретым маслом и обжаривать 20-25 мин, время от времени поливая полученным соком и подсаливая.

Этим способом жарят замороженных и долго лежавших рябчиков, особенно подвергавшихся оттаиванию.

#### *РЯБЧИКИ ПРЯЖАННЫЕ В СМЕТАНЕ*

2 рябчика, 1,5 стакана сметаны, 2 ст. ложки растительного масла, 0,25 ч. ложки соли.

Рябчиков ощипать, очистить, замочить на 1-2 ч в холодной воде, затем насухо обтереть полотенцем и мукой, натереть солью изнутри, обжарить быстро в масле на сковороде до образования корочки, затем положить в неглубокую кастрюлю грудками вниз, залить сметаной, плотно закрыть крышку и жарить на совсем слабом огне.

### *ПЕРЕПЕЛКИ ТУШЕННЫЕ*

4-6 перепелок, 50-75 г шпика, 1 ст. ложка сливочного масла, 2-3 ст. ложки зелени петрушки, 1 луковица, 2 ст. ложки сухого виноградного вина, 0,5 стакана горячей воды, 0,25 ч. ложки соли.

Неглубокую кастрюлю смазать маслом, уложить на дно тонкие ломтики шпика, засыпать их мелко нарезанными луком и петрушкой, положить поверх предварительно слегка обжаренных перепелок, облить их вином, сбоку осторожно, не задевая тушек, подлить воду, плотно закрыть крышкой и тушить на умеренном огне.

### *КРАСНАЯ ЛЕСНАЯ ДИЧЬ*

Значительно реже, чем пернатая дичь, употреблялась в русской кухне крупная красная лесная дичь, т. е. медвежатина, оленина и лосятина, и еще реже – зайчатина. Вся эта дичь стала входить в употребление сравнительно поздно, в XVIII в., да и то была в основном исключительной принадлежностью дворянского праздничного стола. Правда, в течение XVIII в. и особенно в XIX в. сложились русские национальные приемы приготовления крупной лесной дичи и ее начали чаще подавать к столу.

Так, медвежий окорок, как правило, после маринования запекали в ржаном тесте. Из оленины, изюбрины и лосятины, а также из более доступной зайчатки делали жаркое. Дичь выдерживали после забоя до трех недель (потрошеную, но часто в шкуре, особенно зайчатину), а затем вымачивали в квасу или в настоянном на травах уксусе от нескольких часов до недели в зависимости от величины кусков мяса и вида животного.

Для приготовления обычно использовали заднюю часть дичи. Лучшей зайчатиной считалось мясо русака, беяк стоял на втором месте. Оленину из-за специфического запаха подвергали более тщательной предварительной обработке, длительному маринованию. И наоборот, мясо изюбра, имеющее особый приятный запах и вкус, никогда не приправляли пряностями и жарили на собственном жиру, без использования сала.

Процесс жарения в основном был аналогичен жарению крупной пернатой дичи с применением шпигования салом, которое проделывалось следующим образом: сало нарезали на узенькие брусочки, обваливали их в смеси толченого перца, гвоздики, майорана и можжевельных ягод, взятых поровну; делали в мясе глубокие надрезы – проколы и всовывали в них брусочки сала. Жарили дичь обычно в печи на противне в течение 2-3 ч. Иногда применяли комбинированную обработку: обжаривали на вертеле, а затем на противне. Так готовили чаще всего лишь филейную часть. В качестве специфических русских пряностей к красной лесной дичи шли «ягоды» можжевельника и молодые сосновые шишечки, собранные ранней весной тотчас после образования завязи, высушенные и смолотые в порошок. Кроме того, использовали обычную для русской кухни пряную зелень петрушки, сельдерея, лука, а из пряностей – прежде всего гвоздику и розмарин, лавровый лист.

Гарнирами к лесной дичи так же, как и к пернатой, служили моченые и соленые фрукты и лесные ягоды, жаренные в масле кислые (антоновские) яблоки, лимоны, а позднее – тушеный в выделившемся из дичи соке картофель. Вместо

красного вина, принятого в западноевропейских кухнях, к дичи в России принято было подавать брусничный или клюквенный крепкий квас.

Конечно, приготовление дичи отнимает много времени. Однако процесс этот вносит в наш быт ту атмосферу необычности, праздничности, в которой всегда нуждается человек.

#### *ОЛЕНИНА – ЖАРКОЕ*

1,5-2 кг оленины (одним куском, задняя часть), 100 г шпика, 1 ч. ложка душистого (ямайского) перца, 0,5 ч. ложки молотой гвоздики, 2-3 ч. ложки молотых можжевельных ягод, 2 ч ложки соли.

Мясо вымыть, очистить от пленок, слегка отбить, натереть смесью молотых пряностей и соли, положить на 1-2 дня в маринад для крупной дичи (см. ниже), затем на один день в квас, держа все время в холодном месте и переворачивая ежедневно. Затем нашпиговать (см. с. 33), обложить сверху тонкими, но широкими пластами шпика, обвязав их ниткой, и жарить на противне в духовке около 2 ч, поливая стекающим соком каждые 10 мин. Вначале огонь должен быть очень большим, чтобы мясо быстро покрылось корочкой, затем жар надо все время постепенно уменьшать.

#### *ИЗЮБРИНА – ЖАРКОЕ*

1-2 кг изюбрины (одним куском), 1,5-2 л кваса, 2-3 ст. ложки сливочного масла.

Мясо вымыть, очистить от верхних пленок и заветренных мест, залить на 2-3 дня квасом, переворачивая дважды в сутки, затем вынуть, обтереть насухо, обжарить в масле на сильном огне, в сковороде, затем поместить в духовку на умеренный огонь, поливать стекающим соком, жарить 1,5-2 ч.

#### *ЗАЙЧАТИНА – ЖАРКОЕ*

1 заяц, 50 г шпика, 50 г сливочного масла, 100 г сметаны, 3 ст. ложки воды, 2-3 ч. ложки соли, 2 ч. ложки молотых можжевельных ягод.

Зайца вымыть, очистить от пленок, не задевая мяса, разрубить поперек, вымочить в течение 1-1,5 суток в квасу или в маринаде для крупной дичи (см. ниже), затем натереть смесью соли с толчеными можжевельными ягодами, нашпиговать (см. с. 33), обмазать маслом, положить на противень, политый водой, и поставить в предварительно хорошо нагретую духовку с сильным огнем на 10-15 мин, чтобы заяц покрылся румяной корочкой. Затем уменьшить огонь и через каждые 10 мин в течение 1-1,5 ч поливать стекающим соком, а в конце – сметаной.

#### *МАРИНАДЫ ДЛЯ ДИЧИ*

##### *МАРИНАД ДЛЯ ВЫМОЧКИ КРУПНОЙ ДИЧИ*

1 стакан 9%-ного уксуса, 2 стакана воды, 2 ст. ложки соли, 1 корень петрушки, 1 морковь, 1 сельдерей (корень), 1 луковица, 12 зерен душистого (ямайского) перца, 6 лавровых листьев, 6 бутонов гвоздики, 3 капсулки кардамона, 0,5 головки чеснока.

Коренья и лук мелко нарезать, смешать с пряностями (кроме чеснока), залить уксусом и водой и вскипятить. В горячий маринад засыпать мелко нарезанный чеснок. Горячим маринадом заливать старое мясо, остуженным – молодое.

### *МАРИНАД ДЛЯ ВЫМОЧКИ СРЕДНЕЙ ДИЧИ*

2 стакана кипятка, 0,5 ч. ложки лимонной кислоты, 2 ч. ложки соли, 1 ст. ложка сухой мяты, 1 ст. ложка можжевельных ягод, 5-6 бутонов гвоздики, 1 горсть веточек майорана (без зелени), 6 зерен душистого (ямайского) перца, 1 луковица, 0,5 головки чеснока.

Пряности поместить в марлевый мешочек, лук мелко нарезать и вскипятить, затем, пока маринад не остыл, положить мелко нарезанный чеснок, лимонную кислоту, закрыть, дать настояться, затем остудить на холоде. В холодный маринад класть дичь.

### *ЯГОДНАЯ ПРИПРАВА К ДИЧИ*

0,5 стакана сушеной брусники, 0,5 стакана сушеной черники, 1,5 стакана кипятка, 0,5–1 ч. ложки лимонной кислоты, 4-5 кусков сахара-рафинада или 5 ст. ложек сахарного песка.

Сушеную ягоду залить крутым кипятком, закрыть, подождать, когда разбухнет и остынет, затем добавить лимонную кислоту и сахар, размять, размешать. Добавить, если потребуется, еще кипяченой воды и дать этой смеси постоять 2-3 дня, чтобы она слегка закисла при комнатной температуре.

### *РЫБНЫЕ БЛЮДА*

В русской кухне можно выделить пять разновидностей вторых рыбных блюд: отварная рыба (в старину ее называли разварной), отвариваемая (а точнее припускаемая) в воде целиком или крупными кусками;

паровая рыба (по-старинному подпарная), отвариваемая на пару, как правило, целиком;

пельменная рыба, приготавливаемая в филированном виде (бескостном) и защищенная при этом какой-нибудь оболочкой – мучной, яичной;

жареная рыба, приготавливаемая, как правило, целиком (рыба небольших размеров) с использованием мучной панировки и сметаны.

(Фактически такое жарение близко запеканию).

томленая рыба, приготавливаемая путем длительного томления в духовке в сметанной среде.

### *РЫБА ОТВАРНАЯ И ПАРОВАЯ*

#### *РЫБА ОТВАРНАЯ*

1 кг рыбы, 0,5 луковицы, 0,5 корня петрушки, 6 горошин черного перца, 2-3 стакана огуречного рассола, 3-4 тычинки шафрана.

Для приготовления блюд из отварной рыбы лучше всего использовать крупную малокостистую рыбу – осетрину, щуку, треску, сома и т. п., – которую нарезают крупными кусками, очищая только от чешуи и плавников и при этом обязательно сохраняя кожу и хребтовую кость.

Для отваривания берут небольшие низкие эмалированные кастрюли или сотейники, укладывают в них куски рыбы тесно в один ряд и заливают так, чтобы жидкость лишь едва покрывала рыбу. Отваривать лучше всего в огуречном рассоле или в воде с добавлением рассола и пряностей. Продолжительность варки зависит от сорта рыбы и величины кусков. Так, красную рыбу варят 20-25 мин, речную и озерную рыбу из рек Сибири 25-30 мин, рыбу из рек европейской части СССР 12-15 мин, морскую рыбу 8-12 мин. Без крышки и на сильном огне варят мелкие куски

рыбы либо морскую рыбу, остальные виды рыб варят под крышкой и на умеренном огне, при первых признаках отставания хребтовой кости от мяса варку прекращают.

В рассольно-водяной смеси с пряностями можно отваривать последовательно несколько порций рыбы.

На гарнир к отварной рыбе можно подать отварной картофель с укропом и луком, хрен, маслины, отварные грибы в сметане.

### *РЫБА ПАРОВАЯ*

Для приготовления паровой рыбы имеется специальная посуда – рыбный котел с решеткой, отделяющей примерно четверть его объема. Уровень воды в таком котле должен быть ниже решетки, а на решетку кладут рыбу – крупными кусками, а иногда и целиком. Котел плотно закрывают крышкой и держат рыбу на сильном огне примерно 25-30 мин с момента закипания. В воду кладут лук и лавровый лист. Готовую рыбу посыпают черным или белым перцем и укропом.

Гарниры для паровой рыбы те же, что для отварной (см. выше).

### *ТЕЛЬНОЕ*

По виду используемого филе – целое или измельченное – различают тельное целикомое и тельное тяпанное. Для обоих видов тельного идет речная и морская рыба, причем для тельного целикомого следует брать не особенно крупную рыбу – лучше длиной до 30-35 см, для тельного тяпанного можно использовать любую рыбу, а также готовое рыбное филе. Приготовление состоит из двух операций – подготовки тельного и отваривания его в кипятке с пряностями.

### *ТЕЛЬНОЕ ЦЕЛИКОВОЕ*

750 г рыбы, 2 ст. ложки пшеничной муки, 0,5 луковицы, 0,5 корня петрушки, 2-3 лавровых листа, 7-8 горошин черного перца, 0,25 ч. ложки семян аниса или фенхеля, 2 ч. ложки соли с верхом, 1,25 л воды.

1. Рыбу очистить от чешуи и плавников, распластовать вдоль хребта на две половинки, не снимая кожу, освободить каждую половинку от костей и туго свернуть в виде рулета, перевязать ниткой, чтобы не разворачивалась. Свернутые половинки рыбы хорошо обвалить в муке и уложить плотно в марлевую или бязевую салфетку или специальный мешочек, туго перевязав его суровой ниткой или шпагатом.

2. Подготовить подсоленный кипяток с луком и пряностями и опустить в него тельное в салфетке на 15 мин.

3. Дать тельному остыть в салфетке 5 мин, затем вынуть и подавать в теплом виде с теми же гарнирами, что и отварную рыбу (см. выше). Можно подать тельное и в холодном виде с хреном, для чего поставить его предварительно на холод и дать застыть.

### *ТЕЛЬНОЕ ТЯПАННОЕ*

500 г рыбного филе, 1 яйцо, 2 луковицы, 1 ст. ложка укропа, 0,5 ч. ложки черного молотого перца, 2 ст. ложки пшеничной или ржаной муки, 1 ст. ложка зелени петрушки, 0,5 ч. ложки соли для тельного, 2 ч. ложки соли для отвара, 1 л воды.

Филе нарубить кусочками размером не более 0,5 x 1 см, размять деревянной ложкой, перемешать с мелко нарезанным луком и пряностями, затем добавить взбитое яйцо, 1 ст. ложку муки, все перемешать в однородную массу, сформовать ее

в виде толстой колбасы, обвалять в оставшейся муке и туго обернуть салфеткой (марлевой, бязевой, льняной), перевязав суровой ниткой или шпагатом. Отваривать так же, как тельное целиковое.

### *ТЕЛЬНОЕ ЖАРЕНОЕ*

Тельное можно не только отваривать, но и жарить. Для этого из массы тельного (см. рецепт выше) надо сформовать небольшие тефтели, обвалять их в муке (лучше всего в рисовой) и обжарить в кастрюльке или в глубокой сковороде на растительном масле. Подавать с лимоном и жареным картофелем.

### *РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ И ЖАРЕНАЯ*

#### *ЩУКА В СМЕТАНЕ*

Рыба со специфическим запахом (например, щука, некоторые виды морской рыбы) требует особых методов обработки и приготовления.

1-1,5 кг щуки, 1-2 ст. ложки подсолнечного масла, 500-750 г сметаны, 1-2 ч. ложки молотого черного перца, 1 лимон (сок и цедра), 1 щепотка мускатного ореха.

Щуку очистить, натереть перцем снаружи и внутри, облить маслом и целиком положить в глубокую сковороду на керамическую подставку (можно блюдец) и открытой поставить в духовку на 7-10 мин, чтобы рыба зарумянилась. Затем переложить в более тесную посуду, залить сметаной, наполовину покрыть ею щуку, закрыть крышкой и поставить в духовку на слабый огонь на 45-60 мин. Готовую рыбу выложить на блюдо, облить лимонным соком, а образовавшуюся подливку прогреть на плите до загустения, посолить, сдобрить тертым мускатным орехом и цедрой, подать отдельно к рыбе в соуснике или облить им рыбу.

#### *ОКУНИ ИЛИ КАРАСИ, ЖАРЕННЫЕ В СМЕТАНЕ*

1 кг рыбы, 2-3 луковицы, 50 г сливочного или оливкового масла, 1,5 стакана сметаны, 2 ст. ложки муки.

Рыбу очистить, посолить, запанировать в муке, положить на разогретую сковороду с маслом и луком, обжарить с обеих сторон слегка, до появления колера, переложить в эмалированную сковороду, обмазать сметаной, поставить в духовку и, когда зарумянится, облить новой порцией сметаны и вновь поставить в духовку, где ее следует жарить, неплотно прикрыв крышкой на 5 мин, примерно 25-30 мин. Подать на стол в сковороде.

### *ГРИБНЫЕ БЛЮДА*

В русской кухне применяются сушеные, соленые, жареные, тушеные и отварные грибы. Особенно распространено употребление соленых и жареных грибов. При этом каждый вид грибов солят отдельно: рыжики, волнушки, грузди, белые, маслята и т. д. Для жарения, наоборот, стараются соединить разные виды грибов, обычно добавляя к небольшому количеству благородных грибов (белых, подосиновиков) сыроежки, маслята, моховики, лисички, опята и т. п., обладающие разным вкусом и свойствами (сухостью, мягкостью и т. п.). Поэтому чем разнообразнее набор в жареных грибах, тем они вкуснее.

Соленые грибы употребляют чаще всего в качестве закусок, добавок в щи, окрошки, солянки и как гарниры ко всем рыбным и к большинству мясных блюд. Жареные грибы, как правило, составляют отдельное блюдо или идут на начинки в пироги и гарниры ко всем мясным блюдам. Что касается сушеных грибов, то они применяются в основном в супах, реже в кашах и отчасти в начинках, когда

отсутствуют свежие грибы. Тушеные грибы готовят обычно в сочетании с мясом, рыбой, овощами и иногда как самостоятельное блюдо. Отварные грибы в русской кухне употребляют реже всего, в отличие от французской и белорусской.

Отдельных чисто грибных блюд в русской кухне сравнительно мало. В основном это различные закуски из соленых грибов, где последние составляют от 70 до 90% массы, жареные в разных видах грибы (тяпаные, целики), тушеные грибы с капустой и картофелем и грибы в тесте.

#### *ГРИБНАЯ ЗАКУСКА*

500 г соленых грибов, 2 луковицы, 0,5 стакана мелко нарезанного зеленого лука, 0,5 головки чеснока, 0,5 ч. ложки черного перца, 1-2 ст. ложки подсолнечного масла.

Соленые грибы крупно порезать (мелкие оставить целыми), лук нарезать мелко, чеснок измельчить или растолочь, все перемешать, добавить перец, масло, равномерно размешать.

#### *ГРИБЫ ТУШЕННЫЕ*

500 г очищенных белых грибов и подосиновиков, 2 ст. ложки муки, 50 г сливочного масла, 1 стакан сметаны, 1 луковица, 1 ст. ложка укропа, 1 ст. ложка петрушки, 6 горошин черного перца.

Грибы очистить, вымыть, крупно порезать (мелкие шляпки оставить целыми), еще раз промыть, обвалить в муке, сложить в сотейник, закрыть, поставить на сильный огонь. Появившуюся жидкость (сок) слить, добавить масло, отдельно обжаренный мелко нарезанный лук, зелень укропа и петрушки, перец, посолить и потушить на умеренном огне. Постепенно подливать слитый ранее сок и добавлять сметану, чтобы соус постепенно загустел. Тушить 30–40 мин. Подавать с отварным картофелем.

*ГРИБЫ ЖАРЕННЫЕ* 4 стакана очищенных грибов (разных сортов), 100-150 г подсолнечного масла, 2 луковицы, 1 ст. ложка укропа, 2 ст. ложки петрушки, 0,5 стакана сметаны, 0,5 ч. ложки черного перца.

Грибы очистить, промыть, нарезать соломкой, положить на разогретую сухую сковороду, прикрыть крышкой и жарить на среднем огне до тех пор, пока выпущенный грибами сок не выкипит почти полностью; затем посолить, добавить мелко нарезанный лук, подлить масло, перемешать и продолжать жарить на более умеренном огне до образования коричневатого колера около 20 мин. После этого поперчить, посыпать мелко нарезанной зеленью укропа и петрушки, перемешать, прожарить 2-3 мин, добавить сметану и довести ее до кипения.

#### *ГРИБЫ ЦЕЛИКИ*

500 г очищенных белых грибов (шляпок), 1 яйцо, 0,5 стакана ржаных толченых сухарей, 100 г подсолнечного масла, 1 ст. ложка сметаны, 1 ст. ложка укропа, 0,5 головки чеснока, 1 ч. ложка соли.

Шляпки белых грибов обварить крутым кипятком, обсушить полотенцем, обвалить в хорошо взбитом яйце, затем в сухарях и пожарить на сильно раскаленной сковороде в масле. Укроп, чеснок и соль растереть в ступке до получения однородной массы, прибавить к ней сметану и затем размешать с поджаренными грибами.

### *ГРИБЫ, ЖАРЕННЫЕ В ТЕСТЕ*

20 белых сухих грибов, 0,5 стакана кваса, пива или воды, 2 ч. ложки подсолнечного масла, 0,25 стакана масла для жарения, 0,25 ч. ложки соли, 2-3 ст. ложки муки, 3 лавровых листа, 8 горошин черного перца

Сухие грибы отварить в 0,5 л воды с лавровым листом и перцем (отвар использовать для супа). Грибы обсушить. Из кваса, подсолнечного масла, соли и муки сделать жидкое тесто. Обмакивать в нем подготовленные грибы и поджаривать в масле на сковороде.

### *КУНДЮМЫ*

Кундюмы, или кундюбки – старинное русское блюдо XVI в., представляющее собой своего рода пельмени с грибной начинкой.

От обычных пельменей кундюмы отличаются не только особой начинкой. Тесто для кундюмов замешивается на растительных маслах (подсолнечном или маковом) и горячей воде и представляет собой, таким образом, сочетание заварного и вытяжного теста. Начинка может быть приготовлена как из свежих, так и из сухих грибов в сочетании с крупой (гречневой, рисом) и пряностями.

И, наконец, в отличие от пельменей кундюмы не отваривают, а вначале пекут, затем томят в духовке.

Для теста: 2 стакана (320 г) пшеничной муки, 0,75 стакана кипятка, 4 ст. ложки подсолнечного масла.

Для отвара: 0,5 л воды, 3 лавровых листа, 4-5 горошин черного перца, 2-3 зубчика чеснока, 1 ст. ложка зелени петрушки, 1 стакан сметаны.

Для начинки: 20 сухих белых грибов, 1 стакан крутой гречневой каши или отварного риса, 4 ст. ложки подсолнечного масла, 1 луковица, 1 яйцо.

Подготовка начинки. Грибы отварить в воде, отвар слить в отдельную посуду, а грибы мелко порубить и обжарить вместе с мелко нарезанным луком в масле; перемешать с кашей и рубленным крутым яйцом, хорошо размять в однородную массу.

Подготовка теста. В подсолнечное масло залить крутой кипяток, всыпать в эту смесь муку и быстро замесить тесто, хорошенько размяв его руками, а затем раскатать в очень тонкий пласт (почти до прозрачности), не подсыпая при этом муки, так как это тесто не прилипает к доске.

Подготовка кундюмов. Раскатанное тесто нарезать квадратами 5x5 см, положить на каждый квадратик небольшой кусочек начинки и сформовать пельмени. Из указанного количества теста и начинки должно получиться примерно 100 пельменей.

Приготовление кундюмов. Лист, противень или широкую сковороду смазать маслом, уложить на нее одним слоем кундюмы и испечь их в духовке на умеренном огне в течение 12-15 мин. Затем переложить кундюмы в горшочек, залить горячим грибным отваром, посолить, добавить пряности и поставить на 15 мин в духовку, после чего залить сметаной и выложить в тарелки.

### *КАШИ*

Каша – одно из самых распространенных русских национальных блюд, второе после щей по своему значению на русском столе.

Длительное время каша была любимым блюдом в России, а первоначально даже торжественным, обрядовым. Она употреблялась на празднествах, в том числе на пирах, на свадьбах, на крестинах. Вот почему в XII-XIV вв. слово «каша» было равнозначно слову «пир». Так, летопись сообщает, что в 1239 г. князь Александр Невский устроил большую кашу в Торопце, а затем другую в Новгороде. Позднее каша стала постоянно употребляться при всяких коллективных работах, особенно во время взаимной выручки при жатве, когда действовали сообща, артелью. Поэтому артель нередко стали называть «кашей». «Мы с ним в одной каше», – означало водной артели, одном отряде, одном коллективе. Особенно долго сохранялось это значение «каши» на Дону и в других местах, где селилась русская вольница.

Разнообразие видов русских каш базировалось прежде всего на многообразии сортов круп, производимых в России. Почти из каждого вида зерна делалось несколько видов круп – от целых до дробленных различным образом. Больше всего любили крупы из гречихи. Помимо крупной крупы – ядрицы, идущей для крутых, рассыпчатых каш, делали и более мелкую – велигорку и совсем мелкую – смоленскую (они не дробились, как современный «продел», а окатывались круглыми). Кроме того, из гречихи получали так называемую обварную крупу, которую, завернув в ткань, быстро обваривали в кипятке, а затем высушивали и только после этого употребляли в каши. Из ячменя делали крупу трех видов – перловую крупную, голландку, помельче, но побелее, и ячневую, совсем мелкую, вроде манной. Ячневые каши были любимым кушаньем Петра I. Широко были распространены полбенная каша из полбы (ныне возделывается только в Закавказье, где называется «зандури»), пшенная (из проса), манная (из твердых пшениц), овсяная (из целого и дробленого овса) и зеленая (из молодой, незрелой, вполовину налившейся ржи). В XIV-XV вв. вошла в употребление рисовая каша из привозного, а затем и своего, русского, так называемого акулининского или суходольного риса, выращиваемого в Астраханской и Саратовской областях. Позднее, в XIX в., появились в России и привозные или искусственные виды круп – саго и розовая крупа из крахмала, которые, однако, употребляли довольно редко.

В русской кухне каши издавна делились по консистенции на три основных вида – кашицы (или жиденькие кашки), размазни (или вязкие каши) и крутые, рассыпчатые. Больше всего любили в России рассыпчатые каши, в старину охотно ели также кашицы (особенно с рыбой), заменявшие суп, размазни же недолюбливали: считалось, что это ни то и ни се, словом, смотрели на них как на испорченные каши.

Каждый из перечисленных видов отличается количеством жидкости, в которой варится каша. Чем больше воды (молока, бульона), тем жиже каша. Кроме того, в более жидких кашах есть еще и слизь, которая при приготовлении крутых каш либо сливается, либо не успевает вывариться из зерна. Наличие или отсутствие этой слизи придает кашам в целом различный вкус. Надо еще иметь в виду, что изменить соотношение между крупой и жидкостью уже после того, как каша начала вариться, нельзя. Иными словами, нельзя выпарить воду после соединения ее с крупой так, чтобы это не отразилось на консистенции (как это можно сделать с корнеплодами или бобовыми), нельзя превратить жидкую или вязкую кашу в крутую, рассыпчатую. Вот почему так важно правильно залить крупу водой для

получения каши того или иного вида. При этом удобнее руководствоваться соотношениями объемов воды и круп (столько-то стаканов крупы на столько-то стаканов воды).

В прошлом почти все каши готовили одинаково: крупу и воду помещали в глиняный горшок и распаривали в русской печи. Это требовало большого времени, порой 4-5 ч, хотя и давало неплохие результаты. С переходом к наплитному приготовлению продолжительность варки каш сократилась примерно до 1 – 1,5 ч, однако ненамного, если ее после этого распаривают в духовке или тепло укутывают. Между тем, изменив привычную технологию и соблюдая определенное соотношение воды и крупы, можно сократить время варки каш на газовой плите до 15-20 мин. Для этого надо, например, менять среду, в которой варится крупа, дважды: вначале легко отваривать крупу в большом количестве подсоленного кипятка, затем лишнюю воду со слизью сливать и доваривать кашу в молоке. Такой прием можно использовать для рисовой, пшенной и ячневой каш. А для гречневой каши важно точно отмерить воду: ровно вдвое по объему больше, чем крупы, и выпарить эту воду, не мешая кашу, за 15 мин. Для овсяной каши соотношение воды иное: на 2 стакана овсяной крупы 3 стакана воды. Эту воду быстро выпаривают, заливают кашу 0,5-1 стаканом мясного бульона и уваривают, обязательно помешивая.

В процессе варки кашу нужно все время помешивать (кроме гречневой и рисовой), следить, чтобы не подгорела, сливать излишнюю воду, доливать молоко и т. д.

Надо обращать внимание и на состояние крупы: ее спелость, засоренность и т. п. Рассыпчатую гречневую кашу, например, можно сварить только из спелой гречихи без зеленоватого отлива, в противном случае каша получится вязкой, как бы правильно ее ни варили.

Однако каша в чистом виде еще не каша. Вкус ее будет во многом зависеть от того, чем ее сдобрили и приправили. Для этого надо хорошо знать и чувствовать, что подходит к данному виду крупы и каши, с чем она лучше сочетается.

Конечно, прежде всего к кашам идет масло:

«Кашу маслом не испортишь», – гласит пословица. Но масло отнюдь не единственная и, главное, не первая добавка в кашу, а заключительная. Самыми же распостпаненными добавками в каши являются молочные продукты – молоко, простокваша, пахта, сметана, творог и сливки. Фактически они идут во все виды каш и часто составляют шестую, а то и четвертую часть их объема. На втором месте по частоте применения в качестве добавок стоят мясо, рыба, горох, яйца и грибы. Первые три продукта используются чаще всего в кашницах (особенно рыба), последние два – в рассыпчатых кашах. Лук идет во многие виды каш. К некоторым кашам подходят подмешиваемые в небольших количествах тыквенное пюре (к пшенице) и мак (к ячневой каше). Для создания же сладкой гаммы, кроме сахара, используют варенье, мед, изюм, урюк, курагу, орехи, свежие фрукты, шоколад, подходящие к белым кашам (манной, рисовой, саго). Из пряностей в каши идут черный и красный перец, петрушка, сельдерей, пастернак, чеснок, корица, бадьян, цедры, мускатный орех, ваниль.

Что же касается, наконец, масел, то здесь годятся почти все животные и растительные масла. Свиное нутряное сало и бараний жир идут в основном в горячие кашицы.

Для рассыпчатых каш наиболее характерно использование сливочного и топленого масла, а из растительных – подсолнечного, конопляного, макового, орехового, в том числе и миндального.

В печи и духовке кашу лучше всего варить в глиняных горшках и чугунах, а при наплитном приготовлении – использовать металлическую посуду, преимущественно алюминиевую с закругленным дном, типа котелков. Только жидкие кашицы можно варить в эмалированной посуде, но все время следить, чтобы не пригорели.

#### *КАШИЦА СМОЛЕНСКАЯ*

1,5 стакана мелкой гречневой крупы (продела), 1 л воды, 2 луковицы, 2 корня пастернака, 2-3 ст. ложки зелени петрушки, 1/2 ч. ложки черного молотого перца, 0,5 стакана сметаны, 2 ст. ложки топленого или сливочного масла, 1 ч. ложка соли.

В подсоленный кипяток положить целую луковицу, мелко нарезанные корни пастернака, проварить 5 мин, затем засыпать крупой и варить на медленном огне, помешивая, до полного разваривания крупы. После этого луковицу вынуть, снять кашу с огня, заправить перцем, петрушкой, сметаной, маслом, досолить и дать постоять под крышкой 15 мин для распаривания.

#### *КАШИЦА КОСТРОМСКАЯ (ЗАСПИЦА ГЛАЗУНЬЯ)*

1,5 стакана ячневой крупы, 2 л воды, 0,25 стакана гороха, 1 луковица, 2 ст. ложки тимьяна или чабера, 3 ст. ложки сливочного или подсолнечного масла, 1 ч. ложка соли.

Ячневую крупу промыть в нескольких водах и отварить в подсоленной воде в течение 15–20 мин (с момента закипания) на умеренном огне, обязательно снимая образующуюся сверху пену, затем лишнюю, свободно отделяющуюся воду слить, добавить заранее замоченный и разваренный в воде горох и мелко нарезанный лук и продолжать варить на медленном огне до полного размягчения кашицы. Заправить маслом, тимьяном, размешать, проварить 5 мин.

#### *КАШИЦА ТИХВИНСКАЯ (КАШИЦА ГОРОХОВАЯ С ЗАСПОЙ ГРЕЧНЕВОЙ)*

0,5 стакана гороха, 1,5 л воды, 1 стакан гречевого продела, 2 луковицы, 4 ст. ложки топленого или подсолнечного масла.

Горох промыть, разварить в воде, ни в коем случае ее не подсаливая, и, когда вода на 1/3 выпарится и горох будет почти готов, засыпать продел и варить его до готовности. Затем заправить мелко нарезанным луком, поджаренным на масле, и посолить.

#### *КАШИЦА БЕЛЕВСКАЯ (КАШИЦА ОВСЯНАЯ СЛАДКАЯ)*

2 стакана овсяных хлопьев «Геркулес», 1 л воды, 0,5 л молока, 0,5 ч. ложки бадьяна, 0,5 ч. ложки корицы, 0,5 ч. ложки кориандра, 4 бутона гвоздики, 1 лимон (свежая цедра с лимона), 0,5 стакана сливок, 5-6 ст. ложек сахара, 1 ч. ложка соли.

В слегка подсоленной воде разварить «Геркулес» до вязкой каши, снимая все время появляющуюся на поверхности пену, даже когда еще не начнет кипеть. Затем кашу залить молоком, размешать, довести до кипения, отделить неразварившиеся

твердые хлопья и вновь варить на очень медленном огне, все время помешивая, добавить через 10-15 мин сахар, а когда он разойдется, заправить пряностями, проварить 5-7 мин, влить сливки, размешать, снять с огня.

#### *КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ*

3 стакана воды, 1,5 стакана гречневой крупы ядрицы, 2 луковицы, 2 яйца, 3-4 сухих белых гриба, 6-7 ст. ложек подсолнечного масла.

Ядрицу перебрать, отсеять от мучной пыли (но не мыть), залить водой, засыпать растертыми в порошок грибами и поставить на сильный огонь, закрыв крышкой. Когда закипит, огонь убавить наполовину и продолжать варить 10 мин до загустения, затем вновь убавить огонь до слабого и варить еще около 5-7 мин до полного выпаривания воды. Снять с огня, завернуть в теплое на 15 мин. Одновременно в другой кастрюле разогреть масло, обжарить в нем мелко нарезанный лук, посолить. Крутые яйца мелко порубить и всыпать вместе с поджаренным в масле луком в кашу, равномерно размешать.

#### *КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ*

4,5 стакана молока, 2 стакана гречневой крупы ядрицы, 0,5 стакана сливок.

Ядрицу перебрать, залить молоком, варить до полного его выкипания, затем залить сливками, чуть-чуть посолить и поставить на 10–15 мин в духовку.

#### *КАША ГРЕЧНЕВАЯ ПУХОВАЯ*

2 стакана ядрицы, 2 яйца, 4,5 стакана молока, 3 ст. ложки сливочного масла, 2 стакана сливок.

Крупу перетереть со взбитыми яйцами, рассыпать на противне и высушить в нагретой предварительно духовке, но с выключенным огнем. Затем залить молоком, заправить маслом и варить, как кашу гречневую молочную (см. выше). Когда будет готова, посолить по вкусу, дать остыть, затем протереть через дуршлаг и есть со сливками.

#### *КАША ЯЧНЕВАЯ РАЗМАЗНЯ*

2 стакана ячневой крупы, 3 л воды, 1 стакан молока, 1,5 стакана творога, 2 ст. ложки сливочного масла, 1 ч. ложка соли.

Крупу засыпать в холодную подсоленную воду и варить на умеренном огне, все время снимая пену. Как только начнут появляться признаки выделения из крупы густой белой слизи, лишнюю воду сцедить и продолжать варить кашу в другой посуде, долив молока и все время помешивая, до получения густой размазни. Когда каша станет мягкой, заправить ее творогом, досолить, размешать равномерно, дать постоять 5 мин под крышкой, не нагревая, затем заправить маслом.

#### *КАША ОВСЯНАЯ*

2 стакана овсяных хлопьев «Геркулес», 0,75 л воды, 0,5 л молока, 2 ч. ложки соли, 3 ст. ложки масла сливочного.

Крупу залить водой и варить на медленном огне до вываривания воды и полного загустения, затем в два приема долить горячим молоком и, продолжая помешивать, варить до загустения, посолив. Готовую кашу заправить маслом.

#### *КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ СЛАДКАЯ*

1,5 стакана риса, 0,5 л воды, 0,5 стакана молока, 3 ст. ложки сахара, 0,5 ч. ложки корицы или бадьяна, 3-4 ст. ложки сливочного масла.

Приготовить рис так же, как для каши рисо-овсяной несладкой, но отварив рис, переложить его в другую посуду, долить горячего молока и дать ему впитаться в рис (без подогрева); заправить сахаром, пряностями и маслом и прогреть еще 3-4 мин в духовке или водяной бане.

#### *КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ*

1 стакан пшена, 2 стакана воды, 2 стакана молока, 2 ст. ложки сливочного масла.

Пшено перебрать, промыть 5-6 раз в кипятке, пока вода после промывки не станет чистой, затем залить горячей водой, поставить на огонь, посолить, снять пену, быстро выпарить всю воду, пока пшено еще не успело развариться, а затем долить горячего молока и продолжать варить кашу на умеренном и затем слабом огне до полного загустения. Готовую кашу заправить маслом, размешать.

#### *КАША ПШЕННАЯ – ТЫКОВНИК*

1 стакан пшена, 2 стакана воды, 2 стакана молока, 1 стакан тыквенного пюре, 3 ст. ложки сливочного масла, 0.5 стакана сливок, 1 яйцо.

Сварить пшеничную молочную кашу (см. выше), смешать ее со сваренным на молоке тыквенным пюре, мелко нарубленным крутым яйцом, половиной порции сливочного масла и переложить в глиняный горшок, обмазанный изнутри маслом. Поставить в духовку на 15 мин.

#### *КОЛИВО*

2 стакана ячневой крупы, 3 л воды, 1 стакан молока, 0.75-1 стакан мака, 2-3 ст. ложки меда, 2 ст. ложки клюквенного или смородинового варенья.

Крупку промыть, отварить в воде на умеренном огне, снимая все время пену. Как только крупа начнет выделять слизь, лишнюю воду слить, кашу переложить в другую посуду, добавить молоко и варить до мягкости крупы и загустения, все время помешивая.

Отдельно подготовить мак: залить его крутым кипятком, дать распариться, через 5 мин воду слить, мак промыть, вновь залить крутым кипятком, сразу же слить его, как только начнут появляться капельки жира на поверхности воды. Затем распаренный мак перетереть в ступке (фарфоровой), добавляя по полчайной ложечке кипятку к каждой столовой ложке мака.

Подготовленный мак смешать с загустевшей, размягченной ячневой кашей, добавить мед. прогреть на медленном огне 5-7 мин. непрерывно помешивая, снять с огня, заправить вареньем.

#### *ГУРЬЕВСКАЯ КАША*

1,25 л сливок, 0,5 стакана манной крупы, 0,5 кг орехов (лешины, кедровых, грецких), 10 орехов горького миндаля или 4-5 капель миндальной эссенции, 0,5 стакана сахара, 0,5 стакана варенья (клубничного, земляничного, вишневого без косточек), 2 ст. ложки сливочного масла, 1 капсулка кардамона или 3-4 ч. ложки молотой лимонной цедры, или 2 ч. ложки корицы, 0,25 ч. ложки молотого бадьяна.

Подготовка орехов. Орехи, очищенные от скорлупы, залить кипятком на 2-3 мин, очистить от тонкой кожицы, подсушить и истолочь в ступке, подливая по 1 ч. ложке теплой воды к каждой полной столовой ложке орехов. Сложить в чашку.

Подготовка пенек. Сливки вылить в плоскую посуду (чугунную эмалированную сковороду), поставить в нагретую духовку и снимать образующиеся крепкие пенки, когда они начнут румяниться, складывая их в отдельную посуду.

Собрать 12-15 пенек.

Подготовка манной каши. На оставшихся сливках или молоке сварить густую хорошо разваренную манную кашу, всыпать в нее толченые орехи, сахар, масло, растертые пряности, перемешать.

Приготовление гурьевской каши. В огнеупорную эмалированную сковороду с высокими краями или широкий плоский сотейник налить немного подготовленной манной каши, чтобы образовался слой в 0,5-1 см, закрыть его пенкой, вновь налить слой каши потоньше, вновь переслоить пенкой и т. д. В предпоследний слой добавить немного варенья и бадьян. Поставить на 10 мин в предварительно хорошо нагретую духовку, но со слабым огнем. Затем вынуть, залить сверху оставшимся вареньем (большей частью) и подать в той посуде, в которой готовили кашу.

### *БЛИНЫ*

Блины – одно из самых древнейших изделий русской кухни, появившееся еще до IX в. в языческие времена. Слово «блин» – искаженное «млин» от глагола «молоть». «Мелин», или «млин», означает изделие из намеленного, т.е. мучное изделие. Это едва ли не самое экономное мучное блюдо, для которого требуется минимум муки при максимуме жидкости (воды, молока), поскольку для блинов употребляется весьма разжиженное тесто. Еще более увеличивают объем этого теста дрожжи. Встречающееся кое-где ныне использование соды для блинов заимствовано с Запада сравнительно недавно и несвойственно русской кухне. Русские блины отличаются совершенно особой консистенцией, они мягки, рыхлы, ноздреваты, пышны, легки и при этом как бы полупрозрачны, с четко различимым рисунком многочисленных пор. Такие блины как губка впитывают в себя растопленное масло, сметану, отчего делаются сочными, лоснящимися и вкусными.

Известно несколько видов блинов, различающихся между собой главным образом используемым для них сырьем (мукой, водой или молоком, маслом, яйцами), технология же приготовления для всех видов в основных чертах почти одинакова.

### *ПРИГОТОВЛЕНИЕ ТЕСТА ДЛЯ БЛИНОВ*

Блинное тесто замешивается за 5-6 ч. до выпечки – опарным способом. Это значит, что вначале в воде или молоке с дрожжами растворяется только часть муки, а затем, когда опара подойдет, добавляется остальная мука, соль, сахар, масло; все это иногда еще обваривается молоком (заварные блины), а затем подмешиваются взбитые яичные белки, сливки, после чего тесто должно еще подойти и только тогда его используют для выпечки.

Количество и вид муки, идущей на опару и на вторую засыпку, варьируют. Кроме того, меняется порой и количество подъемов теста – тесто по консистенции должно напоминать густую сметану. Для этого соотношение жидкости и муки в тесте должно быть примерно одинаковым: объем жидкости должен соответствовать объему муки. При этом в понятие «жидкость» в блинном тесте входит вода (или молоко), растопленное масло, яйца, сливки, разведенные дрожжи. Лучшие, испытанные соотношения: 4-5 стаканов муки на 4-5 стаканов «жидкости». Правда,

поскольку мука может быть разного вида (гречневая, пшеничная) и разной сухости и поскольку ее можно смешивать в разных пропорциях (треть, половина, две трети), то в каждом конкретном случае бывают небольшие отклонения в ту или иную сторону, но эти отклонения никогда не превышают десятой или даже двенадцатой части общего объема взятых продуктов.

При подготовке теста надо обращать внимание на следующие три фактора: во-первых, дрожжи должны быть свежими и в достаточном, но не избыточном количестве; во-вторых, тесто на всех стадиях (при растворении опары, добавлении муки, молока, яиц и т.д.) надо взбивать и растирать очень тщательно (в нем не должно быть ни единого комочка); в-третьих, обваривать опару (если это требуется по рецепту) надо не крутогорячим и не полностью вскипевшим молоком, а лишь доведенным почти до кипения, а затем слегка остуженным, но не менее чем до 45оС. В случае если опара не обваривается горячим молоком, то перед самой выпечкой в тесто осторожно добавляют белково-сливочную смесь, для получения которой взбивают немного сливок и в них вводят взбитые белки (но не наоборот!). Эту смесь добавляют для повышения рыхлости, нежности и ноздреватости блинов.

### *ПОДГОТОВКА ПОСУДЫ ДЛЯ ВЫПЕЧКИ БЛИНОВ*

Настоящие блины можно выпекать только на черных чугунных сковородах небольших размеров. Такие сковороды никогда не следует мыть водой. Чистят их так: ставят на огонь, наливают немного растительного масла, насыпают 1 ст. ложку крупной соли и дают хорошенько нагреться, а затем слегка остыть. Еще горячую сковороду быстро, но тщательно протирают чистой ветошью или бумажными салфетками, чтобы снять весь нагар, затем вновь посыпают сухой солью, протирают еще раз, и, наконец, когда соль убрана, вновь протирают мягкой сухой тряпочкой. Если тряпочка при этом осталась чистой, значит сковорода хорошо подготовлена. Если сковорода вычищена недостаточно тщательно, то первый же блин не удастся (отсюда выражение «первый блин комом»). В этом случае вновь надо налить масла на сковороду, насыпать соли и почистить еще раз. Иначе можно испортить и все остальные блины.

Выпечка блинов. Процесс выпечки внешне прост: готовое тесто берут осторожно, не давая ему опадать, большими деревянными ложками или половниками и льют на раскаленные, смазанные маслом сковороды. При этом количество взятого каждый раз теста должно быть таково, чтобы оно могло разлиться тонким ровным слоем по всей сковороде. Этот навык дается практикой. Кроме того, имеет значение и количество масла, которым смазана сковорода. Если масла мало – блин будет пригорать, если много – будет толстым, неровным, так как излишнее масло будет препятствовать тесту разливаться по сковороде равномерным слоем.

Чтобы получить ровный и одинаковый для всех блинов слой масла, его не льют на сковороду, а смазывают ее перед выпечкой каждого блина. Смазать сковороду можно перышком, предварительно погруженным в масло. Но перышко неудобно тем, что его надо часто менять: оно быстро выходит и строя. Кроме того, масло слишком впитывается в перо и ложится на сковороду не совсем ровным слоем. Поэтому лучше смазывать сковороду маслом половинкой луковицы (или сырой очищенной картофелины), разрезанной поперек и наколотой на вилку.

Ровной, срезанной поверхностью луковицы, обмакнув ее в масло, налитое в блюдечко, смазывают сковороду, как «щеточкой». Если поверхность луковицы постепенно обжарится слишком сильно, ее можно сменить.

Когда сковорода предварительно разогрета, правильно смазана и на нее налито достаточное количество теста, то блин печется недолго. Как только он начнет подниматься и румяниться, его можно смазать сверху маслом с помощью той же луковицы и сразу же перевернуть на другую сторону, иначе блин можно засушить.

### *ВИДЫ БЛИНОВ*

Блины различают и называют по тому виду муки или крупы, которые идут на их изготовление: ржаные, гречневые, гречнево-пшеничные, пшеничные, пшеничные, манные. Таким образом, разнообразной может быть сама основа блинов. Но этого мало. Отличны по технологии, например, заварные блины. Кроме того, разнообразие в ассортименте блинов вносят и различные способы употребления их. Один из них широко известен – это обычай есть готовые блины с жирными или острыми добавками, либо макая их в масло или сметану, либо заворачивая в них соленую рыбу (селедку, кету, семгу, горбушу) или икру. Реже употребляется еще один способ – это введение в блины припеков в момент их выпечки. Классическим припеками служат лук, крутые яйца, творог, сушеные снетки. Припек делают так: насыпают на середину сковороды рубленый лук, крутые яйца и заливают их тестом; можно иначе – уже почти испеченный блин, не снимая со сковороды, намазывают сверху тонким слоем творога, стертым с сырым яйцом, и затем, обмазав его маслом, быстро переворачивают на другую сторону, прижимая к накаливаемой поверхности сковороды (это называется «прижарить в пылу»).

Одной из разновидностей блинов (а не пирогов!) следует считать и так называемые блинчатые пироги, т.е. несколько блинов, наложенных стопкой один на другой и переложенных между собой различной начинкой, чаще всего из мясного фарша, пережаренного с луком, с рублеными крутыми яйцами. Такие стопки блинов смазывают с боков смесью яиц, муки и молока, чтобы фарш не вываливался, и обжаривают слегка в духовке.

### *ГРЕЧНЕВЫЕ БЛИНЫ НА ВОДЕ*

4 стакана гречневой муки, 1 стакан холодной воды, 3,5 стакана горячей воды, 25 г дрожжей, 1 ч. ложка сахара, 1 ч. ложка соли, 0,5 стакана подсолнечного масла (для жарения).

Холодную воду развести с таким же объемом муки и заварить это тесто горячей водой, размешать, остудить, добавить дрожжи, дать подойти.

Добавить остальную муку, сахар, соль, дать подойти и печь блины.

### *ГРЕЧНЕВЫЕ БЛИНЫ НА МОЛОКЕ*

4 стакана гречневой муки, 4,5-5 стаканов молока, 25 г дрожжей, 2 яйца, 25 г сливочного масла, 1 ч. ложка соли, 1 ч. ложка сахара, 0,5 стакана подсолнечного масла.

Две трети приготовленной по рецепту порции молока, дрожжи, муку, сливочное масло, желтки вымешать, дать подойти.

Добавить соль, сахар, обварить остальным молоком, взбить, ввести взбитые белки, дать подойти вторично и сразу же печь.

### *ГРЕЧНЕВО-ПШЕНИЧНЫ БЛИНЫ*

3,5 стакана гречневой муки, 1,5 стакана пшеничной муки, 2,5 стакана теплой воды, 2 стакана кипящего молока, 25 г дрожжей, 25 г сливочного масла, 2 яйца, 1 ч. ложка сахара, 1 ч. ложка соли, 0,5 стакана растопленного масла.

В воде развести дрожжи, прибавить всю пшеничную муку и равный объем гречневой, дать подойти.

Всыпать оставшуюся гречневую муку, вновь дать подойти.

Заварить тесто горячим молоком, остудить, положить сахар, соль, масло, дать подойти и затем печь.

### *ГРЕЧНЕВО-ПШЕНИЧНЫЕ БЛИНЫ СДОБНЫЕ (ПОЛОВИННЫЕ)*

2 стакана гречневой муки, 2 стакана пшеничной муки, 4 стакана молока, 25 г дрожжей, 50 г сливочного масла, 2 ч. ложки сахара, 1 ч. ложка соли, 5 яиц, 0,5 стакана подсолнечного или топленого масла.

Гречневую муку развести в 1 стакане холодного молока и заварить 2 стаканами горячего, остудить.

Ввести дрожжи и дать подойти тесту в теплом месте.

Тесто взбить, добавить соль, пшеничную муку, масло, желтки, растертые с сахаром, оставшееся молоко, взбитые белки, дать подойти и затем в печь.

### *ПШЕНИЧНЫЕ БЛИНЫ (КРАСНЫЕ)*

4,5 стакана пшеничной муки, 4 стакана молока, 25 г дрожжей, 25 г дрожжей, 25 г сливочного масла, 100 г сливок, 2 яйца, 2 ч. ложки сахара, 1 ч. ложка соли.

Половину муки, дрожжи, масло растворить в молоке, дать подойти.

Тесто взбить, добавить остальную муку, соль, желтки, растертые с сахаром, вновь взбить, ввести взбитые белки и сливки, дать подойти и затем печь.

### *ПШЕННЫЕ БЛИНЫ*

1 л воды, 400 г пшеницы, 400 г пшеничной муки высшего сорта, 400 г гречневой муки, 25-30 г дрожжей, 2 ч. ложки сахара, 2 ч. ложки соли.

Пшено промыть 5-7 раз в кипятке, залить водой, сварить жидкую кашу, хорошо разварив пшено, остудить. (Объем кашицы должен быть равен 1 л). Добавить в кашу пшеничную муку, дрожжи, дать подойти. Затем добавить гречневую муку, сахар, соль, размешать, дать подойти.

Обварить тесто горячей водой, развести его до консистенции сметаны и через 15 мин после этого начать печь блины.

### *ПИРОГИ*

Пироги занимают на русском столе видное и притом всегда почетное место. Это одни из тех подлинно национальных изделий, которые дошли до нас из глубокой древности, избежав какого бы-то ни было иностранного влияния.

Пироги приготавливались и употреблялись на Руси вначале исключительно по праздникам. Само слово «пирог», происшедшее от древнерусского слова «пир», указывает на то, что ни одно торжественное застолье не могло обходиться без пирогов. При этом каждому празднеству соответствовал свой особый вид пирогов, что и послужило причиной разнообразия русских пирогов как по внешнему виду, так и по тесту, начинкам и вкусу.

Длительное существование пирогов как излюбленного кушанья в значительной степени объясняется не только их высокими вкусовыми

достоинствами, но и тем, что они оказались, можно сказать, удобной формой концентрированного питания. Часто в пироге в буквальном смысле заключался привычный домашний обед русского человека, т. е. хлеб, щи, каша, так как пироги начинялись чаще всего капустой, репой, кашей, грибами. Поэтому с расширением различных форм внедомашнего труда пироги стали брать с собой на работу, в дорогу. Именно в этот период родилась поговорка «В пирог все завернешь».

В классическом национальном русском обеде пироги идут всегда после рыбы, рыбного блюда, так что за ними следует еще одно второе – жаркое или каша; в более простом русском обеде они следуют либо сразу после супа, либо после второго блюда.

С середины XIX в. вошло в обычай, особенно в ресторанах, подавать кулебяки, пироги с кашей или расстегаи к соответствующим первым блюдам – мясному бульону, щам или ухе. В конце XIX – начале XX вв. слоеные пироги стали подавать также как закуску к завтраку или как самостоятельное блюдо к полднику и ужину. Сладкие пироги подаются к чаю.

В настоящее время для пирогов используется пшеничная мука. Первоначально же, в XII-XIV вв., русские пироги делались преимущественно из ржаной муки, впоследствии с небольшой примесью пшеничной, а еще позднее к пшеничной муке низшего сорта стали примешивать небольшое количество муки высшего сорта. Постепенно сложилась традиция делать тесто для пирогов из своего рода мучного «коктейля», что оказало влияние на особенности вкуса и консистенции теста.

Тесто русского пирога должно быть всегда кислым, дрожжевым, или живым, жилим, как его образно называли в старину. В качестве закваски могут использоваться наряду с дрожжами простокваша, сметана, пиво, брага, сыворотка. Нередко кислые компоненты соединяются в разных сочетаниях, и это дает возможность разнообразить консистенцию и вкус кислого теста. В прошлом в качестве закваски для пирогов очень часто применяли отрубяно-дрожжевую опару: отруби заваривали кипятком, давали немного постоять, затем разводили теплой водой, добавляли дрожжей и оставляли на ночь. Считалось, что пироги из теста, приготовленного на опаре, вкуснее, лучше, а теста получается больше. В настоящее время в быт вошел и укрепился безопасный, более быстрый способ приготовления теста.

Разнообразны и сдобные компоненты, входящие в состав теста для русских пирогов. Это прежде всего молоко, а затем различные виды жиров (растительные, сливочные, говяжий жир) и в гораздо меньшей степени – яйца. Выбор жира обычно связан с выбором начинки. Так, в пироги с растительной начинкой и рыбой традиционно используются растительные масла, в пироги с мясной начинкой – говяжий почечный жир, в пироги из птицы и в кулебяки – сливочное и топленое масло.

Свобода в выборе основных компонентов теста – муки, заквасок, жидкости, сдобы – привела к появлению многочисленных вариаций, вследствие чего пироги почти у каждой хозяйки носят известный отпечаток индивидуальности. Вместе с тем сложились и определенные традиции, устанавливающие пропорции основных частей теста.

Тесто для несладких пирогов должно быть не слишком плотным по консистенции, проховым, как говорили встарь, т. е. рыхлым. Для этого готовят густое, но не крутое (за исключением теста для колобовых пирогов) тесто, чаще всего сдобное, причем сдобность достигается с помощью молока или масла и в меньшей степени с помощью яиц, способствующих плотности и сухости теста. Так, на 1 кг муки должно приходиться примерно около 0,5 л жидкости, включая воду, молоко, все жиры и яйца. Что же касается яиц, то обычная их доля в тесте для пирогов весьма невысока – 1 яйцо на каждые 800 г муки, или 1,25 яйца на 1 кг муки.

В тесто для сладких пирогов кладут больше яиц и масла, чем в тесто для несладких пирогов, и, кроме того, делают его несколько круче по консистенции и раскатывают в более толстый пласт, чтобы воспрепятствовать разъеданию теста сахаром и сладкой начинкой (вареньем). В несладких пирогах, наоборот, достоинством является большое количество начинки и тонкая, сухонькая корочка. Исключение составляют лишь кулебяки, где тесто снизу пирога делается несколько толще, чтобы увеличить слой начинки, но по консистенции остается таким же некрутым, как и для прочих несладких пирогов.

Тесту для пирогов дают подняться порой трижды и уж обязательно дважды, каждый раз вновь взбивая и уминая его. Это гарантирует хорошую пропекаемость теста и отличный вкус изделия, а при высоком проценте дрожжей и вообще кислого начала в тесте делает кислоту незаметной после выпечки пирогов.

Начинку для русских пирогов готовят чаще всего из одного какого-либо продукта. Это может быть начинка из овощей (капусты, гороха, моркови, репы, картофеля, лука, щавеля), грибов (сухих, свежих отварных, жареных и соленых всех видов), разнообразных крутых каш с большим содержанием масла (чаще рисовой), вязиги и рыбы, мяса, домашней птицы (чаще курицы), творога, яиц, дичи. Традиционные начинки – каши с луком и яйцами, капуста с яйцами, грибы с луком и, наконец, мясо или рыба (или вязига) с рисом и яйцами.

Пироги со сложной начинкой называются кулебяками. Иногда начинка накладывается в несколько рядов. В этом случае, чтобы предотвратить отлипание (закал) нижней корки кулебяки и сохранить четкиеделения между рядами начинки, их перекладывают тонкими тестяными блинчиками, выпекаемыми заранее. При этом в нижний слой всегда кладут ту или иную кашу, а в верхний – рыбу или мясо, грибы, лук.

Начинку всех видов (кроме рыбы) кладут в пироги только вареной, остуженной. Рыбная же начинка может быть и из сырой рыбы, отчего такие пироги пекутся примерно вдвое дольше остальных. Используют в пироги и соленую красную рыбу, обычно в сочетании с тремя видами каш – рисовой, гречневой и саговой. Начинка из вязиги нуждается в предварительной специальной подготовке, о которой будет сказано ниже. Что касается начинок для сладких пирогов, то большую часть их делают из варенья (яблочного, смородинового, малинового, вишневого, клубничного, земляничного, черничного, брусничного), из изюма с рисом, чернослива и инжира, из мака с сахаром, из сушеной черемухи с сахаром и медом. Реже в русской кухне (да и то в последнее время) делаются пироги со свежими фруктами и ягодами, преимущественно с яблоками, вишней, земляникой, черникой.

Начинки должны быть сочными, жирными, по вкусу более острыми, более резкими, более выразительными, чем диктует нормальный вкус. Это означает, что несладкие начинки должны быть чуть солонее, чуть пикантнее, чуть жирнее, а сладкие – чуть слаще. Такая «накидка» необходима, так как тесто поглощает часть соли и сахара, и нормально посоленная начинка в пироге может оказаться слишком пресной.

Внешний вид пирогов характеризуется размерами, формой, конфигурацией и цветом. Ориентиром для размеров пирога служит лист газеты. Чаще всего делают пироги размером в четверть листа или в восьмую его часть. Пироги размером меньше шестнадцатой части называются уже пирожками. Кулебяки делают размером в пол-листа в длину и в четверть листа в ширину, т. е. длинными, но узкими. Кулебяки больших размеров, не уместяющиеся на противне и в силу своих размеров и толщины требующие более длительной выпечки и высокой температуры, прежде обычно пекли на поду, т. е. на том месте в русской печи, куда кладут дрова. После сгорания дров угли выгребали и на раскаленный под клали пироги, которые поэтому назывались подовыми пирогами, или подовиками. У подовиков нижняя корка обычно была более плотной и толстой, чем у других пирогов.

Прямоугольник с отношением сторон 3:2 – преимущественная форма русских пирогов, но бывают также пироги и другой формы – Круглые, квадратные, треугольные, длинные вытянутые (или длинные), а также фигурные.

Различаются пироги и по типу наложения теста. Они могут быть закрытыми, или глухими, когда тесто окружает начинку со всех сторон полузакрытыми, или решетчатыми, когда тесто на верх пирога накладывают в виде решетки или лесенок, и, наконец, открытыми, когда тесто окружает начинку лишь снизу и с боков, а верх остается полностью открытым.

Пироги с начинкой из мяса, рыбы, птицы, а также со сложной и сыпучей начинкой (грибы, лук, рис, яйца) никогда не оставляют открытыми. Такие пироги всегда надо тщательно защипывать со всех сторон, чтобы начинка не высохла и пирог не потерял свою прелесть. Кроме того, открытый пирог со сложной начинкой трудно и резать и подавать – он крошится, ломается, внешний вид его быстро портится. Но простую начинку, к тому же содержащую достаточно собственной влаги, например творог, капусту, варенье, яблоки, можно либо вовсе не закрывать, если пирог невелик, либо перекрывать плетенкой из теста, чтобы начинка держалась крепче.

Есть еще одна категория полузакрытых пирогов, которые являются своего рода исключением из правила: они закрыты тестом и сверху, но защипаны не полностью, так что в середине пирога остается узкая щель, которая во время выпечки немного расширяется, и поэтому кажется, что пирог как бы расстегивается. В эту прорешку должна быть видна часть начинки (кусочек рыбки, морковки), что придает пирогу забавный вид. Такие пироги – их обычно делают очень маленькими – называют расстегайчиками.

Наконец, внешне пироги различаются и по цвету. Они могут быть темные, т. е. глянцевого коричнево-кожаного цвета, белые, т. е. светлые или сероватые (в зависимости от муки), почти нетронутые огнем и лишь слегка подрумяненные с исподу, румяные или хорошо зарумянившиеся, золотисто-коричневатого оттенка, но

без блеска, матовые, с небольшими светлыми прогалинами и, наконец, обсыпные – с толстым слоем белой муки на горбушке и на боках, сквозь которую проступает нежный золотистый румянец поджаренной корочки.

Все эти внешние отличия связаны с соответствующими изменениями в температуре печи, времени выдержки в ней и внесением дополнительных компонентов до посадки в печь – обмазкой сверху водой (блестящие), яичным желтком (темные), маслом с желтком и одним маслом (румяные), обсыпанием мукой (обсыпные) и исключением всякой смазки и закрыванием сверху бумагой или обсыпанием сахаром (белые, матовые).

Пироги заполняют начинкой и окончательно оформляют непосредственно на противне, который смазывают маслом и протирают промасленной бумагой, а если пирог сладкий из слоеного, масляного теста, то противень только смачивают слегка водой или посыпают тонким слоем муки, при этом он должен быть всегда холодным. Еще один важный момент: готовят пироги для выпечки не в том помещении, где нагревается печь или духовка к моменту посадки пирогов.

Пирогам из дрожжевого теста дают всегда после приготовления слегка подняться на листе (выстоять 15-20 мин), а затем смазывают желтком или маслом и тотчас же ставят в печь. Пироги из масляного, слоеного теста сразу после формирования выносят вместе с листом на холод примерно на 10-15 мин, после чего смазывают и ставят в духовку.

Что касается температурного режима печи, то он характеризуется обязательным постепенным падением температуры к концу печения, причем исходная, первоначальная температура должна быть высокой. Для этого духовку нужно предварительно согреть. При первых же признаках зарумянивания пирога жар уменьшают до умеренного, а к концу печения – до слабого. У крупных пирогов по краям можно проткнуть заостренной спичкой отверстия, чтобы пар выходил и верхняя корка не вздувалась и не отпотевала.

Время выпечки пирогов обычно зависит от их размеров и толщины начинки. Крупные пироги, особенно кулебяки и пироги с рыбой, выпекаются в течение 1 ч, небольшие – 20-30 мин, остальные – в промежутке между получасом и часом.

Чтобы проверить, испекся ли закрытый пирог, его надо проткнуть спичкой: если тесто к ней не прилипает – пирог готов. Признаком готовности рыбного пирога является выход фонтана пара через прокол.

Готовый пирог из духовки следует переложить на блюдо, подложив снизу бумагу, смазать сверху сливочным маслом и закрыть холщовым или полотняным (льняным) полотенцем. Есть пироги можно как горячими (точнее теплыми, через 15-20 мин после выемки из печи), так и холодными. Не рекомендуется оставлять их на вторые сутки, поскольку вкус резко ухудшается. В этом случае, правда, можно обновить пироги, прогрев на слабом огне в духовке в течение 5-6 мин.

### *ТЕСТО ДЛЯ ПИРОГОВ*

#### *БЕЗОПАРНОЕ ТЕСТО НА ВОДЕ (ДЛЯ РЫБНЫХ И ОВОЩНЫХ ПИРОГОВ)*

750 г муки, 1,5 стакана холодной (ледяной) воды, 150 г масла сливочного, 1 яйцо, 25 г дрожжей, 1 ч. ложка соли.

Все компоненты замесить вместе (сливочное масло предварительно растереть), закрыть полотенцем и дать подойти при комнатной температуре. Разделять тесто как только подойдет.

*БЕЗОПАРНОЕ ТЕСТО НА МОЛОКЕ (ДЛЯ ПИРОГОВ С КАШЕЙ, ЯЙЦАМИ, ТВОРОГОМ)*

750-800 г муки, 1,25 стакана молока (теплого), 0,25 стакана, воды (теплой), 100 г масла, 1 яйцо, 1 ч. ложка соли, 1 ч. ложка сахара, 25-30 г дрожжей.

Развести дрожжи, сахар, 1 ч. ложку муки в теплой воде, поставить на 15 мин. Затем развести молоком половину муки, смешать с дрожжами, дать подойти. Когда тесто поднимется, добавить муку, соль, растертое масло, яйцо и тщательно вымесить, пока не начнет отставать от рук.

Разделить тесто под пирог (раскатать, наложить фарш, защипать)

*БЕЗОПАРНОЕ ТЕСТО С ГОВЯЖЬИМ САЛОМ (ДЛЯ ПИРОГОВ С МЯСОМ)*

0,75-1 кг муки, 1 стакан топленого говяжьего почечного сала, 1 стакан горячей воды, 50 г дрожжей, 2 ч. ложки соли.

Натопить говяжьего жира: нарезать его мелкими кусочками в глубокую сковороду, поставить в духовку и сливать все время натапливающийся жир в отдельную посуду. Небольшое количество жира удобнее вытопить на слабом наплитном огне, слегка наклонив сковороду в одну сторону.

В 0,25 стакана воды распусть дрожжи, подсыпать 1 ч. ложку муки, дать постоять 10 мин. Остальную воду смешать с жиром, замесить на этой смеси крутое тесто, прибавив муку, разведенные дрожжи, все хорошо вымесить, дать подойти, посолить, вновь вымесить и дать вновь подойти, после чего разделять на небольшие пироги (1/16 листа).

*ОПАРНОЕ ТЕСТО ДЛЯ ПИРОГОВ-УТОПЛЕННИКОВ (С РАЗНОЙ НАЧИНКОЙ)*

750 г муки, 1 стакан молока, 2 яйца, 50 г сливочного масла, 0,25 стакана воды, 50 г дрожжей, 1,5 ч. ложки соли, 1 ч. ложка сахара.

Дрожжи, 2-3 ч. ложки муки развести водой, оставить на ночь. Утром влить в опару молоко, растопленное масло, муку (1 стакан муки оставить для обвалки), яйца, сахар, соль, замесить тесто, тщательно разминая его не менее получаса, и поместить в полотняный мешочек, вдвое больший, чем объем теста; погрузить его в ведро с холодной водой. Когда тесто всплывет, умять его и затем разделить под пироги. Выпекать не менее получаса.

*ДРОЖЖЕВОЕ СЛОЕНОЕ ТЕСТО (ДЛЯ НЕСЛАДКИХ И СЛАДКИХ ПИРОГОВ)*

600 г муки, 1,25-1,5 стакана молока (1,25 для сладкого пирога), 125 г сливочного масла, 25-30 г дрожжей, 1-2 желтка (2 желтка для сладкого пирога), 1,5 ч. ложки соли.

Примечание. В случае использования этого теста для сладких пирогов в него добавляются:

1 ст. ложка сахара, 1 ч. ложка лимонной цедры, бадьяна, корицы или кардамона (в зависимости от начинки: к ореховой, маковой – кардамон, к яблочной – корица, к вишневой – бадьян, к смородиновой, клубничной – цедра).

Муку, молоко, дрожжи, желтки, соль и 25 г масла замесить в тесто, тщательно вымесить и дать подняться при прохладной комнатной температуре. Подошедшее тесто перемесить, раскатать в пласт толщиной около 1 см, смазать тонким слоем масла, сложить вчетверо, после чего поставить на 10 мин на холод. Затем вновь раскатать и смазать маслом, складывая слои и повторяя эту операцию трижды, после чего дать подняться тесту в холодном месте. После этого, не уминая, разделявать тесто под пирог.

#### *ПОСТНОЕ ДРОЖЖЕВОЕ ТЕСТО (ДЛЯ ПИРОГОВ С КАПУСТОЙ, МОРКОВЬЮ, ЛУКОМ)*

600 г муки, 1-1,25 стакана воды или молока, 100 г подсолнечного масла, 25 г дрожжей, 2 ч. ложки соли, 1 ч. ложка сахара.

Дрожжи, сахар, 1-2 ч. ложки муки развести в четверти стакана воды, оставить на 15 мин. Разведенные дрожжи, воду (молоко) и масло смешать с мукой, замесить некрутое тесто, оставить подойти в тепле. Когда подойдет, разделить под пироги, подпыляя слегка мукой.

#### *РУБЛЕННОЕ ТЕСТО (БЕЗДРОЖЖЕВОЕ МАСЛЯНОЕ ТЕСТО ДЛЯ СЛАДКИХ ПИРОГОВ)*

500 г муки, 250 г сливочного масла, 0,5 ч. ложки соли, 1 яйцо, 1 стакан воды.

Холодное, нерастопленное масло, муку и соль замесить в тесто и изрубить его острым ножом в мелкую «крупку» вроде пшена.

Взбить яйцо вместе с водой в однородную жидкость, залить ею «крупку», вымесить тесто, раскатать и тотчас же разделить под пироги, которые перед выпечкой выдержать 20 мин на холоде.

#### *СМЕТАННОЕ ТЕСТО ДЛЯ ПИРОГОВ С ГРИБАМИ И КУРЯТИНОЙ*

400 г муки, 200 г сметаны, 100 г масла, 2 яйца, 0,5 ч. ложки соли.

Замесить тесто из всех компонентов, дать постоять 10 мин, накрыв полотенцем, затем раскатать в пласт толщиной 0,5-1 см и разделить под пироги.

#### *КУЛЕБЯЧНОЕ ТЕСТО*

600 г муки, 200 г масла, 3 желтка, 1 стакан молока, 25 г дрожжей, 1 ч. ложка соли.

Из половины муки, молока, дрожжей замесить тесто, дать подойти. Когда поднимется, замесить с остальной мукой, маслом, желтком, солью, дать подойти, после чего разделявать под пироги.

#### *ТЕСТО ДЛЯ БЛИНЧИКОВ-ПРОКЛАДОК МЕЖДУ СЛОЯМИ КУЛЕБЯКИ*

Для мясных кулебяк: 3 стакана молока, 2 стакана муки, 2 яйца, 25 г сливочного масла, 0,5 ч. ложки сахара, 0,5 ч. ложки соли.

Желтки растереть с солью, сахаром и маслом и развести постепенно вначале молоком, а затем также постепенно смешать с мукой в жидкое тесто, процедить сквозь дуршлаг и добавить к нему взбитый белок. Печь на тонкой алюминиевой сковороде, смазав ее свиным шпиком (несоленным). Теста наливать мало, чтобы оно разлилось по всей сковороде как можно более тонким слоем. Блинчики поджаривать 1-2 мин с обеих сторон.

Для рыбных и грибных кулебяк: 0,25 стакана молока, 0,25 стакана растительного масла, 1 ст. ложка воды, 1,5-2 стакана муки, 0,25 ч. ложки соли.

Замесить крутое тесто, раскатать его в тонкий пласт, растянуть до 1 мм, нарезать по размерам кулебяки (или пирога) и выпечь на листе в духовке на очень слабом огне 3-4 мин (фактически подсушить).

#### *НАЧИНКИ ДЛЯ ПИРОГОВ*

##### *МЯСНАЯ НАЧИНКА*

Говядину сварить до полугоговности, нарезать кусочками, как для гуляша (13), обжарить в говяжьем топленом сале с большим количеством лука, затем мелко нарубить, прибавить перец, мускатный орех, соль, при желании – рубленые крутые яйца.

В пироги с этой начинкой вливают еще 1-2 ст. ложки (в зависимости от величины пирога) крепкого мясного бульона или кладут плоский кусочек льда величиной с пятикопеечную монету (перед защипыванием верхней крышки пирога).

##### *ЛИВЕРНАЯ НАЧИНКА*

Одинаковые по весу части сердца, печени, легкого отварить, изрубить, пережарить в масле или говяжьем жире с луком, черным перцем, зеленью петрушки, добавить толченый чеснок и майоран, хорошо посолить.

##### *КУРИНАЯ НАЧИНКА*

Курицу отварить до полуготовности (30 мин), мясо снять, нарезать тонкими плоскими пластинками, но мелко не рубить; потроха отварить до полной готовности, мелко изрубить, слегка обжарить на топленом масле или курином жире с луком, перемешать с рублеными крутыми яйцами, посолить. Массу из яиц, лука и потрохов положить вниз, сверху покрыть ее пластинками из куриного фарша.

##### *НАЧИНКА ИЗ РЯБЧИКОВ, КУРОПАТОК, ТЕТЕРЕВОВ И ДРУГОЙ ДИЧИ*

Жареное мясо пернатой дичи снять с костей, освободить от жил, сухожилий и пленок, изрубить, обжарить на слабом огне в топленом или сливочном масле с луком-шалотом или другим неострым луком, поперчить черным перцем, сдобрить лимонной цедрой (сухой или свеженатертой). Добавить к подготовленной начинке из дичи рубленые крутые яйца и отваренные и мелко нарубленные грибы (только шампиньоны или белые). Эта добавочная начинка должна составлять по объему не более половины начинки из собственно дичи. Обе начинки либо перемешать, либо положить дичь сверху. В пироги с начинкой из дичи обязательно кладут внутрь поверх начинки кусочек сливочного масла – перед самым защипыванием пирога.

##### *НАЧИНКА ИЗ ВЯЗИГИ (см 14)*

Целую вязигу залить холодной водой на 8-10 ч. Затем, сменив воду, сварить с луком, петрушкой, укропом, лавровым листом на умеренном огне до мягкости в закрытой посуде, периодически подливая кипяток, если вода будет выкипать. Варить не менее 3 ч. Когда вязига станет мягкой, промыть ее холодной кипяченой водой, обсушить, мелко изрубить. В пирог вязигу класть вместе с рисом или саго – либо перемешав с ними, либо слоем поверх них. К рису подмешать немного рубленых крутых яиц, лука, петрушки, укропа, хорошо посолить.

##### *РЫБНАЯ НАЧИНКА*

Рыбная начинка бывает нескольких видов: из красной соленой или свежей рыбы, из свежей частиковой рыбы, из тельною или из сущика.

1. Красную соленую рыбу нарезать тонкими пластами и класть либо поверх начинки из гречневой или рисовой каши, либо между двумя слоями начинки.

Такими тонкими пластами кладут и свежую красную рыбу, но снизу или сверху ее кладут сложный фарш из лука, рубленых яиц, грибов и очень небольшой част риса, сдобренных черным молотым перцем.

2. Филе из мелкой или плоской рыбы (например, камбалы) снять целиком одним пластом и положить, не разрезая на части, в пирог, посолив и посыпав черным молотым перцем и положив сверху жареный или сырой рубленый лук.

3. Тельное парное нарезать на мелкие кусочки, смешать с мелкорубленным луком, перцем, сырым яйцом, солью и размять в миске деревянной толкушкой. Класть в пирог слоем не более 0,5 см.

4. Тельное жареное размять толкушкой, присыпать мукой, обжарить слегка в подсолнечном масле, изрубить и смешать с луком, перцем и солью. Класть в пирог слоем 0,5-1 см.

5. Сушеную рыбу – сущик отварить и выбрать кости, мелко изрубить, смешать с мелкорубленным луком, гречневой или рисовой кашей (треть объема) и поджарить на подсолнечном масле.

#### *ГРИБНАЯ НАЧИНКА*

Грибная начинка может быть нескольких видов: из соленых грибов одного вида – груздей, шампиньонов, рыжиков, опят, белых; из свежих отварных грибов смешанных (белые, подосиновики, подберезовики) и из сушеных белых.

Соленые грибы изрубить мелко, добавить в них свежий рубленый лук и масло.

Сушеные грибы отварить, мелко нарезать или изрубить, смешать с мелкорубленным луком и гречневой кашей (треть объема), обжарить на масле.

Свежие грибы, нарезанные крупно, потушить без воды на масле с зеленью петрушки в течение 2 ч, посолить, добавить лук, перец, крутые яйца и сметану – так, чтобы фарш был слегка жидковат.

#### *КРУПЯНАЯ НАЧИНКА*

Каши для начинки должны быть рассыпчатыми, с большим содержанием масла. Рис и пшено варят на молоке. К гречневой каше добавляют жареный лук, крутые яйца, иногда грибы, к рисовой – лук, крутые или сырые яйца, сахар, изюм к пшенной – творог; манной крупой в небольших количествах посыпают лук во время жарения, чтобы она впитала в себя излишнее масло.

#### *КАПУСТНАЯ НАЧИНКА*

Можно приготовить начинку как из свежей, так и из тушеной капусты.

Свежую капусту изрубить, посолить, дать постоять около 1 ч, слегка отжать сок, добавить сливочное масло и мелкорубленные крутые яйца и тотчас же употреблять на начинку.

Свежую капусту изрубить, положить в кастрюлю под крышку, тушить на слабом огне, пока не станет мягкой, затем добавить подсолнечное масло, усилить огонь, обжарить капусту слегка так, чтобы она осталась светлой, добавить лук, зелень петрушки и черный молотый перец, перемешать с крутыми рублеными яйцами.

### *МАКОВАЯ НАЧИНКА*

Мак просеять, промыть в холодной воде, заварить крутым кипятком, дать постоять 5–7 мин, заварить вторично, оставить еще на 3 мин, затем воду слить, мак отжать и растолочь в ступке, добавить сахар, мед или патоку и вскипятить.

### *НАЧИНКА ИЗ ВАРЕНЬЯ*

В начинки идет вишневое, смородиновое, яблочное, сливовое, клубничное, земляничное, черничное, брусничное и клюквенное варенье. Варенье для начинок должно быть хорошо сваренным, густым, с густым сиропом. Пироги с вареньем делают, как правило, решетчатые, в варенье иногда добавляют пряности: в косточковое – бадьян, в яблочное – корицу.

### *НАЧИНКА ИЗ СУХОФРУКТОВ*

В качестве сухофруктов для начинки русских сладких пирогов используют изюм, чернослив и винные ягоды (инжир). Их моют в холодной и теплой воде, заливают небольшим количеством кипятка на 5-7 мин, чтобы распарить, нарезают или секут намелко (из чернослива удаляют косточки), добавляют сахар, мед или патоку, немного молотой гвоздики и корицы, слегка проваривают в течение 2-3 мин с 1 ст. ложкой виноградного вина, дают остыть и употребляют в начинку в чистом виде или в смеси с небольшим количеством (четверть объема) рассыпчатого отварного риса.

### *НАЧИНКА ИЗ ЩАВЕЛЯ*

Свежий щавель промыть в холодной воде, мелко изрубить, пересыпать сахаром, растереть и использовать в начинку в небольшие пирожки с толстым слоем теста.

### *НАЧИНКА ИЗ СУШЕНОЙ ЧЕРЕМУХИ*

Спелую черемуху высушить на солнце, смолоть из нее муку в кофемолке, затем сварить ее в небольшом количестве кипятка, чтобы получилась густая тестообразная масса, добавить в нее сахар или мед, можно то и другое.

### *НАЧИНКА ИЗ СЫРЫХ ЯБЛОК*

В начинку из сырых яблок используются спелые яблоки, преимущественно кисло-сладких и кислых сортов (анисовка, грушовка, коричное, антоновка). Их следует очистить от кожицы и семечек, нарезать плоскими дольками, пересыпать сахарной пудрой и корицей, можно добавить и немного меда и дать постоять 15 – 20 мин, а затем использовать как начинку в закрытые или полужакрытые пироги со слоеным тестом.

### *СЛАДКИЕ БЛЮДА И КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ*

*ТВОРОЖНЫЕ ПАСТЫ* Среди сладких блюд русской кухни совершенно особое место занимают творожные пасты, носящие старинное название – пасхи. Наибольшее количество вариантов пасхи было разработано в конце XVIII-XIX вв., причем появлялась она прежде всего за богатым столом. Трудящиеся могли позволить себе такое дорогое по тому времени блюдо чрезвычайно редко, практически один раз в год, приурочивая его к большому церковному празднику, да еще к тому времени, когда появлялось молоко. На самом деле творожные пасты никакого отношения к религиозной обрядности не имеют, и в настоящее время, когда молочные продукты общедоступны и изготавливаются повсеместно круглый год, они относятся к повседневной кухне, тем более что такие входящие в них

продукты, как сахар и сливочное масло, давно перестали быть и редкими, и недоступными по цене.

Различают два типа творожных паст – сырые и заварные, или гретые, есть еще один промежуточный тип – так называемые кондитерские пасты. Все они похожи по составу основных продуктов, но каждый тип отличается своей технологией.

Основными продуктами в пастах являются творог, сливочное масло, сметана, сливки, сахар, яйца; дополнительными – орехи, цукаты, изюм и различные пряности (чаще всего ваниль и лимонная цедра). Творог и сахар присутствуют во всех пастах. Сливки, сметана и масло не всегда встречаются одновременно, а яйца используются еще реже то целиком, то один желток, то отдельно белки.

Технология сырых паст внешне проста, она состоит в механическом смешивании всех продуктов, упомянутых в рецепте. Однако установлена строгая последовательность, в которой смешиваются продукты и, кроме того, смешивание или перетираание ведется очень тщательно и длительное время, в отдельных случаях в течение часа.

Для получения заварной пасты продукты смешивают, а затем варят на очень медленном огне в течение 1 ч, причем часть продуктов иногда добавляют потом в сыром виде.

Пасты называют кондитерскими, если варят только творог, а все остальные продукты смешивают сырыми. К кондитерским относятся и сырые пасты, запеченные затем в духовке, как мучные изделия. После изготовления кондитерские пасты не подвергают прессованию, как сырые и заварные.

Вообще же надо сказать, что во время прессования сырой пасты часть питательных веществ теряется, поэтому с точки зрения рационального использования продуктов лучше обходиться без прессования.

Наоборот, заварные пасты должны обязательно подвергаться прессованию (из-за выделения сыворотки).

#### *ПРАВИЛА ПРИГОТОВЛЕНИЯ СЫРЫХ ПАСТ*

1. При выборе творога следует отдавать предпочтение не имеющему зернистости домашнему творогу, приготовляемому холодным способом, а из покупных – обезжиренному творогу, обладающему очень слабой зернистостью.

2. Все продукты растирать не вместе, а по частям – либо совершенно отдельно друг от друга, либо в определенной последовательности.

3. Сначала растереть творог. К нему добавить частично сахарную пудру, затем ввести масло и сметану. Основную часть сахара растереть с яйцами, чаще всего отдельно с желтками, добела.

4. Сахарно-яичную смесь добавить к творожно-масляной и растереть вместе, несмотря на то, что каждая из них уже была растерта по отдельности.

5. Третьей закладкой являются пряности в порошке, смешанные с небольшим количеством сахарной пудры.

6. Последними в пасту добавлять круто взбитые сливки или взбитые в плотную пену белки, а иногда и то и другое.

7. Заключительная стадия – введение в пасту изюма, цукатов, орехов. При этом пасту не растирают, а только слегка перемешивают, чтобы изюм и другие компоненты распределялись по всей массе равномерно.

#### *ПРАВИЛА ПРИГОТОВЛЕНИЯ ЗАВАРНЫХ ПАСТ*

1. Смешивать все компоненты следует по схеме, указанной для сырых паст. В каждом конкретном рецепте указано, какие продукты подлежат смешиванию (иногда часть продуктов – сахар, масло, пряности и даже известную долю творога вводят дополнительно в почти готовую пасту на поздней стадии).

2. Полученную смесь поставить в кастрюле на слабый огонь и, непрерывно помешивая, варить в течение 1 ч.

3. Затем к массе добавить указанные в рецепте продукты, вновь размешать, остудить (иногда ставят на лед) и завернуть в чистую полотняную салфетку, лучше всего неоднократно стиранную (т. е. менее плотную), и положить под пресс между двумя деревянными дощечками или в специальную деревянную форму-ящик и выдержать так от 12 ч до 2 суток.

#### *ЗАВАРНЫЕ ПАСТЫ*

##### *СУТОЧНАЯ ПАСТА*

1 кг творога, 200 г масла, 300 г сметаны, 2 яйца, 1-1,25 стакана сахара, 0,25 ч. ложки ванилина.

Творог, масло, сметану и яйца растереть в указанной последовательности, не переставая помешивать, сварить.

В подготовленную массу ввести остальные компоненты, остудить и поместить под пресс на 1 сутки.

##### *ЦУКАТНАЯ ПАСТА*

800 г творога, 125 г масла, 1 стакан сметаны, 5 желтков, 0,75-1 стакан сахара, 0,5 стакана цукатов, 0,25 ч. ложки ванилина.

Творог, масло, сметану, желтки растереть и подогреть, помешивая.

Снять с огня как только закипит, поставить на лед, продолжая размешивать, пока не остынет.

Добавить остальные продукты, поместить под пресс на 2 суток.

##### *ВАНИЛЬНАЯ ПАСТА*

800 г творога, 100 г сметаны, 100 г масла, 1 яйцо, 200 г сахара, 0,25 г ванили.

Творог, сметану, масло, яйца, сахар соединить, подогреть, помешивая до тех пор, пока не покажутся пузырьки. Добавить ваниль, поместить под пресс на 15 ч.

##### *ЛИМОННАЯ ПАСТА*

1.4 кг творога, 100 г масла, 3 яйца, 200 г сахара, 1.5 стакана сливок, цедра с 2-3 лимонов.

Творог (домашний) отжать в течение 6 ч под прессом, затем растереть с остальными компонентами, поставить на 1 ч на очень слабый огонь, не переставая помешивать и не давая закипеть.

Остудить на льду, положить под пресс на 16-20 ч.

##### *ИЗЮМНО-ОРЕХОВАЯ ПАСТА*

600 г творога, 200 г масла, 400 г сметаны, 4 яйца, 2 стакана сахара, 0,5 стакана миндаля, 1 стакан изюма, 6 ч. ложек цедры, 0,25 ч. ложки ванилина.

Последовательно растереть все продукты от творога до сахара, прибавить ошпаренный кипятком и очищенный миндаль и изюм (то и другое измельчить), поставить на очень слабый огонь, прикрытый рассекателем пламени, на 1 ч, мешать, не давая закипеть. Затем переставить на лед (в холодильник), прибавив перед этим пряности, остудить и поместить под пресс на 20 ч.

#### *КОНДИТЕРСКИЕ ПАСТЫ*

##### *ЯИЧНАЯ ПАСТА*

10 желтков, 400 г сахара, 2 стакана сливок, 400 г масла, 1,6 кг творога, 2 ч. ложки цедры, 2 бутона гвоздики, куркума на кончике ножа, 0,25 ч. ложки ванилина.

Желтки, сахар, сливки смешать, проварить до густоты мороженого, положить в горячую массу ложечками, растирая, масло и растереть с остуженной массой творог и пряности. Положить под пресс на 12 ч.

##### *ЦУКАТНО-ИЗЮМНАЯ ПАСТА*

1,4 кг творога, 400 г масла, 5 яиц, 400 г сметаны, 400 г сахара, 0,5 стакана цукатов, 1 стакан изюма, 0,25 ч. ложки ванилина, 2 ч. ложки цедры, 0,5 ч. ложки мускатного ореха, 0,25 ч. ложки ванилина.

Творог залить водой так, чтобы он плавал в ней (4-5 л), и прокипятить, отжать, растереть. Добавить все остальные продукты и последовательно растереть. Поместить на 12 ч в холодное место под пресс.

##### *КОНДИТЕРСКАЯ ПЕЧЕНАЯ ПАСТА*

800 г творога, 6 яичных желтков, 1 -1,5 стакана сметаны, 1 стакан сахара, 2 ч. ложки корицы, 4 ч. ложки цедры, 1 стакан изюма, 0,5-0,75 стакана муки, 0,25 ч. ложки соды или пекарского порошка.

Замесить все в густое тесто, выпечь в форме, смазанной маслом, предварительно обмазав смесь сверху взбитым яйцом.

#### *ПРЯНИКИ И КУЛИЧИ*

Если не считать варенье, смокву, пастилу и трубец, относимые по русской кулинарной терминологии к сладостям, или сладостям, то основными русскими национальными кондитерскими изделиями являются пряники и куличи.

Разработано множество разновидностей их, достаточно сказать, что ассортимент русских куличей насчитывает почти два десятка видов, а пряников – вдвое больше.

Как для пряников, так и для куличей характерно уплотненное тесто с большим количеством вкусовых и ароматических добавок (орехов, меда, изюма, цукатов, варенья) и разнообразных пряностей, смесь которых, включающая до десятка наименований, называется в кондитерском деле «сухими духами». Все это делает русские кондитерские изделия очень вкусными, душистыми, сытными, высококалорийными. В то же время по консистенции теста и ароматической гамме пряники резко отличаются от куличей и это создает между ними вкусовую контрастность.

Впрочем, есть и другие различия между этими изделиями. Пряники появились в глубокой древности как разновидность хлеба и всегда были и остались дешевыми, легко приготавливаемыми изделиями. Куличи были завезены «из-за моря», из Византии, и всегда считались торжественными, дорогими и трудоемкими кондитерскими изделиями.

## *ПРЯНИКИ*

Первые пряники появились на Руси еще в IX в. как простая смесь ржаной муки с медом и ягодным соком. Это были самые простые и, быть может, самые вкусные пряники, поскольку мед составлял в них почти 50%. Правда, тогда они именовались медовым хлебом. Пряниками они стали называться позднее, в XI– XII вв., когда в них стали все более и более добавлять пряности и когда именно наличие пряностей (и их запаха), а не меда, оказалось постепенно наиболее характерным признаком пряничного теста.

Пряник и означает изделие с большим количеством пряностей. В русские пряники входят обычно такие пряности, как корица, гвоздика, кардамон, померанцевая или лимонная цедра, ямайский перец, мускатный орех, бадьян, мята, анис, имбирь; раньше в пряниках применялись также галгант, мацис, кориандр, изредка ваниль.

Другие обязательные и характерные компоненты пряников: кондитерская патока – черная или белая, карамелизованный сахар (жженка) и мед, который входит в рецептуру не только медовых пряников, но и большинства других. В некоторые виды пряников используют варенье, сушеные ягоды, повидло, мармелад, которые либо служат прокладками, склейками между двумя пряничными поверхностями, либо замешиваются прямо в тесто.

Без упомянутых выше пряниковых компонентов само по себе пряничное тесто не представляет собой ничего особенного: в его состав входит лишь мука и только в некоторые виды пряников добавляется крайне небольшое количество яиц и молока (1-2 желтка или 1 стакан молока на 0,5-1 кг муки). Причем образуют пряничное тесто, связывают муку прежде всего не яйца и молоко, даже если они имеются, не вода и не жидкость вообще, которая в классическом пряничном тесте почти отсутствует (иногда 0,5 стакана молока на 0,5 кг муки), а мед, патока и сахар. Такой состав пряничного теста объясняет его особую плотность: это тесто без припека и без «подхода», поскольку в нем не применяются разрыхлители – ни дрожжи, ни сода.

Приготовление пряничного теста крайне несложно, оно состоит в простом перемешивании всех входящих в рецепт компонентов, чаще всего одновременном, иногда (в заварных пряниках) двукратном – в два приема. Однако вымешивать пряничное тесто в однородную массу нужно крайне тщательно. Тесто должно быть хорошо промято, особенно в крупных кусках (несколько килограммов), а затем ему нужно дать немного «отдохнуть», но не более 15 мин.

В прошлом городецкие «битые пряники» готовили из целого пудового куска теста. Такое тесто нельзя было промять руками и его поэтому били, отбивали специальными деревянными битами или колотушками, отчего эти пряники и получили свое название.

Сейчас в пряничное тесто в качестве разрыхлителя стали иногда добавлять соду, аммоний или пекарский порошок. В старинной русской кухне разрыхлителями в пряничном тесте обычно служили мед и сметана, которую вводили в небольших количествах – примерно 100-200 г на 1 кг муки. В сочетании с медом сметана дает небольшое брожение, сопровождающееся незначительным газообразованием,

умеренно, почти незаметно разрыхляющим тесто. Именно такое слабое разрыхление и создает особую консистенцию пряничного теста.

Применение сахара вместо меда, введение в состав пряничного теста большей дозы сдобы (т. е. яиц и молока, а иногда и масла) при современном производстве пряников привело к существенному изменению пряничного теста, например в таких новых пряниках, как «Российские», «Москва», «Сказка», «Подарок из Тулы», в которых оно превращено в некое подобие песочного.

Как уже говорилось, пряники отличаются большим разнообразием видов, которое достигается варьированием вкусо-ароматических компонентов. Совершенно особые отличия свойственны русским пряникам в разных краях России. Широко известны тульские, московские, вяземские, городецкие, воронежские пряники.

Для любого вида пряников обязательно характерен основной какой-либо компонент. Таковы медовые, ржаные, пшеничные, миндальные, лимонные, мятные, малиновые, паточные, сахарные и другие. В названиях некоторых отражен дополнительный технологический прием (сырцовые, заварные, битые) или внешний вид (писаные, печатные, фигурные, жемки, т. е. отжатые, отштампованные трафаретом).

Русские пряники (за исключением мятных и вяземских) покрывают глазурью, иногда разноцветной, розовой, но чаще всего белой. Многие пряники имеют к тому же рельефный рисунок (тульские, вяземские, городецкие).

Глазирование пряников. Глазировать пряники можно двумя способами: упрощенной и настоящей глазурью.

Упрощенную глазурь получают из 500 г сахара и 0,75 стакана воды. Сахарный сироп уваривают «до средней нитки», тщательно сняв пену и другие примеси.

Пряники размещают в широком эмалированном тазу одним слоем и равномерно обливают их сахарным сиропом, а затем перемешивают деревянной ложкой, чтобы глазурь покрыла их равномерно. Пряники кладут на лист и просушивают в духовке не более 1 мин.

Настоящую глазурь получают из 400 г сахара, 5 яичных белков, 0,25 стакана воды. Иногда в глазурь добавляют красители и пряности (цедру).

Сахар распускают в воде и варят до состояния помады (кипящий сахар, взятый ложкой и остуженный в воде, должен быть густым как сметана). Одновременно взбивают белки в плотную пену. Медленно, частями вливают горячий сахар в белки, которые при этом продолжают непрерывно взбивать (эту операцию должны делать два человека). Белково-сахарной массой при помощи кисточек или перышек намазывают пряники, а затем просушивают их в жарко натопленной духовке с выключенным огнем до появления сухой корочки.

Пряники с настоящей глазурью выглядят красивее и более приятны на вкус.

#### *МЕДОВЫЕ ПРЯНИКИ (ДОМАШНИЕ)*

400 г пшеничной муки, 100 г ржаной муки, 2 желтка, 0,75-1 стакан молока или простокваши, 125 г сметаны, 500 г меда, 1 ст. ложка сахара-жженки, 1 ч. ложка корицы, 2 капсулки кардамона, 4 бутона гвоздики, 0,5 ч. ложки бадьяна, 1 ч. ложка лимонной цедры, 0,5 ч. ложки соды.

1. Мед сварить в сотейнике на медленном огне докрасна, сняв пену, затем заварить частью его ржаную муку и размешать ее с остальным медом, остудить до чуть теплого состояния и взбить добела.

2. Жженку стереть с желтками, добавить молоко и замесить на яично-молочной смеси пшеничную муку, предварительно перемешав ее и смешав со стертыми в порошок пряностями.

3. Соединить медово-ржаную смесь со сметаной и добавить ее к тесту, тщательно взбив его. Готовое тесто поместить в смазанную маслом форму (или противень) слоем 1 -2 см и выпечь на небольшом огне. Готовую пряничную пластину нарезать квадратиками.

Эти пряники не глазируют.

Приготовление сахара-жженки. Сделать густой сахарный сироп и нагревать его на умеренном огне в небольшой толстостенной металлической посуде, все время помешивая, до пожелтения, после чего слегка уменьшить огонь и продолжать помешивать до приобретения бежевого или светло-коричневого оттенка. При этом сахар не должен подгорать, запах должен быть специфически карамельным, а не подгоревшим. Это достигается тщательным, непрерывным помешиванием и регулированием огня. Полученный светло-коричневый леденец и используется для подкраски и придания «карамельного» аромата кондитерским изделиям.

#### *МАЛИНОВЫЕ ПРЯНИКИ*

4 стакана сухой малины, 3 стакана меда, 1-1,5 стакана ржаных сухарей в виде пудры, 2-3 ст. ложки сахарной пудры, 1 ч. ложка ванильного сахара.

3 стакана сухой малины залить 4 стаканами кипятка и разварить на медленном огне до закипания и полной мягкости, после чего отжать 3 стакана густого сока. Сок смешать с медом, прокипятить.

Стереть в пудру хорошо просушенные сухари и смешать ее с порошком сухой малины, приготовленным из оставшегося 1 стакана сухой малины, а затем соединить эту смесь с медово-малиновой смесью в густое тесто, которое поместить в эмалированную посуду (низкую кастрюлю, тазик) и поставить в кипящую воду, чтобы прогреть до разваривания сухой малины и полного разбухания сухарной массы. Проваренное таким образом тесто разделить на лепешки и просушить их на листе либо в предварительно нагретой, но выключенной духовке, либо наверху плиты, в которой зажжена духовка. Подсушенные пряники обвалять в сахарной пудре, смешанной с ванильным сахаром или ванилином.

#### *ЧЕРНЫЕ ПРЯНИКИ*

3-4 стакана ржаных толченых сухарей (сахарной пудры) или ржаных сухарей наполовину со сдобными – крошка от печенья, 2-3 стакана сиропа варенья (смородинового, клюквенного, брусничного) или смеси смородинового и малинового сиропа, 2-4 ст. ложки меда, 1 ч. ложка корицы, 0,5 ч. ложки бадьяна, 0,5 ч. ложки имбиря, 3 бутона гвоздики, 1 щепотка мускатного ореха, 1 -0,5 ч. ложки аммония или пекарского порошка, 2 желтка, 1 ст. ложка муки.

Сироп от варенья и мед перемешать и прогреть, не доводя до кипения, добавить молотые пряности и замесить на этой смеси с ржаными сухарями крутое тесто. Хорошо промесить его, намазать слоем 1 см на кондитерский лист и

просушить на плите, как и малиновые пряники. Затем нарезать в теплом состоянии выемкой и глазировать.

### *КОВРИЖКА «МОСКОВСКАЯ МОСТОВАЯ»*

К тесту для черных пряников (см. выше) добавить изюм, промытый в горячей воде и нарезанный пополам. Тесто раскатать в жгут, нарезать кусочками, раскатать из них шарики величиной с грецкий орех и плотно уложить на листе, обрамляя жгутиком из теста каждые 10-20 шт. (блок). После выпечки эти блоки покрыть глазурью.

### *КУЛИЧИ*

Кулич напоминает в известной степени английский кекс, но готовое тесто в куличах более упругое, не столь рассыпчатое, как у кексов, плотноватое, волокнистое. Оно никогда не бывает излишне сухим и потому гораздо более приятно по консистенции, чем все другие виды сдобных изделий.

Прежде куличи пекли два-три, а то и один раз в году, по самым большим праздникам, связанным с переменой времени года: либо в Новый год, либо ранней весной (начало сельскохозяйственного года), либо осенью, по случаю урожая (завершение сельскохозяйственного года). Это объяснялось не только сравнительно высокой стоимостью куличей (стоимость 1 кг кулича при домашнем приготовлении высока – в среднем она равна 4 руб.), для приготовления которых требуется много ценных пищевых продуктов, но и трудоемкостью и длительностью процесса изготовления их – только на созревание и выпечку теста уходит более 6 ч.

Основные компоненты куличного и любого сдобного теста одинаковы. Это прежде всего пшеничная мука высших сортов: крупчатка, высшего сорта, особая и т. п. Главное требование к качеству муки: она должна быть как можно более сухой. Поэтому ее следует тщательно хранить и перед приготовлением теста дважды просеивать сквозь самое мелкое сито.

Остальные компоненты – сливочное масло, яйца, молоко или сливки, сахар и особенно дрожжи – должны быть свежими, очень высокого качества. Нельзя готовить куличи на сухих или лежалых дрожжах. Сахар лучше всего использовать колотый или рафинированный, содержащий наименьшее количество примесей.

В настоящем классическом куличе обязательно должны содержаться какие-либо вкусовые добавки (изюм, цукаты, засахаренная сухая цедра лимона или апельсина) и его обязательно подкрашивают шафраном. Указанные компоненты нельзя считать поэтому дополнительными, без которых будто бы можно обойтись. Они могут меняться (изюм можно заменить цукатами или миндалем), но в той или иной мере всегда должны присутствовать в куличе. Сверх указанных вкусовых и ароматических добавок в куличное тесто используют и пряности: шафран, ваниль, цедру, кардамон, гвоздику, но в гораздо более умеренных количествах, чем в пряниках и, главное, в иных сочетаниях, когда подчеркивается обычно доминирующий аромат одной пряности, а не букет нескольких пряностей, как в пряниках. Пряности в куличах не должны «забивать» особый куличный аромат теста и его характерный вкус, они рассчитаны лишь на то, чтобы придать ему небольшой ароматический оттенок. Чаще всего этот оттенок кардамонный, цитрусовый или ванильный, иногда же – только шафранный.

Куличи разнятся между собой не только по вкусу и ароматическому оттенку теста, но и по его насыщенности. Так, соотношение муки и остальных компонентов в куличах подвержено значительным колебаниям (например, от 10 до 100 яиц на 2 кг муки). Однако даже такие колебания не меняют особенности куличного теста, поскольку она зависит не столько от его состава, сколько от технологии изготовления, от его обработки.

Как ни меняются в рецептах куличей количество и соотношение масла, яиц, молока, порядок замеса теста и внесения в него различных компонентов, основные стадии приготовления остаются при всех разновидностях куличей одинаковыми. Эти стадии следует знать, иначе рецепты куличей могут показаться слишком сложными, запутанными и даже бессистемными. Вот эти стадии в их обычном порядке:

1. Приготовление опары.
2. Приготовление дрожжевой смеси – жидкого теста.
3. Приготовление заливки – смеси яиц и молока.
4. Составление предварительного, первого теста.
5. Составление основного, второго теста.
6. Составление завершающего, третьего теста.
7. Выпечка.

Каждая из этих стадий отличается от предыдущей тем, что в тесто вносится какой-либо дополнительный компонент или сумма компонентов. Тесто для куличей составляется постепенно, нарастая буквально как снежный ком. Между стадиями имеются интервалы, в которых тесто должно подходить. Таким образом, тесто в куличах подходит многократно. В этом его основная технологическая особенность. Ею прежде всего и объясняется длительность приготовления куличей.

Особенностью приготовления куличного теста является и то, что его нужно тщательно вымешивать, в противном случае получается простое сдобное тесто рыхловатого, «саечного» типа, а не уплотненно-волокнистое – куличное.

Готовое куличное тесто чрезвычайно капризно. Чтобы куличи удались, необходимо соблюдать строго определенный температурный режим. Тесто и все его компоненты нужно готовить в очень теплом месте, при этом остерегаться сквозняков и любой разности температур. Лучше всего куличное тесто поднимается при температуре помещения 25 °С. В то же время нельзя ставить куличное тесто в такое место, где тепло исходило бы снизу. В этом случае тесто не будет расти вверх, а станет расплываться и при подходе и при выпечке.

Духовка перед посадкой в нее кулича должна быть предварительно хорошо нагрета, ибо только в этом случае она будет сохранять равномерную температуру во время выпечки, что очень важно.

Порядок и продолжительность выпечки также имеют свои правила.

Во-первых, куличи выпекают в формах из тонкой жести с подвижным (съёмным) дном.

Форму эту обязательно нужно выкладывать бумагой, промасленной сливочным маслом, а не просто смазывать маслом.

Во-вторых, куличное тесто всегда закладывают в форму до половины ее объема или максимум до 2/3, ибо оно вырастает и в самой форме до выпечки и в процессе ее почти вдвое.

В-третьих, продолжительность выпечки куличей зависит в основном от их величины (веса). Так, при одинаковом огне и прочих равных условиях (размер духовки, степень ее нагрева, температура помещения) кулич весом 1 кг выпекается за 45 мин, весом 1,5 кг – за 1 ч, 2 кг – за 1,5 ч. Кулич весом меньше 1 кг (но не менее 500-600 г) выпекается за 25-30 мин. Не рекомендуется делать куличи меньшего веса, поскольку они легко пересушиваются в духовке, теряют значительную часть аромата, вкус их от этого ухудшается.

Готовые куличи хорошо сохраняются. Правильно приготовленное куличное тесто не черствеет в течение недели, а иногда и более.

### *КУЛИЧ ДОМАШНИЙ*

1 кг муки, 50 г дрожжей, 1-1,5 стакана молока, 10 желтков, 3 белка, 250 г сахара, 200 г масла сливочного, 100 г изюма, 25 г коньяка, 25 г цукатов, 3 ч. ложки лимонной цедры или 1 ч. ложка кардамона (молотого) и 0,5 ч. ложки мациса или тертого мускатного ореха, 1 ч. ложка шафрановой настойки, 3-4 ч. ложки ванильной сахара, 1 г соли.

1. Приготовить опару: в 0,5 стакана кипящего молока заварить 100 г муки, быстро размешав деревянной ложкой до получения эластичной массы.

2. Одновременно дрожжи развести в 0,5 стакана тепловатого молока и смешать со 100 г муки, оставив на 10 мин.

3. Приготовить дрожжевую смесь: соединить смеси, указанные в пунктах 1 и 2, накрыть и поставить для подъема на 1 ч и более.

4. Приготовить заливку: желтки, сахар, соль стереть в однородную массу, взбить добела.

5. Половину заливки влить в дрожжевую смесь, добавить 250 г муки, вымесить и дать подойти в течение 1 ч, затем долить другую половину заливки, добавить 500 г муки и месить тесто до тех пор, пока оно не будет отставать от рук.

6. В готовое тесто влить постепенно небольшими порциями теплое жидкое сливочное масло, вымесить, добавить пряности, коньяк, дать тесту подойти вторично.

7. После вторичного подъема теста осадить его до первоначального положения, добавить в него 2/3 изюма и цукатов, предварительно обваляв их в муке, и дать тесту в третий раз подойти.

8. Разделить на две части (на два кулича), залить тесто в формы до половины, засыпать сверху оставшимся изюмом и цукатами и дать подняться на 2/3 формы, затем обмазать яичным желтком и поставить в печь на небольшой огонь на 45 мин.

### *НАПИТКИ*

Почти все русские национальные напитки оригинальны и не повторяются ни в одной другой национальной кухне. Это сбитень, квасы, меды, морсы, водицы, уваренный капустный сок, сыворотка с изюмом. Многие из них вышли ныне из употребления. Издавна использовали эти напитки как застольные, т. е. для запивания блюд из мяса и дичи, сладких каш, а также как десерт. Совершенно

самостоятельным напитком является сбитень, заменявший чай до его появления в России.

Древнейшими напитками являются меды, или медки, которые не следует путать с так называемыми ставленными медами: мелки приготавливаются на воде с добавлением небольшого количества меда и хмеля, ставленные меды – это крепкие алкогольные напитки, в состав которых входит ягодный сок, большое количество меда и водка.

Водицы и морсы готовят на основе ягодного сока, смешанного в различных пропорциях с водой, доводя эти смеси до легкого забраживания. Сыворotka настаивается на изюме и также дает легкое сбраживание. Капустный сок (можно свежий, но чаще кислый, от квашеной капусты) уваривают с небольшим количеством сахара. Это нестойкие напитки, используемые в небольших количествах в домашних условиях.

А вот квасы и сбитни всегда были массовыми напитками. Наибольшее распространение получили квасы, насчитывающие несколько десятков разновидностей.

Сущность приготовления квасов состоит в том, что из воды, муки и солода вначале готовят жидкое тесто – затор, который подвергается ферментации, а затем этот ферментированный затор вновь разводят водой, к нему добавляют дрожжи, сахар и другие вкусовые и ароматические добавки, и он подвергается брожению. Чаще всего как вкусовую добавку вносят соки различных фруктов и ягод. Таковы брусничный, вишневый, малиновый, лимонный, смородиновый, изюмный, яблочный, грушевый квасы. Ароматические добавки также можно варьировать (имбирный, мятный, душистый квасы).

По сравнению с квасами сбитни совсем просты в приготовлении. Их получают путем уваривания меда, заваривания или даже варки сбитневых приправ (пряностей, соков) и последующего соединения и кипячения этих двух частей. Сбитни пьют только горячими – это зимний напиток. Само слово «сбитень» происходит от глагола «сбивать», но только в смысле «соединять, собирать воедино, разнородные части», а не в смысле «взбивать».

#### *МЕДОК*

6 л воды, 250-270 г меда, 5 г хмеля, 1 капсулка кардамона, 1 ч. ложка сахара-жженки (см. с. 56), 10 г дрожжей.

Мед прокипятить в 2 л воды, снять пену. Хмель прокипятить отдельно в 0,5 л воды. Соединить вместе, влить остальную воду (кипяток). Охладить до теплого состояния, добавить дрожжи, жженный сахар, кардамон, оставить для открытого брожения (закрыв лишь марлей или бязью) при температуре не выше 8-10°C до появления пены на поверхности. После удаления пены процедить и либо употреблять, либо оставить для хранения в бутылках на 1-2 недели.

#### *СБИТЕНЬ*

150 г меда, 1,5-2 л воды, 100 г сахара, 2-3 ч. ложки сухой травы зверобоя, 2 бутона гвоздики, 5-6 зерен черного перца, 0,25 ч. ложки порошка имбиря, 1 ч. ложка корицы, 2 ч. ложки мяты.

Мед прокипятить в сотейнике, разведя 1 стаканом воды, снять пену. Отдельно прокипятить сахар, разведя 1 стаканом воды. Соединить обе части,

проварить вместе в однородную массу так, чтобы выпарилось побольше воды (но на медленном огне, не допуская заметного кипения).

В остальной воде отварить пряности в течение 15-20 мин в закрытом сосуде, дать настояться ещё 10 мин, затем процедить, добавить медовосахарную смесь и подогреть, не доводя до кипения. Пить только в горячем виде.

#### *КВАС БЕЛЫЙ ОКРОШЕЧНЫЙ*

750 г солода (500 г ржаного, 250 г ячменного), 2 кг ржаной муки, 500 г гречневой муки, 500 г пшеничной муки, 0,25 стакана жидких свежих дрожжей, 40 г пшеничной муки для закваски, 2 ст. ложки сухой кудрявой мяты (но не перечной).

1. Приготовить закваска муку развести в воде, добавить дрожжи, дать смеси подойти.

2. Солод смешать с теплой водой до получения жидкого теста. Все три вида муки смешать в однородную смесь. Затем добавлять мучную смесь в жидкий солод, небольшими порциями, все время подливая горячую воду и непрерывно размешивая. Воды по объему должно быть вчетверо больше, чем смеси солода и муки. Полученное тесто переложить в другую посуду и поставить в тепло на 5 ч, затем долить к нему 7 л кипятку, тщательно размешивая, чтобы не было комочков, и ввести заранее подготовленную закваску. Одновременно ввести мяту.

3. Полученное сусло поставить на 12 ч в теплое место для сбраживания. Выбродивший квас процедить и разлить в бутылки.

#### *КВАС СУХАРНЫЙ ДОМАШНИЙ (СКОРЫЙ)*

1 кг сухарей ржаных (лучше всего разных – из орловского, ржаного и бородинского хлеба, но не обдирного), 750 г сахара, 50 г изюма, 10-15 черносмородиновых листьев, 2-3 ст. ложки жидких пивных дрожжей или 25 г хлебопекарных дрожжей, 2 ст. ложки сухой мяты (не перечной).

Подсушенные в духовке до легкой корочки сухари залить 1 ведром кипятка и настоять в течение 12 ч. Отдельно заварить мяту, отдельно смородиновый лист литром кипятка и настоять 5 ч. Настой кваса перелить в другую посуду после выдержки, добавить к нему сцеженный настой мяты и смородинового листа, сахар, прокипяченный в 0,5 л воды, и дрожжи, размешать и оставить для сбраживания на 4 ч. Затем снять пену, процедить, разлить в бутылки, добавив в каждую по несколько изюминок, и оставить на 2 дня для выдержки.

1 Первый рафинадный завод был основан купцом Вестовым в Москве, в начале XVIII в. Ему был дозволен привоз тростникового сырья беспошлинно. Сахарные заводы на базе свекольного сырья были созданы лишь в конце XVIII – начале XIX вв. (Первый завод – в селе Алябьева, Тульской губернии).

2 В меню патриаршего обеда за 1671 г. уже указаны сахар, леденцы.

3 Порядок подачи блюд за богатым праздничным столом, состоящий из 6-8 перемен, окончательно сложился во второй половине XVIII в. Однако в каждую перемену стали подавать одно блюдо. Этот порядок сохранялся до 60-70-х годов XIX в.:

- 1) горячее (щи, похлебка, уха);
- 2) холодное (окрошка, ботвинья, студень, заливная рыба, солонина);
- 3) жаркое (мясо, птица);
- 4) тельное (отварная или обжаренная горячая рыба);

- 5) пироги (несладкие), кулебяка;
- 6) каша (иногда подавали со щами);
- 7) пирожное (сладкие пироги, пирожки);
- 8) заедки.

4 Левшин В. А. Русская поварня. М., 1816.

5 «Булка» – от французского слова *boule*, что значит «круглый как шар». Первоначально белый хлеб выпекали только французские и немецкие пекари – булочники.

6 Котошихин Г. О России в царствование Алексея Михайловича. СПб. 1840.

Для ароматизации масло нагревают (но не жарят) в сковороде или сотейнике и к нему добавляют семена кориандра, аниса, фенхеля, укропа или зелень сельдерея, петрушки.

7 Иногда неверно употребляют название «рахмановские». На самом деле слово «рахманный» означает «ленивый, простоватый, нерасторопный» (по-древнерусски). В старину рахманные щи варили из свежей зелени (сныти) или капусты, иногда с рыбой, затем рахманными стали называть любые щи, приготовленные наскоро из некислых зеленых компонентов, с конца XIX – начала XX вв. их стали называть ленивыми и варить только из свежей капусты.

9 Поэтому в принципе неверно встречающееся иногда ресторанное название первого блюда – похлебка мясная (или куриная).

10 Сущик – сушенные в русской печи мелкие окуньки, ерши, снетки.

11 Надо иметь в виду, что зоологические, охотничьи и кулинарные наименования дичи не всегда совпадают. Так, например, большая часть болотной дичи зовется у охотников куликами, а у поваров – бекасами.

12 Рецепт кундюмов полностью реконструирован автором. Приводится впервые.

### **Вопросы для самоконтроля:**

1. Охарактеризуйте значение традиций национальной кухни в развитии национальной культуры народов.
2. Назовите основные факторы, формирующие основу национальной кухни, и приведите примеры.
3. Перечислите этапы развития русской кухни.
4. Дайте краткую характеристику развития русской кухни.
5. Кто впервые внес огромный вклад в развитие русской кулинарии?
6. Дайте краткую характеристику основных продуктов, используемых для приготовления блюд.

### **Тема: Украинская кухня**

1. *Исторический аспект развития украинской кухни*
2. *Особенности формирования традиционных блюд украинской кухни*
3. *Характеристика основных продуктов, используемых для приготовления блюд*

## **1. Исторический аспект развития украинской кухни**

Среди славянских кухонь украинская пользуется широкой известностью. Она давно получила распространение далеко за пределами Украины, а некоторые блюда украинской кухни, например борщи и вареники, вошли в меню международной кухни.

Украинская национальная кухня сложилась довольно поздно, в основном к началу – середине XVIII в., а окончательно – к началу XIX в. До тех пор ее с трудом можно было отграничить от родственных ей польской и белорусской кухонь. Это объясняется длительностью и сложностью процесса формирования украинской нации и украинского государства.

После монголо-татарского нашествия на Киевскую Русь Украина испытала агрессию литовских, венгерских, польских феодалов, в результате чего различные части территории ее входили в состав разных государств (Литвы, Польши, Венгрии, Румынии).

По существу, формирование украинской нации началось лишь с XVII в. и завершилось через 100 лет.

Поскольку отдельные украинские территории были долгое время разобщены, общеукраинская кухня создавалась крайне медленно, лишь после объединения украинского народа. В XVII в. в состав России вошли Левобережная Украина, Киев, в конце XVIII в. – Правобережная Украина. С конца XVIII в. южная часть Украины – Причерноморье и Новороссия – стали заселяться выходцами из южных губерний России, которые затем ассимилировались с коренным населением.

Таким образом, к началу – середине XIX в. сформировалась, в основном, территория Украины, большая часть украинской нации была воссоединена и получила возможность консолидироваться в одном государстве.

Это значительно облегчило создание и распространение характерных особенностей общеукраинских блюд, хотя различия между блюдами Черниговщины и Галиччины, Полтавщины и Волыни, Буковины и Харьковщины, Подолья и Закарпатья сохранились до наших дней.

## **2. Особенности формирования традиционных блюд украинской кухни**

Позднее формирование украинской кухни обусловило целый ряд ее особенностей.

Во-первых, она была создана на базе уже сложившихся в каждой из региональных частей Украины элементов кулинарной культуры.

Во-вторых, несмотря на то, что эти элементы были весьма разнородны, вследствие огромности территории,

раскинувшейся от Карпат до Приазовья и от Припяти до Черного моря, различия природных условий и исторического развития отдельных частей ее, соседствования множества народов (русские, белорусы, татары, ногайцы, венгры, немцы, молдаване, турки, греки), украинская кухня оказалась на редкость цельной, даже несколько односторонней как по отбору характерного национального пищевого сырья, так и по принципам его кулинарной обработки.

В третьих, в национальную украинскую кухню не вошли традиции древнерусской кухни, связь с которой была утрачена после монголо-татарского

нашествия. Это отличает украинскую кухню от русской и белорусской, где древние традиции, хотя и видоизменялись, но, тем не менее, сохранялись в течение многих веков.

Вместе с тем украинская кухня восприняла некоторые технологические приемы не только немецкой и венгерской кухни, но и татарской и турецкой, по-своему частично видоизменив их. Так, обжаривание продуктов в перекаленном масле, свойственное тюркским кухням, было превращено в украинское «смажение» (т. е. пассерование овощей, идущих в борщи или во вторые блюда), что, например, совершенно не свойственно русской кухне.

Пельменеобразное блюдо турецкой кухни дюш-вара превратилось в украинские вареники, а затем в вареники с характерными национальными наполнителями – вишнями, творогом, луком (цыбулей), шкварками. Из немецкой кухни было воспринято дробление продуктов, что нашло конкретное выражение в различных украинских «сичениках» – котлетообразных блюдах из фаршей (сеченых, дробленых мяса, яиц, моркови, капусты, грибов и т. п.).

Что же касается пищевого сырья, то оно отбиралось для украинской кухни по контрасту с восточными кухнями. Так, например, в пику «басурманам» украинское казачество стало культивировать в XVI-XVIII вв. употребление свиного сала. В то же время употребление говядины, распространенное среди русского населения, было сравнительно незначительным у украинцев, так как волы на Украине представляли собой не продуктивный, а рабочий, тягловый скот, и их мясо было не только менее вкусным и более жестким по сравнению со свиным, но в известной мере считалось и не вполне чистым.

Одновременно получили распространение некоторые иностранные продукты, например растительное масло – олие. Оно считалось ценнее коровьего масла, поскольку происходило из Греции, страны, с которой украинские земли были связаны религиозными узами. В то же время баклажаны, употреблявшиеся в турецкой кухне и прекрасно вызревавшие в условиях Юга Украины, не находили употребления в украинских национальных блюдах как «басурманские» блюда.

Эти принципы отбора пищевого сырья, общие для всех украинцев в XVII-XIX вв. независимо от мест их расселения, сделали украинскую кухню в итоге поразительно единообразной и вместе с тем неповторимой, своеобразной.

Своеобразие национальной украинской кухни выражается, во-первых, в преимущественном использовании таких продуктов, как свинина, сало, свекла, пшеничная мука и некоторых Других, во-вторых, в таких особенностях технологии приготовления пищи, как комбинированная тепловая обработка большого количества компонентов блюда на фоне одного главного и определяющего, чему классическим примером служит борщ, где к свекле добавляют еще два десятка компонентов, не подавляющих свекольный вкус, а лишь оттеняющих и развивающих его.

Любимым и наиболее употребляемым продуктом служит свиное сало как в виде самостоятельного кушанья, главным образом в обжаренном виде, в виде так называемых шкварок, так и в виде разнообразной приправы и жировой основы самых разнообразных блюд. Такое отношение к свинине роднит украинскую кухню

с кухнями западных славян и венгров и соседей украинцев – белорусов, однако, использование сала в украинской кухне чрезвычайно разнообразно.

Сало не только едят сырое, соленое, вареное, копченое и жареное, на нем не только готовят, им не только шпигуют всякое несвиное мясо, где сало отсутствует, но и используют его даже в сладких блюдах, сочетая с сахаром или патокой.

Например, такое массовое кондитерское изделие, как вергуны, жарят, а вернее обваривают или пряжат в сале.

Украинской кухне свойственно и не менее обильное использование яиц, которые служат не только и не столько для приготовления самостоятельного блюда – разного рода «яэшен», сколько для таких же неперенных, как и сало, добавок в мучные, мучно-яичные и яично-фруктовые (сладкие) блюда.

Весьма характерно для украинской кухни обилие мучных изделий, причем излюбленным видом теста является пресное – простое пресное, пресное полувытяжное, заварное пресное, пресное сдобное с использованием соды как разрыхлителя, а для кондитерских блюд – преимущественно песочной. Национальными блюдами являются изделия из простого бездрожжевого теста (1): вареники, галушки, шулики, лемишки, гречаники, коржи и более новые по времени кондитерские изделия – вергуны и ставбицы. В мучных блюдах почти исключительно используется пшеничная мука, реже – гречневая в сочетании с пшеничной, а из круп популярностью пользуется пшено, а также рис (между прочим рис под названием «сорочинское пшено» – искаженное сарацинское, т. е. турецкое, арабское пшено, – употребляется в украинской кухне с XIV в. и занесено в нее с Запада, через венгров, отсюда понятно и западное его название «сарацинское»).

Наряду с мучными изделиями важная роль отводится овощам. Их употребляют в виде гарниров к жирной мясной пище или подают как самостоятельные блюда с салом. Из овощей на первом месте стоит, конечно, свекла, которую можно считать национальным овощем и которую употребляют не только в свежем, но и в квашеном виде. Так, из квашеной свеклы готовят борщи с осени до весны, т. е. большую часть года.

Для украинской кухни характерно также употребление бобовых – бобов, чечевицы и особенно фасоли (но только не в стручках). Бобовые широко используются в качестве добавок к другим овощам.

Из других предпочитаемых овощных и растительных культур следует назвать морковь, тыкву, кукурузу, картофель и помидоры. Кукуруза, как и фасоль, чаще играет роль добавок. Она получила распространение в украинской кухне уже в XVIII в., особенно в Южной и Юго-Западной Украине. С XVIII в. началось и проникновение на Украину картофеля, который, однако, не приобрел здесь самостоятельного значения, как в Белоруссии, и подобно другим овощным культурам стал использоваться в качестве, хотя и важной, но одной из многих других «приправ» (т.е. гарниров) ко вторым блюдам. Картофель в виде пюре нашел себе широкое применение при добавлении к пюреобразным фасоли, моркови, творогу, яблокам, маку. Кроме того, картофель является хорошим поглотителем сала во вторых блюдах и сырьем для получения крахмала, используемого для приготовления сладких блюд, особенно жидких фруктовых киселей и кондитерских изделий.

Хотя украинская кухня почти окончательно сложилась уже в XVIII в., два таких характерных для нее растительных продукта, как помидоры и подсолнечное масло, без которых нельзя представить себе современный украинский стол, вошли в широкое употребление и оказали заметное влияние на меню в XIX в. Надо сказать, что растительные масла – различные олии – применялись в украинской кухне наряду с животным жиром (свиным салом) издревле, и все же подсолнечное масло получило распространение лишь в последнем столетии, причем почти вытеснило все остальные растительные масла. Оно употребляется ныне в двух видах: масло горячего жима, с сильным, своеобразным, столь любимым украинцами запахом жареных семечек, и холодного жима, наиболее известное за пределами Украины.

Масло горячего жима идет обычно в холодные блюда – салаты, винегреты, масло холодного жима чаще употребляется для жарения, пряжения, т. е. для приготовления на нем вторых горячих блюд.

Из пряностей и приправ используются преимущественно лук, чеснок, укроп, тмин, анис, мята, любисток, дудник, чабер, красный перец, из привозных пряностей – лавровый лист, черный перец и корица (для сладких блюд). Большую роль как приправа к мясным, холодным и овощным блюдам играет уксус, которым, однако, нередко злоупотребляют.

Из фруктов и ягод, любимых на Украине мочеными, свежими, сушеными и копчено-вялеными, национальными можно считать вишню, сливу, грушу, смородину, арбуз и в меньшей степени яблоки и малину.

Наряду с фруктами современная украинская кухня чрезвычайно обильно использует сахар и патоку и в чистом виде, и в виде составных частей узваров, варений и особенно повидла и кондитерских изделий.

Как уже было сказано, наиболее отличительной чертой технологии украинской кухни является комбинированная тепловая обработка продуктов. Она состоит в том, что сырой продукт – будь он животного или растительного происхождения – сначала подвергается легкому обжариванию и относительно быстрому пассерованию, или «смажению», как говорят украинцы, и только после этого – более длительной тепловой обработке, т. е. варке, запеканию или тушению.

С этими особенностями приготовления украинских блюд издавна связаны и особенности украинской посуды – казанки для варки, сковороды для смажения – глубокие и полуглубокие, невысокая глиняная посуда для последующего полутушения – разного рода глечики, миски, чашки, макитры.

Из технологических приемов приготовления пищи обращают на себя внимание шинкование, сечение и другие способы измельчения пищи, в частности мяса. Отсюда наличие в украинской кухне различных рулетов (завиванцев), фаршированных блюд, запеканок, кручеников с мясными фаршами и «сичеников», т. е. разнообразных мясных блюд типа битков и котлет, заимствованных из немецкой кухни через польскую и чешскую.

Как и всякая кухня с богатым историческим прошлым, украинская кухня в значительной степени региональна. Так, западноукраинская кухня заметно отличается от восточноукраинской; влияние турецкой кухни на буковинскую, венгерской на гуцульскую и русской на кухню Слободской Украины не подлежит сомнению: наибольшим разнообразием отличается кухня Центральной Украины,

особенно областей центра Правобережья. Популярный на Украине борщ имеет массу разновидностей, практически в каждой области его готовят по своему, особому рецепту.

### **3. Характеристика основных продуктов, используемых для приготовления блюд**

#### *ПЕРВЫЕ БЛЮДА*

#### *БОРЩИ*

Непременной составной частью борща является свекла. Она дает ему основной вкус и окраску.

Как правило, борщи готовят на мясном, костном или смешанном мясокостном бульоне. Правильно подготовленный бульон – основа хорошего борща. Бульон для борща обычно готовят из грудинки, реже из тонкого и толстого края или завитка. Кости всегда предварительно дробят вдоль, а хрящевые части разбирают. Продолжительность варки костей 4-6 ч, мяса – 2-2,5 ч. После того как вода закипит, бульон продолжают варить на слабом огне. При варке мясокостного бульона вначале варят кости, а потом, за два часа до окончания их варки, закладывают мясо и варят до готовности, после чего мясо вынимают из бульона и начинают приготавливать на бульоне овощную часть борща, куда вновь закладывают мясо лишь за 10-15 мин до полной готовности борща. К концу варки в борще должно оставаться не более 1,5 стакана чистого бульона в расчете на порцию, поэтому воды в начале варки следует наливать по крайней мере вдвое больше, чем предполагается получить бульона.

Несколько слов о соотношении мяса в борщах. Говяжьё грудинку и свинину обычно закладывают в пропорции 2:1 или 1:1. Кроме того, уже после окончания варки основного бульона в некоторые виды борщей иногда добавляют небольшие количества баранины, ветчины, сосисок, домашней колбасы в мелко нарезанном виде из расчета 1:4 по отношению к основному мясу борща.

Борщ может быть изготовлен также на гусином или курином бульоне (полтавский и одесский). В этом случае добавление другого мяса исключается.

Особенностью подготовки овощной части борща является предварительная отдельная обработка овощей. Свеклу, например, тушат всегда отдельно от других овощей. Предварительно ее сбрызгивают уксусом (или добавляют лимонной кислоты, лимонного сока), что необходимо для сохранения красного цвета, кладут в разогретый жир (сало, масло) и тушат до готовности. Иногда свеклу пекут или варят до полуготовности в кожуре и только затем очищают, режут и опускают в бульон.

Мелко нарезанный лук, нарезанные соломкой морковь и петрушку пассеруют вместе 15 мин, при этом овощи должны быть покрыты жиром. Перед окончанием пассерования в овощи добавляют томат-пюре или мелко нарезанные помидоры и продолжают пассеровать до тех пор, пока жир не окрасится под цвет помидоров.

Очень важно последовательно закладывать овощи в бульон – в строгой зависимости от продолжительности варки их. Картофель закладывают за 30 мин до готовности борща, капусту – за 20 мин, свеклу в подготовленном тушеном виде – за 15 мин, пассерованные овощи (лук, морковь, петрушку) – за 15 мин, пряности – за 5-8 мин, чеснок (отдельно от остальных пряностей) – за 2 мин.

Основной вид жира, используемого для борщей, – свиное сало. Его толкут или растирают в ступке с чесноком, луком и зеленью петрушки до образования гладкой массы и заправляют ею борщ за 2-3 мин до готовности.

Большинство борщей для придания им своеобразного кисловатого вкуса готовят не только на воде, а на квасе-сировце, на соке квашеной свеклы и на свекольной закваске (настоях), добавляя их в основном после варки мяса в готовый бульон, стараясь не подвергать длительному кипению.

Доведенный до готовности борщ ставят на очень слабый огонь газовой плиты или просто сдвигают на край обычной плиты, чтобы он не очень остыл, и дают настояться еще 20 мин. после чего подают на стол.

Таким образом, приготовление борща отнимает минимум 3 ч, а при варке на костном бульоне – даже 5-6 ч.

Различные варианты борщей чаще всего носят название местности, в которой они появились: борт киевский, полтавский, львовский, волинский, черниговский, галицкий и др. В чем же заключается разница между ними? Во-первых, в характере бульона: костный, мясной, мясокостный, из различных сортов и сочетаний мяса (говядина, свинина, домашняя птица), во-вторых, в способе тепловой обработки свеклы (тушеная, печеная, полусваренная). Кроме того, набор овощей для борща может быть различным. Обязательными овощами в борще, помимо свеклы, являются капуста, морковь, картофель, петрушка, лук, помидоры, дополнительными – фасоль, яблоки (кислые, лучше всего зеленые), кабачки, репа. Овощи в борщ режут соломкой, за исключением кабачков и картофеля, нарезаемых соответственно кубиками и крупными кусочками. Фасоль отваривают предварительно отдельно, так как она варится долго – более часа и заправляют ею борщ за 15 мин до готовности. Репу пассеруют с морковью. Яблоки и кабачки не пассеруют, их закладывают после остальных овощей как наиболее скороваркие, но не позднее чем за 10 мин до готовности.

Наконец, некоторые виды борщей заправляют еще поджаренной мукой для придания жидкости борща более густой консистенции. Однако это не обязательно и даже нежелательно для хорошей кухни, так как может испортить при неумелом поджаривании аромат борща. В то же время заправка борща сметаной после подачи на стол обязательна.

В представленных здесь нескольких рецептах борщей указаны примерные нормы и ассортимент используемых продуктов. Количество бульона в готовом борще везде составляет 1,5-1,75 л. Это значит, что надо брать 3 л воды первоначально.

### *БОРЩ УКРАИНСКИЙ ПРОСТОЙ*

500 г говядины, 1/4 кочана капусты, 4 картофелины, 1 крупная свекла, 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 луковицы, 1 ст. ложка 3%-ного уксуса, 2 ч. ложки сахара, 3 лавровых листа, 4-5 зубчиков чеснока, 3 горошины душистого перца, 5-6 горошин черного перца, 1 ст. ложка зелени петрушки.

Борщ готовят на костном и мясном бульоне, мясо подают вместе с борщом.

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

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

3. Картофель и капусту варить в бульоне 15 мин, затем добавить к ним продукты, указанные в пунктах 1 и 2, варить еще 10 мин, добавить масло и пряности, а затем заправить борщ зеленью петрушки и чесноком, тертыми с салом. Перед подачей на стол заправить сметаной.

#### *БОРЩ УКРАИНСКИЙ СБОРНЫЙ*

500 г говядины, 200 г свинины, 100 г ветчины, 50 г сала, 2 л кваса-сировца, 2 свеклы, 1/4 кочана капусты, 3 помидора, 0,5 стакана сметаны, 0,5 стакана отварной фасоли, 4 картофелины, 1 репа, 1 морковь, 1 петрушка, 2 луковицы, 3 лавровых листа, 2 горошины душистого перца, 6 горошин черного перца, 4 зубчика чеснока, по 1 ч. ложке сельдерея, укропа, майорана, зелени петрушки, 1 ч. ложка соли.

Бульон из говядины и свинины приготовить на квасе-сировце полностью или частично. Затем в него вместе с первыми овощами заложить мелко нарезанную ветчину. Последовательность закладки та же, что для борща простого (последней закладывается фасоль). Свеклу надо не тушить, а печь отдельно в кожуре, а затем почистить и нашинковать.

#### *БОРЩ КИЕВСКИЙ*

250 г говядины, 250 г баранины, 1/4 кочана капусты, 4 картофелины, 1 крупная свекла, 0,5 л свекольного кваса, 2 ст. ложки фасоли, 2 кислых яблока, 2-3 помидора, 2 ст. ложки масла, 1 ст. ложка мелко нарезанного сала, 1-2 луковицы, 1 морковь, 1 петрушка, 1 ст. ложка зелени петрушки, 1 ч. ложка зелени сельдерея, 3 лавровых листа, 3 горошины душистого перца, 1/4 ч. ложки красного перца, 0,5 головки чеснока.

Говядину опустить в кипяток, залить свекольным квасом и сварить бульон. Затем отдельно тушить: 1) свеклу вместе с бараньей грудинкой, нарезанной мелкими кусками; 2) помидоры на масле; 3) лук, морковь, корень петрушки.

Затем отварить в бульоне до полуготовности капусту и картофель, добавить тушеные овощи и варить еще 10-15 мин, заправить вареной фасолью, а в самом конце – тертыми с нутряным салом чесноком и нарезанной зеленью петрушки.

Если к концу варки борщ окажется недостаточно кислым, добавить к нему еще один стакан свекольного кваса.

#### *БОРЩ ПОЛТАВСКИЙ*

600 г гуся или утки, 1 свекла, 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. ложка уксуса, 2-3 лавровых листа, 1 головка чеснока, 5 горошин черного перца, 0,5 стакана сметаны.

Борщ полтавский готовят на бульоне из домашней птицы, от других украинских борщей он отличается еще и тем, что его заправляют не только овощами, но и галушками.

Приготовление галушек. В четверти стакана кипятка развести 1 ст. ложку муки, тщательно растереть ее, охладить, добавить яйцо, остальную муку и 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 5-7 мин до готовности.

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

### *БОРЩ ЧЕРНИГОВСКИЙ*

500 г говядины или свинины, 1/4 кочана капусты, 1 свекла, 1 небольшой кабачок, 0,5 стакана вареной фасоли, 3-4 помидора, 2 кислых яблока, 2 ст. ложки сливочного масла, 1 луковица, 1 корень петрушки, 1 морковь, 5-6 горошин черного перца, 2-3 лавровых листа, 4 зубчика чеснока, 0,5 стакана сметаны.

Борщ готовить на мясокостном бульоне. Свеклу 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 обычный (см. выше, в общих рекомендациях). Помидоры, кабачки и яблоки кладут в борщ последними, перед пряностями.

### *БОРЩ ЛЬВОВСКИЙ*

0,5-1 кг костей (мозговых, «сахарных»), 2 крупные свеклы, 5 картофелин, 2-3 сосиски, 2 луковицы, 2 ст. ложки томата-пюре, 2 ст. ложки 3%-ного уксуса, 1 морковь, 1 петрушка, 1 ст. ложка сливочного масла, 1-2 ч. ложки сахара, 6 горошин черного перца, 2 лавровых листа, 1 ст. ложка зелени петрушки, 0,5 стакана сметаны.

Готовить на костном бульоне. Свеклу отварить до полуготовности в кожуре, затем добавить уксус, очистить, нарезать соломкой и тушить с томатом-пюре 20-30 мин на масле. Морковь, лук, петрушку пассеровать отдельно. В бульон положить картофель, затем свеклу и остальные корни, пряности и сахар. В почти готовый борщ добавить обжаренные на масле или сале сосиски, нарезанные маленькими кусочками.

### *КВАСЫ И СВЕКОЛЬНЫЕ НАСТОИ ДЛЯ БОРЩЕЙ*

Лучшие украинские борщи готовят на свекольных настоях и квасах. Ниже приводятся несколько рецептов таких квасов и настоев.

Свекольный настой простой. Очищенную свеклу натереть на терке, залить кипяченой водой и поставить в теплое место на 3-4 дня. Соотношение свеклы и воды (по весу) 1:2.

Свекольный настой заварной. Очищенную свеклу натереть на крупной терке, залить стаканом горячего мясного бульона, добавить лимонной кислоты и довести до кипения на сильном огне. Дать настояться 30 мин.

Квас свекольно-хлебный. 0,5 кг черного хлеба нарезать кусочками, залить 1,5 л теплой кипяченой воды, положить 6 шт. очищенной и нарезанной ломтями свеклы, дать настояться 2 дня (днем на солнце, ночью в теплом месте), часто помешивать. На третий день процедить, после чего квас будет готов для употребления в борщ.

Квас-сировец. Для приготовления этого кваса на 2 л воды берут 0,5 кг ржаной муки и 10 г дрожжей, 1-2 ст. ложки муки развести с дрожжами в теплой воде (примерно 1-1,5 стакана) и дать перебродить (закваска). Оставшуюся муку

залить горячей водой, замесить тесто до густоты сметаны и поставить в теплое место.

Добавить закваску в тесто, развести теплой водой (до консистенции густого кваса). По мере использования доливать водой (0,5 л на 1 л использованной жидкости).

### *КУЛЕШ*

Менее распространенным, чем борщ, национальным украинским блюдом является кулеш – полупервое-полувторое. Он принят в основном в восточных и юго-восточных областях Украины. Набор продуктов для кулеша:

6 картофелин, 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 еще 30 мин, затем заправить кулеш пережаренным на сале мелко нарезанным луком, образовавшимися при этом шкварками, зеленью петрушки и кипятить еще 5 мин.

### *ВТОРЫЕ БЛЮДА*

#### *БЛЮДА ИЗ МЯСА И ДОМАШНЕЙ ПТИЦЫ*

Для мясных украинских блюд характерно не только то, что готовят их в основном из свинины, но и то, что сочетают при этом два вида тепловой обработки мяса – предварительное обжаривание и последующее тушение с овощами и пряностями. Другой особенностью мясного украинского стола является широкий выбор блюд, приготовленных из рубленого мяса, фарша.

Блюда из домашней птицы используются чаще всего как праздничные. Как и мясо, птицу готовят преимущественно тушеную.

#### *ПЕЧЕНЯ ЖИТОМИРСКАЯ*

500 г свинины, 10 картофелин, 100 г сала (для обжаривания), 3 луковицы, 1-2 моркови, 4-5 сушеных грибов, 3 ст. ложки томата-пюре, 3 зубчика чеснока, 5-6 горошин черного перца, 2-3 лавровых листа.

Свинину разрезать на 3-4 куска, обжарить в сале (50 г) до золотистой корочки, затем потушить с томатом. Картофель и морковь нарезать кубиками, обжарить в оставшемся сале, затем перемешать с нарезанным кружочками сырым луком, заправить перцем, солью. Подготовленные овощи и свинину заложить в кастрюлю рядами, начиная и заканчивая рядом овощей. Грибы отварить в 1 стакане воды, мелко нарезать, еще поварить, уварив бульон наполовину, а затем залить им подготовленную свинину с овощами, добавить лавровый лист, еще немного посолить и тушить до готовности. Перед подачей посыпать измельченным чесноком, дать постоять 3-4 мин с закрытой крышкой, затем подавать.

#### *ВЕРЕЦАКА*

500 г свиной грудинки, 50 г сала, 2 стакана свекольного настоя или кваса (см. с. 67), 2 ст. ложки ржаных сухарей, 2-3 луковицы, 2-3 горошины душистого перца, 5-6 горошин черного перца, 1 ст. ложка мелко нарезанной зелени петрушки (кервеля или любистока).

Свиную грудинку нарезать крупными кубиками, обжарить на сковороде в сале до румяной корочки, переложить в кастрюлю, залить свекольным квасом или свекольным настоем с уксусом, приправить луком и пряностями, посолить и тушить

до полуготовности. Затем засыпать тертыми ржаными сухарями, размешать и продолжать тушить до готовности. При подаче на стол посыпать зеленью петрушки.

#### *ШПУНДРА*

500 г свиной грудинки, 1,5 ст. ложки свиного топленого сала, 500-750 г свеклы, 4-5 луковиц, 1 стакан свекольного кваса (см. с. 67), 1 ст. ложка муки, 1 ст. ложка зелени петрушки.

Свиную грудинку нарезать мелкими кусочками, обвалить в муке, обжарить в сале с луком, заложить в кастрюлю, перемешать с нарезанной кусочками свеклой, залить квасом, посолить и тушить до готовности.

#### *ЗАВИВАНЕЦ УЖГОРОДСКИЙ*

500 г мякоти говядины, 100 г шпика, 3 яйца, 1 ст. ложка топленого сала, 1 соленый огурец, 1 крупная картофелина, 1 ст. ложка зелени петрушки, 1 ст. ложка зелени укропа, 0,5 ч. ложки молотого перца, 2 ст. ложки муки.

Из мякоти задней части нарезать 4 плоских куса величиной с ладонь (можно использовать полуфабрикаты – антрекоты), очистить их от пленок, отбить, посолить, посыпать перцем, а затем на каждый кусок мяса положить по несколько долек соленого огурца и крутого яйца, полоски шпика и нарезанную соломкой в длину сырую картошку.

Все это завернуть рулетом, перевязать ниткой, обмазать яйцом и запанировать в муке, обжарить на большом огне в топленом сале, переложить в кастрюлю, залить кипящей водой или бульоном так, чтобы покрыть мясо, и тушить до готовности.

Подавать на стол с тушеной картошкой, полив ее образовавшимся при тушении завиванца соусом.

#### *КЕНДЮХ*

1 свиной желудок

Для начинки: 500 г свиной грудинки или мяса от головы свиньи, 200 г свиного фарша из мяса, срезанного с костей, 2 яйца, 3 луковицы, 1 головка чеснока, 10 зерен черного перца, 0,5 ч. ложки майорана.

Свиной желудок несколько раз промыть в холодной и горячей воде. Из жирной свиной грудинки удалить кости, нарезать ее мелкими кубиками, добавить свиной фарш, лук, яйца, пряности, перемешать и начинить подготовленный свиной желудок, зашить его и запечь в духовке до готовности.

#### *КУРИЦА ТУШЕНАЯ С ГАЛУШКАМИ*

1 курица, 1 стакан воды или бульона, 100 г сливочного масла, 0,25 стакана сока зеленого крыжовника или лимона, 2 стакана готовых галушек (см. с. 67).

Курицу разрезать на 4 части, положить в кастрюлю, залить водой и соком крыжовника (который предварительно выдержать на солнце в закрытой посуде 1-2 недели), добавить масло, посолить и тушить в течение 1 ч на небольшом огне.

Тем временем приготовить галушки из пшеничной муки, отварить их отдельно.

Когда курица будет готова, засыпать ее готовыми галушками, перемешать, добавить еще масла.

Поставить в духовку на 10-15 мин, закрыв крышкой.

#### *ИНДЕЙКА ТУШЕНАЯ С РИСОМ*

1 индейка средней величины, 1 стакан риса, 0,5 стакана изюма без косточек (сабзы), 1-2 яйца, 3 ст. ложки сливочного масла, 1-2 ч. ложки молотого имбиря, 1 луковица, 1 морковь, 1 петрушка, 1 сельдерей, 3-4 лавровых листа, 6 горошин черного перца.

Индейку опалить, отрезать первое звено у крылышек (использовать отдельно на суп), промыть птицу внутри и натереть изнутри имбирем, затем начинить подготовленным рисом (рис отварить до полуготовности, промыть холодной водой, обсушить, перемешать с маслом, яйцами и изюмом, предварительно промытым в горячей воде). Начиненную индейку зашить, положить в кастрюлю, обложить мелко нарезанными овощами и пряностями, налить немного кипятку (не более 0,5 стакана, если индейку тушат на плите) и тушить на плите на медленном огне 1,5 ч.

После этого снять крышку и поставить индейку на 15 мин в духовку открытой, чтобы она подрумянилась.

Если же индейку хотят тушить в духовке, надо подлить 4 ст. ложки масла, можно растительного, и тушить с закрытой крышкой примерно 1 ч (иногда больше в зависимости от качества мяса индейки).

### *БЛЮДА ИЗ ЯИЦ*

В украинской кухне яйца в качестве одного из компонентов блюд употребляются столь же широко, как и сало. Они идут в большом количестве, в первую очередь, в мучные блюда. Из специальных яичных блюд надо назвать прежде всего различные яичницы. Особенность украинских яичниц состоит в том, что они исключительно болтанные (в отличие от русских, преимущественно глазуней), и в них непременно входят такие компоненты, как мука и довольно большое количество сметаны или сливок, т. е. они по существу представляют собой жирные омлеты. Другая особенность украинских яичных блюд – комбинация вареных и сырых яиц в одном блюде, а также использование в них сливочного масла, а не сала, как это ни покажется странным тому, кто знает приверженность украинцев к свиному салу.

### *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 мин. При подаче на стол посыпать измельченным укропом.

### *ЯИЧНЫЕ СЕЧЕНИКИ*

4 крутых яйца, 1 сырой желток, 1 ст. ложка пшеничной муки, 0,5 стакана молока, 5 горошин черного перца, 1 ст. ложка панировочных сухарей, 1 ст. ложка сливочного масла.

На масле слегка поджарить муку, развести молоком, довести смесь до кипения, снять с огня, всыпать мелко сеченые крутые яйца, осторожно влить хорошо взбитый желток, непрерывно помешивая, добавить перец, соль, вновь довести смесь до кипения, остудить, наделать из полученной массы котлет, обвалить в сухарях и обжарить.

### *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.

### *БЛЮДА ИЗ ОВОЩЕЙ, СОЛЕНИЯ*

В украинской кухне овощи широко используются в борщах, а также в тушеном виде как гарниры к мясным блюдам или в солениях. Отдельные овощные блюда чаще всего представляют собой пюреобразную массу одного из овощей с луком, подсолнечным маслом и уксусом (таковы свекольная икра, кабачковая кашка и т. п.) или же смесь разных овощей, или (реже) смесь овощей с крупами, своего рода овощную кашу.

#### *ТОЛЧОНКА*

5 картофелин, 0,5 стакана фасоли, 2 ст. ложки мака, 1 -2 луковицы, 2 ч. ложки сахара, 1 ст. ложка зелени петрушки и любисточка, 0,5 ч. ложки черного молотого перца.

1. Мак замочить на 10 ч, слить воду, отжать и растереть в ступке.

2. Фасоль замочить на 10 ч, отварить в течение 2 ч и отварную растереть в пюре, к которому в горячем виде прибавить растертый мак, картофельное пюре, мелко нарезанный лук, сахар, перец, петрушку и любисток и растереть.

#### *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.

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

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

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

#### *КВАШЕНАЯ СВЕКЛА*

На 1 кг свеклы – 1 л воды, 30 г соли.

Для квашения берется только здоровая (невялая, без повреждений) свекла малой и средней величины, темно-красного (бордового) цвета. Свекла светлоокрашенная, с белыми прожилками и кольцами совершенно непригодна для квашения. Лучшими для квашения считаются сорта Египетская и Бордо.

Свеклу тщательно очистить, снимая довольно толстым слоем кожу, вымыть, сложить в бочку (или банку) и залить 3%-ным рассолом, который должен покрывать свеклу слоем не менее 10-15 см после того, как она будет придавлена гнетом.

Квашение при комнатной температуре заканчивается примерно через 2 недели. За это время надо регулярно удалять с поверхности рассола и гнета вначале пену, а затем плесень. Готовая квашеная свекла приобретает бледный цвет и становится мягкой настолько, что ее можно сжать в кулаке. Рассол же становится темно-бордовым, кисло-сладким и чуть солоноватым на вкус.

### *СОЛЕННЫЕ АРБУЗЫ*

На 10 кг целых арбузов – 5 кг арбузной мякоти, 4 л рассола, 40 г корицы, 30 г гвоздики, 25 г красного перца.

Для соления и мочения выбирают свежие, спелые, неповрежденные арбузы небольших размеров (диаметром не более 15 см), с тонкой кожей, лучше всего сорта Медовка и Стокса киевский, и тщательно моют их щеткой в чуть теплой кипяченой воде.

Приготовленные арбузы осторожно уложить рядами в бочку, залить рассолом (0,5 кг соли на 10 л воды) и добавить пряности (20-25 г корицы и гвоздики на каждые 10 кг арбузов). Затем, накрыв деревянным кругом и небольшим гнетом, оставить на 1-2 дня при комнатной температуре, а потом выдерживать в подвале при температуре от 0о до +5оС. Через 40-50 дней арбузы готовы к употреблению.

Есть и другой способ соления арбузов – в арбузной мякоти. Арбузную мякоть спелых разбитых (но не испорченных) арбузов раздробить и заложить слоем 10 см на дно бочки, затем положить слой целых арбузов, затем снова тонкий слой арбузной массы и снова слой арбузов и так далее, следя за тем, чтобы слои арбузов не касались друг друга. После этого бочку залить рассолом (1 кг соли на 10 л воды). Через 2 месяца арбузы будут готовы. В пищу используются только целые арбузы, мякоть превращается в рассол.

### *МОЛОЧНЫЕ БЛЮДА*

Молочные блюда относительно мало распространены в украинской кухне. Они характерны, скорее всего, для Северной и Левобережной Украины.

Тем не менее, три приведенных ниже метода закваски молока типичны для большей части Украины.

#### *ГУСЛЯНКА*

1 л молока, 1 ст. ложка сметаны.

Молоко вскипятить, немного охладить (примерно до 40-35оС и в еще теплое добавить сметану. Хорошо размешать и поставить в холодное место.

#### *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 подавить на 2-3 ч для загустения.

#### *МОЧАНКА*

500 г свежего домашнего творога, 0,5-1 стакан сметаны, 3 ст. ложки зеленого лука, 1 ст. ложка укропа.

Все продукты хорошенько перемешать в однородную массу.

### *МУЧНЫЕ БЛЮДА*

Украина снабжает страну разнообразными зерновыми культурами, и в первую очередь пшеницей и гречихой.

Поэтому понятно, какое место занимают в украинской кухне мучные блюда и мучные изделия.

Из распространенных мучных блюд, которые едят как второе блюдо в обед или как главное блюдо на завтрак или ужин, следует отметить лемишки и гречаники (оба блюда из гречневой муки, но одно бездрожжевое, другое дрожжевое) и знаменитые галушки и вареники.

Из мучных изделий, подаваемых к другим блюдам, известны пампушки, употребляемые вместе с борщом, а также коржики со шкварками.

### *ЛЕМИШКИ, ГРЕЧАНИКИ, ПАМПУШКИ И КОРЖИКИ*

#### *ЛЕМИШКИ*

На 2 стакана гречневой муки – 0,75 стакана воды, 100 г сала.

Гречневую муку слегка обжарить в духовке на листе, сыпать в эмалированную посуду, заварить подсоленным крутым кипятком до густоты вязкой каши и добавить нарезанное соломкой и слегка обжаренное сало. Все тщательно размешать, переложить в форму и поставить запекать в духовку на 20-25 мин. Подавать только горячей.

#### *ГРЕЧАНИКИ*

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

В подогретом до 35°С молоке развести дрожжи, соль, сахар; вбить яйцо, всыпать гречневой муки, замесить густое тесто.

Поставить в теплое место на 1,5-2 ч, дать подойти, вымесить, затем вторично дать подойти.

Из теста сформовать длинные тонкие батончики, выложить их на смазанный маслом лист, дать подойти, надрезать поперек через каждые 2-3 см смазанным в подсолнечном масле ножом и выпечь в духовке.

Еще горячие гречаники смазать слегка обжаренным подсолнечным маслом и разломать по линии надрезов.

Подавать, полив сметаной.

#### *ПАМПУШКИ С ЧЕСНОКОМ ГРЕЧНЕВЫЕ*

4 стакана гречневой муки, 50 г дрожжей, 1,5 стакана воды, 0,25-0,5 стакана подсолнечного масла, 0,5-1 средняя головка чеснока, 1,5-2 ч. ложки соли.

Муку, воду, дрожжи, соль замесить в крутое тесто, поставить на 1,5-2 ч в теплое место подойти. Из теста сформовать пампушки (маленькие булочки-шарики диаметром 3 см) и отварить их в кипятке. По готовности переложить в нагретую кастрюлю с маслом. Затем растереть чеснок с солью и подсолнечным маслом и смешать в кастрюле с горячими пампушками.

Пампушки едят с борщом.

#### *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 теплой 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 сформовать пампушки размером с грецкий орех и выпечь на листе в духовке на слабом огне.

Из смеси растертого с солью чеснока, кваса и подсолнечного масла сделать подливку и полить ею пампушки перед подачей на стол.

#### *КОРЖИКИ СО ШКВАРКАМИ*

400 г шкварок, 2-3 яйца, 2 стакана пшеничной муки, 1 ч. ложка соды, 1 ч. ложка тмина, 1 ч. ложка соли.

Готовые шкварки мелко насечь, добавить к ним желтки, соль, соду, муку и вымесить крутое тесто. Раскатать в пласт толщиной 0,5 см и вырезать из него стаканом круглые лепешки, смазать их сверху взбитым яичным белком, посыпать тмином, наколоть вилкой и поставить на листе в духовку на слабый огонь примерно на 15-20 мин.

#### *ГАЛУШКИ*

Галушки – это комочки теста, сваренные в воде, молоке или бульоне. Их делают чаще всего из муки (пшеничной, гречневой и их смеси), а также из манной крупы и из сочетаний муки с картофелем, творогом и другими продуктами (например, с луком, яблоками). Галушки – нехитрое кушанье, которое считалось и считается к тому же специфическим домашним блюдом, вследствие чего рецепты приготовления галушек обычно передаются из поколения в поколение и довольно редко упоминаются в поваренных книгах. Однако простота, несложность приготовления галушек обеспечила им прочное и длительное существование в меню украинского народа.

Тесто для галушек раскатывают в пласт толщиной от 0,5 до 1,5 см (в зависимости в первую очередь от муки, из которой готовят галушки), затем из этого теста нарезают «ремешки» шириной 1-1,5 см или скручивают жгутики сечением 0,5-1 см и из них нарезают квадратики размером 1х1 или 1,5х1,5 см. Затем галушкам дают полежать 20-40 мин. чтобы они «завяли», и только потом варят в кипящей подсоленной воде, молоке, бульоне и т. п. Варят обычно до тех пор, пока галушки не всплывут на поверхность, но у отдельных видов галушек есть иные признаки готовности (см. ниже в рецептах).

После этого галушки вылавливают шумовкой и опускают в небольшое количество масла или сметаны, а иногда и сала со шкварками в отдельный сотейник, следя за тем, чтобы галушки не слиплись (для этого их потряхивают слегка в этом масле) и не остыли до подачи на стол.

Галушки можно есть только очень горячими, иначе они не вкусны.

Приготовление некоторых видов галушек имеет свои особенности, которые указаны в отдельных рецептах.

#### *ГАЛУШКИ ПШЕНИЧНЫЕ*

3 стакана пшеничной муки, 2 яйца, 2 ст. ложки сливочного масла (растопленного), 1/3 стакана воды, 1 ч. ложка соли.

Замесить тесто чуть-чуть круче, чем для вареников (см. с. 73), хорошо вымесить его, закрыть на 15-20 мин полотенцем, затем раскатать в пласт толщиной 1 см, нарезать галушки и сварить.

Едят пшеничные галушки с маслом или чаще с салом со шкварками, а также с ветчиной, нарезанной мелкими кубиками. С этой целью уже сваренные галушки

перемешивают с ветчиной и растопленным салом и подогревают в духовке 3-5 мин на сковороде.

#### *ГАЛУШКИ ГРЕЧНЕВЫЕ*

2 стакана гречневой муки, 2 яйца, 2-3 луковицы, 100 г сала.

Тесто раскатать в пласт толщиной 0,5 см и нарезать из него галушки. Сало и лук мелко нарезать, поджарить до золотистого цвета, посолить, влить три стакана воды, вскипятить и в кипящий бульон засыпать галушки – варить 30 мин. Подавать с тем же бульоном, в котором варились.

#### *ГАЛУШКИ КАРТОФЕЛЬНЫЕ*

5 вареных картофелин, 1-1,5 ст. ложки муки, 1-1,5 ст. ложки сырого тертого картофеля, 2 яйца, 1 ст. ложка подсолнечного масла, 1 луковица мелко нарезанная, красный перец на кончике ножа.

В пюре из смеси вареного и сырого картофеля вбить яйца и смешать все остальные продукты в эластичную массу. Чайной ложкой отделять от массы небольшие галушки и опускать в соленую кипящую воду – варить 7-8 мин.

#### *ГАЛУШКИ ТВОРОЖНЫЕ*

0,5 стакана муки, 600 г творога, 4 яичных белка, 25-30 г сливочного масла, 1,5 ст. ложки сахарного песка.

Творог растереть, прибавить масло, сахар, соль, муку и последними взбитые белки, все хорошенько растереть, полученное тесто раскатать в жгут толщиной 1,5 см и нарезать галушки шириной 1-1,5 см. Варить в подсоленном кипятке 15 мин. Подавать со сметаной.

#### *ГАЛУШКИ ЯБЛОЧНЫЕ*

3 стакана пшеничной муки, 3/4 стакана молока, 4 яйца, 10 яблок, 1 ст. ложка сахара, 0,5 ч. ложки соли.

Сырые яблоки очистить от сердцевин и кожуры, нарезать тонкими дольками, а затем смешать с молоком, взбитыми и растертыми с сахаром яйцами и солью и постепенно добавлять к этой смеси небольшими порциями муку, вымешивая тесто. Чайной ложкой брать кусочки теста с яблочными дольками и бросать их в кипящую, но лишь слегка подсоленную воду. Варить яблочные галушки до тех пор, пока они не окажутся сухими при разрезании (это устанавливается пробой), т. е. пока яблочная начинка не разварится и не впитается в окружающее ее тесто.

#### *ВАРЕНИКИ*

Вареники – одно из самых специфических украинских блюд – ныне известны в нашей стране везде. Приготовление их в целом несложно, они представляют собой бездрожжевое тесто, начиненное каким-нибудь фаршем. Однако по-настоящему вкусные вареники можно приготовить, только тщательно соблюдая все детали технологии.

Приготовление теста. Тесто для вареников получают из муки (из пшеничной или из пшеничной пополам с гречневой), яиц, воды и соли. При этом воду берут как можно более холодную, ледяную (летом в городских условиях можно охладить ее в холодильнике), так как это способствует меньшему высыханию теста во время изготовления вареников и повышает его клеящие свойства. Мука должна быть как можно более тонкого помола и не слишком сухой, чтобы вареники не

разваривались. На 3 стакана пшеничной муки берут от 0,5 до 0,75 стакана воды, 2 яйца и 0,5 ч. ложки соли. Месят тесто средней густоты, чтобы удобней было раскатывать его в пласт толщиной 1-1,5 мм (для вареников с вишнями вдвое толще). Пласт режут на квадраты размером 5 x 5 см (из них получают треугольные вареники, складывая противоположные углы квадрата) или вырезают тонким стаканом круги (из них лепят полукруглые вареники). Последний способ менее удобен, так как отходы теста быстро сохнут и их трудно использовать для вареников.

Начинку для вареников укладывают точно в центре каждого квадратика или кружка теста, причем не более 1 ч. ложки, чтобы вареник не переполнялся и тесто не слишком натягивалось. Места соединения (шов) надо стараться делать не толще остального теста вареников, иначе они плохо провариваются, будут толсты и, главное, грубы на вкус.

Варка вареников. Подготовленные вареники варят в большом количестве кипящей подсоленной воды, чтобы им не было тесно. Воду подсаливают из расчета 1 ч. ложка соли на 3 стакана воды. Через 8-10 мин (в зависимости от начинки) готовые вареники должны всплыть на поверхность, после чего их выбирают шумовкой, перекалывают в кастрюлю, поливают разогретым сливочным маслом, чтобы они не слипались. При подаче на стол вареники, кроме того, обливают сметаной, за исключением вареников с вишнями, маком, яблоками и сливами, которые подают либо в особом сиропе (см. рецепт ниже), либо в меду. Подают вареники очень горячими, так как даже чуть остывнув, они становятся невкусными.

Самыми распространенными видами вареников, особенно типичными для всех областей Украины, являются вареники с вишнями и творогом. Однако украинская кухня знает и вареники с печенкой, картофелем, капустой, фасолью, грибами, а из сладких – с маком, яблоками, черносливом, сливами.

Ниже, в рецептах вареников, приведены лишь способы приготовления начинок для них.

#### *ВАРЕНИКИ С ТВОРОГОМ*

Для начинки: 600 г свежего, отжатого в марле или бязи творога, 1-2 ст. ложки сметаны, 1-2 яйца, 1 ст. ложка сахара, щепотка соли.

Все тщательно растереть в однородную, эластичную пасту.

#### *ВАРЕНИКИ С ПЕЧЕНКОЙ И САЛОМ*

Для начинки: 600 г печенки, 100 г сала, 3 луковицы, 10 горошин черного перца (смолоть).

Печенку отварить, предварительно освободив от пленок, пропустить через мясорубку с отваренным свиным салом, добавить жареный лук, перец, соль.

#### *ВАРЕНИКИ С КАПУСТОЙ*

Для начинки: 4 стакана кислой капусты (или 1 кг свежей), 2-3 луковицы, 1 морковь, 1 корень петрушки, 1,5 ст. ложки томата-пюре, 2 ст. ложки подсолнечного масла, 1-2 ч. ложки сахара, 6–7 горошин черного перца.

Для приготовления капустного фарша капусту измельчить, в том числе и квашеную, потушить с 1 ст. ложкой масла, соединить с поджаренными петрушкой, морковью и луком, добавить перец, сахар и соль по вкусу и снова тушить, чтобы капустный фарш немного подсох.

Вареники с капустой едят с поджаренным луком, поливают маслом, на котором этот лук жарился.

#### *ВАРЕНИКИ С ФАСОЛЬЮ И ГРИБАМИ*

Для начинки: 1 стакан фасоли, 2-3 ст. ложки топленого сала, 2-3 луковицы, 100 г сушеных грибов.

Фасоль отварить, сделать из нее пюре, растереть его с поджаренным в сале мелко нарезанным луком, с тонко нарезанными отваренными грибами, красным перцем и солью (по вкусу).

#### *ВАРЕНИКИ С ВИШНЯМИ*

Для начинки: 1 кг вишни, 200 г сахара.

Освободить вишню от косточек, положить в эмалированную, фарфоровую или стеклянную посуду, засыпать сахаром, дать постоять на солнце 2-3 ч и даже более, чтобы сахар хорошо впитался в мякоть вишен, затем слить сок в отдельную посуду и сухими вишнями начинить вареники.

Косточки залить 0,75 стакана воды и кипятить в эмалированной посуде, причем 5-7 косточек крупно растолочь. Затем отвар процедить, добавить сахар, вновь довести до кипения, охладить, смешать с вишневым соком. Этот сироп подать к готовым вареникам.

#### *ВАРЕНИКИ С ЯБЛОКАМИ*

Для начинки: 1 кг яблок, 0,75 стакана сахара.

Очень спелые, мягкие яблоки, лучше всего папировку, очистить от кожицы, семечек и сердцевины, нарезать соломкой, пересыпать сахаром, размешать, дать постоять 15 мин, после чего начинить ими вареники.

При подаче на стол полить вареники медом.

#### *ВАРЕНИКИ С МАКОМ*

Для начинки: 1,5 стакана мака, 0,5 стакана сахара, 1 ч. ложка засахаренного меда или 2 ч. ложки повидла.

Мак залить кипятком, хорошо промыть, затем вторично залить кипятком и дать постоять 15 мин. Затем воду слить, мак обсушить полотенцем, чтобы в нем не осталось воды (иначе начинка не получится), и растереть его в ступке. Растертый мак смешать с сахаром и медом (или повидлом) и продолжать растирать до образования однородной массы, которой и начинить вареники.

В отличие от других видов вареников вареники с маком немедленно по изготовлении каждого вареника опускают в кипящую воду, иначе тесто расползется.

#### *СЛАДКИЕ МУЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ (УКРАИНСКИЕ НАРОДНЫЕ ЛАКОМСТВА)*

Украинские народные кондитерские изделия, используемые как третьи блюда, весьма незатейливы. Как правило, это сделанные на скорую руку мучные изделия с большим количеством яиц и жиров, т. е. преимущественно состоящие из песочного теста. Для придания сладости их сдабривают уже после изготовления либо сахарной пудрой, либо повидлом, либо подливкой из меда в сочетании с маком или маковым молоком – характерным компонентом украинских лакомств. Широко известны вергуны, а также шулики и коржики. Разрыхлителем в этих изделиях всегда является сода или алкоголь, а не дрожжи.

Самостоятельным третьим блюдом могут служить соложенники – полумучное-полуяичное блюдо, приготовляемое без всякого разрыхлителя.

### *ШУЛИКИ, КОРЖИКИ И ВЕРГУНЫ*

#### *ШУЛИКИ МЕДОВЫЕ С МАКОМ*

2 стакана муки, 4 ст. ложки молока, 1 яйцо, 1 ст. ложка меда, 1 ст. ложка мака, 1 ст. ложка сливочного масла, 0,5 ч. ложки соды.

Для подливки: 3 ст. ложки мака, 0,5 стакана меда, 0,25 стакана кипяченой воды.

Яйца растереть с медом, добавить промытый и запаренный мак (см. «Вареники с маком»), замесить с остальными компонентами крутое тесто, раскатать его в пласт толщиной 2-3 мм, положить на лист, наколоть вилкой и выпечь в духовке. В приготовленное маковое молоко влить мед, непрерывно размешивая, и развести кипяченой водой. Этой подливкой залить мелко наломанные кусочки выпеченного шулика и хорошо перемешать, давая им пропитаться подливкой.

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 ложечке) кипяченую воду.

Приготовленное таким образом маковое молоко смешать с сахаром и водой или с медом и водой.

#### *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 меда, 1 стакан кипяченой 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 медом (см. выше).

#### *КОРЖИКИ БАТУРИНСКИЕ*

3,5 стакана муки (в том числе на подсыпку), 3 крутых желтка, 2 сырых желтка, 1,5 стакана очищенных орехов (лещины, фундука или сладкого миндаля), 0,5 стакана сметаны, 0,5 стакана сахара, 200 г сливочного масла, 2 ст. ложки белого сухого вина.

Крутые желтки растереть с сырыми, добавить сметану, масло, сахар, вино, тщательно растереть в однородную массу. Затем прибавить постепенно муку и тертые орехи небольшими порциями и все тщательно растереть.

Тесто раскатать в пласт толщиной 1 см, стаканом вырезать круглые коржики, положить на смазанный маслом лист, помазать желтком, посыпать сахаром с орехами, наколоть и выпечь в духовке.

#### *ВЕРГУНЫ*

Вергуны – излюбленные украинские кондитерские изделия из бездрожжевого теста, типа хвороста, куда входят мука, масло, яйца, сахар и в качестве обязательной добавки спирт (ром, коньяк, водка) или, в крайнем случае, уксус (иногда уксус сопутствует алкоголю). Как заменитель масла, а чаще как

добавочный компонент к вергунам примешивается очень малое количество молочных продуктов – молока, сметаны или сливок. Тесто для вергунов делают крутое, обычно в следующем порядке: яйца растирают с сахаром, затем добавляют масло (или другие молочные продукты), спиртные или ароматические компоненты, и в эту массу понемногу всыпают муку, замешивая довольно крутое тесто. Воды прибавляют около четверти стакана, максимум полстакана, да и то постепенно.

Тесто раскатывают в пласт толщиной не более 2-3 мм и нарезают полосками шириной 2,5 см и длиной 10-12 см. Эти полоски складывают пополам, переплетают в косицу, а концы слепляют.

Тесто может быть нарезано также полосками произвольной формы.

Затем вергуны погружают в кипящий смалец (свиной жир) и обжаривают, а точнее обваривают в нем за 1-2 мин до золотистого цвета.

Необходимо иметь 1 кг или, по крайней мере, 750 г смальца, который разогревают в низкой и широкой кастрюле, чтобы вергуны плавали в ней свободно.

Когда вергуны обжарятся, их выкладывают на блюдо и посыпают сахарной пудрой. Едят как горячими, так и холодными.

Ниже приведено несколько вариантов состава вергунов, употребляемых в различных районах Украины.

От хвороста, приготовляемого в России, вергуны отличаются гораздо большим содержанием яиц, меньшим содержанием сахара и тем, что жарят их только на смальце.

*Примечание.* Для вергунов волынских тесто надо месить не менее получаса. Тесто для вергунов конотопских после замешивания ставят на 15–20 мин постоять, прикрыв полотенцем. Тесто для троянды не должно быть слишком крутым. Отличие троянды от вергунов – чисто внешнее: из пласта теста вырезают стаканом кружки, накладывают по 3-4 кружка один на другой, надавливают в середине, чтобы слепить их, а края надрезают ножом по радиусу в 4-5 местах.

### *СОЛОЖЕНИКИ*

Соложеники – это сладкие блюда, которые лишь условно можно отнести к мучным. Скорее всего, их можно назвать яичными, поскольку яйца наряду со сливками преобладают над мукой в количественном отношении.

Принцип приготовления соложеников несложен. Яичные желтки, сливки, сахар и масло (если оно входит в рецепт), а также пряности растирают в массу, которую затем смешивают с мукой или ее заменителем в жидкое, льющееся тесто. Для еще большего разжижения к нему в последний момент перед выпечкой добавляют небольшое количество взбитых белков. Из этого теста выпекают на сковороде несколько блинчиков, которые начиняют или переслаивают сладким наполнителем – вареньем, яблоками, маком, а затем обливают взбитыми белками и запекают в духовке. Иногда блинчики отдельно не выпекают, а все компоненты замешивают в однородную массу, которую затем заливают белками и выпекают в духовке.

### *СОЛОЖЕНИК ЯБЛОЧНЫЙ*

1,5 стакана муки, 10 яиц, 1 стакан сливок, 1 стакан масла сливочного, 1 стакан сахара, 500 г яблок, 2 ч. ложки сухой лимонной цедры или цедра с двух лимонов.

1. Выпечь 4 одинаковых блинчика.

2. Яблоки очистить от кожи, нарезать соломкой, обжарить в масле с сахаром и потушить до мягкости.

3. Подготовленными яблоками начинить блины, свернуть их в трубки, положить по две трубки одна на другую на сковороду, залить взбитыми белками и запечь в духовке.

#### *СОЛОЖЕНИК ПОЛТАВСКИЙ*

1,5 стакана муки, 8-10 яиц, 1 стакан сливок, 1 стакан масла сливочного, 1 стакан сахара, 200 г варенья, 300 г яблок, 2-3 ч. ложки цедры.

1. Из приготовленного теста выпечь 4 или 5 одинаковых блинчиков.

2. На блины, чередуя, положить варенье и яблоки, подготовленные по предыдущему рецепту, таким образом сложить блины цилиндром.

3. Залить взбитыми белками, обсыпать сахаром и запечь в духовке (примерно 10 мин).

#### *СОЛОЖЕНИК ВИШНЕВЫЙ*

1,5 стакана тертых сухарей, 2 желтка, 8 яиц, 200 г сливочного масла, 200 г сладкого миндаля, 1 стакан вишен из варенья без сиропа, 1 ч. ложка корицы, 1 ч. ложка цедры.

Все продукты растереть полчаса до образования однородной массы. Миндаль следует предварительно обварить кипятком, снять с него кожицу и растереть очень мелко в ступке. Вишни в массу положить последними. Готовую массу влить в смазанную маслом форму и выпечь в духовке.

#### *СОЛОЖЕНИК МАКОВЫЙ*

1 стакан картофельной муки, 15 желтков, 9 белков, 2 стакана сливок, 1 стакан сахара, 1,5 стакана мака, 10 зерен горького миндаля, 25 г сливочного масла для смазки формы.

1. Мак замочить за сутки или запарить кипятком в закрытой посуде в течение 1 ч. Промыть, отжать, чтобы был сухим, добавить желтки и тщательно растереть.

2. Добавить все другие продукты, выложить в форму, залить белками и запечь в духовке.

#### *СОЛОЖЕНИК СМЕТАННЫЙ*

1/3 стакана муки, 6 яиц, 1,25 стакана сахара, 3 стакана густой сметаны, 25 г масла на смазку формы, 1-0,5 ч. ложки ванильного сахара или ванилин (по вкусу).

Сметану сильно взбить и только потом смешать с другими продуктами. Ванильный сахар положить последним. Выложить в форму и запечь в духовке.

#### *ИЗДЕЛИЯ ИЗ ЗАВАРНОГО ТЕСТА*

Для украинской кухни характерны также изделия из заварного теста, преимущественно бездрожжевого. Приготовление заварного теста требует известной сноровки и навыка. Оно состоит из двух стадий: заварки муки и замешивания теста. Чтобы правильно заварить муку, в посуду наливают точно указанное в рецепте количество воды и кипятят ее вместе с солью, маслом и сахаром. В этот кипяток всыпают всю муку одновременно и быстро размешивают ее обычно в течение 1-2 мин (если в рецепте не оговорено иное время), стараясь, чтобы она не прилипла к краям кастрюли, и не допуская образования комочков в тесте. Заваренную таким образом муку снимают с огня, дают остыть до 70-60°C (не менее) и, непрерывно помешивая, добавляют в несколько приемов яйца (не менее 5-6),

обычно вначале одни желтки, а затем отдельно взбитые белки, если рецептом не предусмотрен иной порядок. Все искусство состоит в том, чтобы тесто не было заварено и замешано слишком круто или слишком жидко.

Крутое тесто плохо подходит, а жидкое – расплзается в печи, «садится».

Приготовленное заварное тесто ложкой или с помощью кондитерского мешка выкладывают, вернее выливают на лист небольшими порциями разной формы, после чего выпекают в духовке или же обжаривают в жире (фритюре).

Состав заварного теста в разных изделиях меняется, но технология приготовления остается той же.

Ниже приводятся рецепты двух наиболее типичных для украинской кухни изделий из заварного теста: бублики и пухкеники.

#### *БУБЛИКИ-СВИСТУНЫ*

4 стакана муки, 12 яиц, 1,5 стакана масла, 2,75 стакана воды, 50-75 г сахарной пудры, щепотка соли.

Из заварного теста сформовать бублики толщиной в полпальца, диаметром 4-5 см и выпечь их на листе в духовке.

После изготовления посыпать бублики сахарной пудрой.

#### *ПУХКЕНИКИ ПРОСТЫЕ*

1,5 стакана муки, 1,5 стакана воды, 1 ст. ложка масла, 0,25 стакана сахара, 6 яиц, 100 г жира, 100 г варенья или повидла, 2 ч. ложки ванильного сахара.

Кусочки заварного теста ложкой опускать в растопленный жир и обжаривать до золотистого цвета.

Готовые пухкеники сразу посыпать ванильным сахаром и обмазать повидлом или вареньем.

Едят пухкеники только горячими.

#### *ПУХКЕНИКИ С ВАРЕНЬЕМ*

1,25 стакана муки, 1 стакан воды, 100 г масла, 1 ст. ложка сахара, 3 яйца, 1,5 стакана варенья.

Муку заварить, вымесить, прокипятить 4 мин и после этого добавить взбитые целиком яйца. После полного охлаждения теста и его загустения сформовать из него круглые пирожки (закрытые) с начинкой из варенья, дать им чуть подойти и обжарить затем в кипящем масле.

#### *СЛАДКИЕ ТРЕТЬИ БЛЮДА (УЗВАРЫ, ЯГОДНЫЕ ХОЛОДЦЫ И ФРУКТОВЫЕ БАБКИ)*

Наиболее распространенным третьим блюдом на Украине являются узвары – род компота из сушеных или свежих фруктов. Узвар значительно гуще, концентрированнее обычных компотов. Для приготовления его используют яблоки, груши, сливу, вишню (как сушеные, так и свежие), изюм, чернослив (только сушеные), чернику, клубнику и малину (только свежие).

Чаще всего узвары готовят только из одного вида фруктов или ягод с добавлением изюма. Таковы, например, узвары яблочный, грушевый, сливовый, вишневый, черничный. Классический набор фруктов и ягод для сборного узвара – сухие яблоки, груши, вишня, чернослив и изюм или же свежие яблоки, груши, слива, вишня и изюм.

Чернику, как правило, готовят отдельно и преимущественно в свежем виде.

Для получения вкусного и ароматного узвара очень важна предварительная подготовка фруктов и ягод. Сухофрукты должны быть самым тщательным образом перебраны и промыты в холодной и теплой воде, свежие – только в холодной. Не менее важно соблюдать правильное соотношение воды, фруктов и сахара. На 1,25 л (6 стаканов) воды берут не менее 500 г свежих фруктов или 300-400 г сухих, от 0,75 до 1 стакана сахара и 1 ст. ложку меда. В старинных узварах мед вообще полностью заменял сахар.

Из пряностей в узвар употребляют гвоздику, корицу и цедру. На указанное количество воды берут 3-4 бутончика гвоздики, 0,5 ч. ложки корицы, 1 ч. ложку цедры, а также 0,5 ч. ложки лимонной кислоты или половинку свежего лимона (сок и цедра), который закладывают в самом конце варки, перед снятием с огня, причем сок выжимают, а с оставшейся кожуры снимают цедру и измельчают. Кроме узваров из свежих ягод (клубники, малины и вишни) готовят еще ягодные холодцы из тех же ягод, а также виноградного или фруктового вина и фруктовые бабки, в которых одно какое-либо фруктовое пюре сочетается с яйцами, мукой, сахаром и пряностями (вся эта масса выпекается в духовке).

#### *УЗВАР ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ*

В нагретой, но еще не кипящей воде распустить сахар, дать ему прокипеть и снять пену, какой бы незначительной она ни была. В очищенный таким образом сироп положить вначале груши, затем через 5 мин – яблоки и еще через 5 мин – 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 мин после начала закладки), добавить мед и пряности, прокипятить еще 5-7 мин, а потом поставить в холодное место настаиваться от 1 до 5 ч.

#### *УЗВАР ИЗ СВЕЖИХ ФРУКТОВ И ЯГОД*

Ягоды пересыпать сахарным песком, дать постоять 15-20 мин. затем залить кипятком и поставить в духовку на 40-50 мин (в закрытой посуде).

#### *ЯГОДНЫЙ ХОЛОДЕЦ*

500 г ягодного пюре, 1 стакан сахара, 1 стакан сухого вина, по 0,5 ч. ложки молотых корицы, гвоздики, цедры, 0,5-1 ч. ложка лимонной кисты или лимонного сока, 1 стакан воды для отваривания сиропа.

Из свежих ягод сделать пюре, протерев их сквозь сито. Оставшуюся неперетертой массу сварить в воде вместе с сахаром, вином и пряностями. Отвар процедить, добавить в него лимонный сок или лимонную кислоту и залить этим сиропом пюре из свежих ягод, обязательно в фарфоровой или эмалированной посуде. Ягодный холодец должен остыть, накрытый полотенцем, а затем настояться на холоде от 3 до 5 ч.

#### *ФРУКТОВЫЕ БАБКИ (ЯБЛОЧНАЯ И ВИШНЕВАЯ)*

Для яблочной бабки: 500 г яблок, 0,5 стакана сметаны, 3 яйца, 4-5 ст. ложки сахара, 2,5 ст. ложки муки, 1 ч. ложка молотой корицы.

Для вишневой бабки: 500 г вишни, 0,5 стакана сметаны, 5 яиц, 6 ст. ложек сахара, 0,75 стакана муки, 1 ч. ложка корицы или бадьяна.

*Порядок приготовления:*

1. Сахар растереть с яичными желтками и сметаной и постепенно прибавлять муку.

2. Приготовить пюре из фруктов или ягод (натереть их на терке или протереть сквозь сито; для яблочной бабки половину яблок трут на терке, другую половину нарезают мелкими кубиками без кожицы) и заправить его молотыми пряностями.

3. Смешать обе массы (пункты 1 и 2), прибавить к этой смеси взбитые белки.

4. Поместить полученную массу в жестяную форму, смазанную маслом и обсыпанную мукой, и выпечь в духовке на небольшом огне примерно в течение 1 ч.

Примечание. Бабки следует готовить не раньше чем за полчаса до еды – в остывшем виде они невкусны.

### *ПРАЗДНИЧНЫЕ НАЦИОНАЛЬНЫЕ КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ*

В украинской кухне очень редко употребляется дрожжевое тесто. Оно применяется в основном для изготовления праздничных кондитерских изделий, сложившихся под сильным влиянием русской кухни, но видоизмененных праздничных кондитерских изделий является украинский папошник, имеющий целый ряд разновидностей. Папошник – это украинский вариант русского кулича. Однако от кулича папошник отличается гораздо большим содержанием жиров (вместо молока – сливки) и – особенно – яиц. Кроме того, обязательным компонентом в рецептуре папошника является заварное тесто.

Папошники надо готовить при температуре воздуха в кухне – выше 23°C.

#### *ПАПОШНИК УКРАИНСКИЙ*

3 стакана муки обварить 3 стаканами кипящих сливок, быстро, тщательно размешать, накрыть и оставить на 10 мин.

Влить в это тесто, растирая его, 0,5 стакана теплого молока, 1 стакан растопленного масла, всыпать 5 стаканов сахарного песка, 6 стаканов взбитых до густоты желтков и, наконец, 200 г дрожжей, разведенных в 2 стаканах теплого молока.

Все это растирать непрерывно до тех пор, пока на тесте не начнут показываться пузырьки.

После этого накрыть и оставить подходить на 2-2,5 ч.

Когда тесто подойдет, добавить 1 чайную ложку кардамона и немного муки, чтобы тесто оставалось жидковатым и его можно было бы выбивать.

Растирать и выбивать в течение 1 ч.

Затем досыпать муки, замесить тесто до нормальной густоты (чтобы оно отставало от рук) и распределить его по формам до половины их.

Когда тесто подойдет в формах до 3/4, поставить в горячую духовку со средним жаром на 1 ч 15 мин.

Дрожжевое тесто употребляется только для приготовления хлебных изделий – паляницы (пышного каравая пшеничного хлеба); пампушек, калинника (белый хлеб, где четверть муки составляют сухие ягоды, растертые в порошок) и знаменитых украинских бубликов из заварного теста.

### **Вопросы для самоконтроля:**

1. Дайте краткую характеристику украинской кухне.

2. Назовите особенности формирования развития украинской кухни.
3. Дайте краткую характеристику основных продуктов, используемых для приготовления блюд.
4. В чем заключаются отличительные особенности приготовления блюд в украинской кухне?
5. Какая блюда украинской кухни считаются рейтинговыми?
6. Что является символом Украинкой кухни?

### **Тема: Белорусская кухня**

1. *Формирование и развитие белорусской кухни*
2. *Характеристика основных продуктов, используемых для приготовления блюд*

#### **1. Формирование и развитие белорусской кухни**

Своеобразие исторических судеб белорусского народа оказало глубокое влияние на формирование и развитие его культуры. Лишенный вплоть до Великой Октябрьской социалистической революции 1917 г. своей национальной государственности, испытавший перекрестное влияние православной, униатской и католической церковей белорусский народ в трудных, сложных и противоречивых условиях вынужден был отстаивать свои национальные особенности и обычаи, в том числе и материальную культуру, к которой относится национальная кухня.

В этих условиях белорусская кухня, с одной стороны, продолжала сохранять близость к кухням окружающих белорусов славянских народов – русских, украинцев, поляков, а с другой стороны, – испытала известное влияние кухонь своих неславянских соседей – литовцев и латышей. Кроме того, кулинарное искусство в восточной и западной частях Белоруссии, долгое время изолированных друг от друга, развивалось неодинаково, подвергалось разному влиянию. Все это мешало закреплению уже сложившихся специфических черт белорусской кухни, тормозило разработку национальных кулинарных приемов и отдельных блюд, свойственных только белорусской кухне.

Особенно сильно препятствовали складыванию единой национальной кухни сословные различия, тесно переплетавшиеся с национальными и религиозными различиями. В то время как крестьянство было белорусским и православным, шляхта – белорусской, но преимущественно униатской, привилегированное дворянство в национальном отношении являлось польским, литовским, а в религиозном – исключительно католическим. Отсюда, естественно, возникала разница не только между кухней сельского, местечкового и городского населения, но и различия между «магнатской», «господской», «панской», «шляхетской» кухнями и кухней простого люда. Кухня господствующих классов в Белоруссии и тянувшейся за ними шляхты в сильнейшей степени складывалась под влиянием великопольской, а отчасти и немецкой кухни, в то время как на кухню мещан, ремесленников и всего местечкового люда оказала влияние корчемная кухня евреев, массовое переселение которых в пределах Белоруссии началось в XVII в.

Крестьянская белорусская кухня вплоть до конца XIX-начала XX вв. стойко сохраняла свои самобытные черты, уходящие корнями в XIII-XIV вв. и порой даже глубже – в древнерусскую кухню кривичей и дреговичей.

Вместе с тем в крестьянской кухне были довольно заметны региональные различия. Так, кухня крестьян Витебщины и Могилевщины отличалась от кухни западных белорусов Гродненского края, а обе они в свою очередь различались от кухни полешуков. или пинчуков – жителей менее затронутого влияниями Полесья.

Замечательно, однако, что, несмотря на все указанные противоречия, белорусская кухня к концу XIX в. все же обрела свою самостоятельность.

Основой современной белорусской кухни стала, таким образом, кухня сельского населения восточных и западных областей, в которую вошли наиболее распространенные и длительно существовавшие на территории Белоруссии блюда городского населения, сложившиеся в основном под влиянием польской кухни, но получившие белорусскую обработку. В результате в белорусской кухне появился свой круг преимущественно используемых, излюбленных продуктов и свои особые приемы приготовления пищи, предварительной и тепловой обработки пищевого сырья. Это привело к подбору таких блюд в белорусской кухне, которые в своей совокупности не встречаются у других народов, соседствующих с белорусами, хотя принципы приготовления отдельных блюд белорусской кухни вовсе не чужды ни русским, ни украинцам, ни полякам, ни литовцам.

Однако сходство используемых тремя этими кухнями пищевых продуктов, а также общий тип очага (русская печь, в которой создавались блюда белорусской кухни) при поверхностном взгляде производили впечатление, что белорусская кухня есть одно из ответвлений общерусской кухни.

Между тем это далеко не так. Возьмем хотя бы продукты, наиболее часто используемые в белорусской кухне. Прежде всего это различные виды «черной муки» – овсяной, ржаной, ячменной, гречневой и гороховой, причем для хлеба в Белоруссии шла ржаная мука, а для всех других мучных изделий – овсяная.

Преимущественное использование овсяной муки в прошлом и незнание дрожжей привели к тому, что белорусской кухне не известны фактически ни блины, ни пироги, – этому препятствовали свойства овсяной муки (а также принятая в Белоруссии ее подготовка и обработка путем самозакисания). Вот почему белорусские «блины», так называемые расчинные, приготовленные из овсяной муки, совершенно не похожи на русские, их делают непосредственно из расчина, т. е. из раствора муки с водой, самопроизвольно закисшего. Пироги же вообще не были свойственны белорусской кухне – ни в какой форме.

Другой особенностью использования муки является весьма частое смешивание различных видов муки, подмес к какому-либо основному виду муки (ржаной, овсяной) – ячменной, гречневой или пшеничной, гороховой.

Конечно, за годы Советской власти в Белоруссии, как и во всей стране, широко распространилось применение пшеничной муки (а вместе с ней пришли и другие, ранее не свойственные белорусской кухне изделия), но там из пшеничной муки стали чаще всего готовить изделия без дрожжей, используя в качестве разрыхлителя соду.

Из овощей наиболее характерны для белорусской кухни капуста, горох, бобы, морковь и, конечно, картофель – последнему принадлежит особое место.

Действительно, для белорусской кухни характерно не только то, что она знает около двух с половиной десятков блюд из картофеля, каждое из которых непохоже на другое, но и то, что эти блюда прочно закрепились в меню, составляют обязательную, неприменную, существенную часть национального стола. Объясняется это историческими причинами – проникновением картофеля в Белоруссию примерно на 75-90 лет раньше, чем в Россию, а также природно-климатическими условиями, облегчавшими выведение и развитие высококрахмалистых, вкусных сортов картофеля. Вот почему иногда чисто белорусские картофельные блюда не получаются такими же вкусными за пределами республики, если для их приготовления используют водянистые, содержащие мало крахмала сорта картофеля.

Природно-географические условия Белоруссии способствовали широкому использованию таких продуктов, как грибы, лесные ягоды и травы (сныть, щавель), яблоки, груши, речная рыба, раки, молоко, творог, сметана. Эти продукты характерны и для русской национальной кухни, однако формы и приемы их использования в белорусской кухне несколько иные.

Например, грибы только отваривают и тушат, а блюд из жареных грибов белорусская кухня не знает (так же, как не знала она маринования и засола грибов до начала XX в.). Вообще грибы не употребляются как совершенно самостоятельное блюдо, а всегда используются в качестве добавки – «закрасы», придающей вкус какому-нибудь основному блюду. Поэтому белорусская кухня использует не только и не столько сами грибы, сколько грибной порошок из сухих грибов, который засыпают и в юшку и во второе тушеное овощное или мясное блюдо. Точно так же не жарят и рыбу, а либо запекают ее целиком с чешуей, либо сушат особым образом, после легкого обжаривания, либо используют в виде фаршей, добавляя в клецки, галки и т.п.

Что касается молочных блюд, то опять-таки чисто молочных блюд в белорусской кухне нет, но зато разнообразные производные молока (творог, сметана, сыворотка, масло) используются как обязательные добавки – «забелки», «закрась» и «вологи» – во многие блюда, в состав которых входят мука, картофель, овощи или грибы.

Лесные ягоды, груши, яблоки не сочетают друг с другом. Блюда из них – кулаги, кисели, квасы, пюре, запеканки – готовят только из одного вида ягод или фруктов.

Употребление и приготовление мяса в белорусской кухне тоже имеют ряд особенностей. Употребление свиного сала, свинины роднит белорусскую кухню с украинской. Однако сало в Белоруссии едят почти исключительно зимой, слабо посоленное, обязательно с кожным слоем. Едят его с картофелем, вприкуску, оно играет как бы роль мяса. А вот в качестве жира для приготовления большинства блюд помимо сала и даже чаще него используют сметану, топленое масло и растительные масла – прежде конопляное, теперь подсолнечное. Свинина в качестве мяса идет в основном на приготовление домашних колбас и вяндлины – слабокопченой ветчины или корейки. Нежирную свинину, а также баранину

запекают крупными кусками (обычно всю заднюю часть) – национальное белорусское блюдо пяхисты. Из домашней птицы предпочитают гуся, также в запеченном виде.

Для старой белорусской кухни характерна также солка мяса и домашней птицы (гусей) – приготовление из них солонины и полотков и употребление субпродуктов, особенно блюд из желудка, вымени в разваренном виде.

Уже этот беглый перечень основного пищевого сырья и его использования позволяет заметить, что излюбленными кулинарными приемами тепловой обработки являются в Белоруссии запекание, отваривание, томление, тушение. К этому следует добавить два как бы диаметрально противоположных приема предварительной обработки продуктов: либо использование крупных, неделимых масс – запекание целой ноги (окорока), целого желудка, целого гуся, целой рыбыны, либо, наоборот, измельчение, дробление, растирание продукта, т. е. превращение его еще до тепловой обработки в рубленую массу, фарш, пюре, порошок – независимо от того мясо это, овощи или грибы. Первый прием идет от древнейших времен, второй – характерен для более позднего времени, заимствован из польской кухни, но именно он получил наибольшее развитие.

Использование фаршеобразных и пюреобразных масс из одного какого-либо продукта (мяса, рыбы, картофеля) и особенно из сочетаний основного продукта с небольшими примесями некоторых других, дало в белорусской кухне большинство картофельных блюд (драники, цыбрики, гульбишники и т. п.), многие мясные (фляки, моканина, вантробки, колбасы), а также целый ряд комбинированных (клецки, галки, зразы), получивших распространение и за пределами Белоруссии.

Наряду с измельчением в белорусской кухне принято также разваривание кушаний, для чего применяют продолжительную варку, длительное распаривание и томление продуктов, которые в конце концов должны образовать густое кашицеобразное блюдо. Известен даже способ искусственного достижения густоты блюда, когда в него добавляли муку, крахмал – так называемые заколоты.

Разваренность, бесформенность блюда признавались идеалом в старинной белорусской кухне, она обуславливала одновременную закладку всех составных частей блюда в посуду (горшок, чугунок) и заливку их водой почти доверху посуды. При этом сплывы жидкости предотвращались тем, что тепло, используемое для подогрева, постепенно убавлялось, а не увеличивалось и таким образом блюдо уваривалось очень медленно, постепенно, иногда в течение целых суток. Поскольку подобный тепловой режим можно получить только в русской печи, современная белорусская кухня, использующая новые источники нагрева – с возрастающей, а не падающей температурой, – отказалась от некоторых традиционных в прошлом блюд, в частности от загущенных супов с заколотой. Отпала в них необходимость и потому, что теперь имеется возможность готовить одновременно первые и вторые блюда, не прибегая к искусственному загущению супов тяжелыми мучными наполнителями. Вот почему мы не даем устаревших супов с заколотою. Но упомянуть о них все же необходимо, ибо сложившаяся в прошлом в белорусской кухне традиция готовить одно общее блюдо, обладающее качествами и второго и первого одновременно, наложила отпечаток на многие кулинарные приемы и кулинарную терминологию белорусов, сохранившиеся до сегодняшнего дня. В

частности, прочно закрепилось разделение продуктов на группы в зависимости от роли, которую они играют в блюдах. Это приварки, закрасы, заколота, волога и присмаки.

Приварки – это основные продукты, составлявшие основу блюда по количеству, по своей решающей роли в нем и часто дававшие имя всему блюду. Их роль обычно выполняли такие овощи, как капуста, брюква, морковь (каждая всегда в одиночку), та или иная крупа (пшенная, перловая, гречневая).

Закрасы – продукты, украшавшие блюдо, придававшие ему основной вкус и питательность. К ним относилось мясо (свинина или баранина) или вяндлина (комбинация ветчины, колбасы, корейки и сала), а также рыба, грибы. Закрасы также выступали каждая в отдельности в данном блюде.

Заколота – продукт, служивший для загущения блюда. Обычно это была та или иная мука в зависимости от характера блюда или комбинации разных видов муки, либо, наконец, картофель, крахмал. Муку прибавляли только к жидким блюдам – супам, а картофель – ко вторым, более плотным, особенно жирным, как поглотитель жира.

Волога – жиры в жидком виде, роль которых состояла не только в том, чтобы увеличить калорийность блюда, но и сделать его менее сухим. Роль вологи могло выполнять молоко (свежее и скисшее), но чаще всего это была сметана, топленое сливочное масло, топленое нутряное сало, конопляное и льняное масло, заменяемое ныне подсолнечным.

Присмаки – продукты, незначительная добавка которых придает аромат, оттеняет вкус блюда, делает его более привлекательным и своеобразным. В число употребляемых в Белоруссии присмаков входят следующие пряности: лук, чеснок, укроп, тмин, черный перец, лавровый лист, семена кориандра.

Из этих пяти групп продуктов, исключая разве в некоторых случаях заколоту, состоят и по сей день основные первые и большинство вторых блюд белорусской кухни.

Традиционную для белорусской кухни полужидкую-полугустую консистенцию имеют не только овощные по преимуществу блюда, но и те, что считаются преимущественно мясными, например бигос, и особенно популярные до сих пор многочисленные виды мыканин (моканин, или мочанок), а также такие полусладкие блюда, как солодуха и кулаги, представляющие собой смесь муки и сладкого (ягод, меда).

Следует особо подчеркнуть, что главное в традиционных национальных белорусских блюдах – не особый состав продуктов, а сам процесс обработки этих продуктов, использование какого-нибудь очень простого, заурядного и притом одного единственного продукта, например овса, ржаной муки, картофеля, подвергнутого довольно сложной, всегда длительной и часто комбинированной холодной и тепловой обработке. Классическим примером этого может служить овсяный кисель – блюдо, получаемое из одного компонента, овсяного зерна, но в результате более десятка операций в течение трех суток. Другой пример, когда из одного и того же сырья – картофеля в результате различного дозирования жидкости (добавления ее или, наоборот, отцеживания), прибавления жиров и кое-каких присмаков получается более двух десятков различных по вкусу и технологии блюд.

Длительная и сложная обработка, которой подвергали в народной кухне зерно или отруби (в том числе закисание, соложение, ферментация), вызывала такие биохимические процессы в этих простых продуктах, которые в несколько раз усложняли их состав, повышая тем самым и пищевую ценность блюда и его усвояемость.

Что касается чисто вкусовых качеств блюд белорусской кухни, то они весьма высоки, особенно если их употребляют свежеприготовленными (например, блюда, содержащие картофель и муку), горячими – «с пылу с жару», а не остывшими и тем более разогретыми.

## **2. Характеристика основных продуктов, используемых для приготовления блюд**

### *ПЕРВЫЕ БЛЮДА*

Как и в других славянских кухнях, в белорусской супы представлены несколькими видами: холодные и горячие.

Горячие супы – большей частью мучные, овощные, овоще-крупяные с использованием кислой основы (кваса или сыворотки), свинины и сала.

При этом преобладают загущенные супы. К ним относятся, в частности, весьма распространенный суп-"капуста" – среднее между русскими щами и украинским борщом. В его состав, кроме капусты, входят свекла (включая молодую ботву), репа, щавель, сныть.

В качестве кислой основы в «капусте» часто используется молочная сыворотка.

С помощью сыворотки готовят и смешанный крупяно-овощной жидкий суп – поливку.

Другие виды загущенных супов – несколько разновидностей крупени (или крупника), грыжанка, гарбузок и морква (три последние соответственно на основе брюквы, тыквы и моркови).

На мучной основе готовят специфический белорусский суп жур, в котором основу составляет овсяная цежа, придающая журу характерную консистенцию жидкого киселя и особый кисловатый привкус.

Холодные супы – хладник и грибной квас – готовят на кислой основе.

### *ХОЛОДНЫЕ СУПЫ*

#### *ХОЛОДНИК (ХЛАДНИК)*

500 г молодой свеклы с ботвой, около 1,5 л свекольного 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 ч. ложки красного перца, 5-6 зерен кориандра.

Свеклу очистить и отварить так, чтобы осталось не менее 2 стаканов свекольного отвара.

Отвар слить в отдельную посуду. Свеклу с ботвой мелко нарезать.

Приготовить жидкую часть хладника: свекольный квас вскипятить, охладить и смешать со свекольным отваром, в котором предварительно развести сметану, и поставить в холодное место.

Приготовить густую часть: к отваренной свекле добавить мелко нарезанные лук и укроп, перетертые с солью, огурец, нарезанный соломкой, сельдерей, черный перец, растертый кориандр.

Соединить густую и жидкую части, размешать.

В тарелки с хладником положить по крутому яйцу, порезанному на четвертушки.

Хорошо добавить еще пищевой лед и ломтик лимона.

### *ГРИБНОЙ КВАС*

Грибной квас – суп, употребляемый в основном в холодном, но также и в горячем виде (зимой). Готовят его на основе хлебного кислого кваса с добавлением четвертой части воды.

1,5 л кваса, 7-8 белых сухих грибов, 2-3 луковицы, 1 корень петрушки, 2-3 ст. ложки укропа, 1 ст. ложка петрушки, 0,5 ч. ложки кориандра, 2-3 лавровых листа, 1 небольшой корень сельдерея с зеленью, 5-6 горошин черного, перца.

Грибы размочить в течение получаса в воде комнатной температуры в глиняной или эмалированной посуде, затем измельчить, добавить туда квас, нарезать лук, петрушку, сельдерей, закрыть и поставить на слабый огонь на 1 ч.

Затем добавить остальные пряности, дать постоять 15-20 мин на горячей плите или в духовке на слабом огне, после чего заправить разогретой сметаной, перемешать и дать остыть под крышкой.

### *ГОРЯЧИЕ СУПЫ*

#### *ЖУР*

Жур – специфический вид супа. Чтобы приготовить любой из вариантов жура (постный, молочный или мясной), необходимо прежде всего приготовить основу – овсяную цежу, т. е. жидкий процеженный раствор овсяной муки.

Цежу используют как полуфабрикат для приготовления жура.

Примерно из 1 л воды получается около 0,5 л цежи.

Готовый жур всегда подают только горячим вместе с отварным картофелем, сдобренным в зависимости от вида жура разной вологой, т. е. соответствующим видом жиров – конопляным соком (молоком), сливочным маслом или свиным топленым нутряным салом (здором).

Для приготовления овсяной цежи:

150-200 г овсяных высевок или овсяной муки (можно использовать также подсушенный, протолченный в ступке и просеянный «Геркулес»), 1 л теплой кипяченой воды.

Муку или высевки развести водой в керамической посуде, перемешать и поставить на 8-12 ч (с вечера на ночь) в очень теплое место. (Иногда для этого требуется более длительное время.)

Когда вода приобретет кисловатый вкус и приятный запах, надо процедить раствор через очень мелкое сито, чтобы крупные нерастворившиеся части овсяных высевок и наиболее плотная часть мучной гущи остались на дне сосуда.

#### *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 соли.

Воду вскипятить с мелко нарезанной луковицей, тмином и солью.

Влить цежу, быстро размешать и еще раз довести до кипения.

В горячий, слегка загустевший жур влить конопляное масло, хорошо размешать. Подавать с отварным картофелем, облитым конопляным молоком.

#### *ЖУР МОЛОЧНЫЙ*

0,75 л цежи, 0,5 л кипяченого молока (теплого) или 1 стакан сливок, 0,25 л воды, 0,5 стакана сметаны, 1 ч. ложка тмина, 1 ст. ложка зелени укропа, 1,5 ч. ложки соли.

В кипящую воду с тмином влить цежу, прокипятить, посыпать укропом, посолить. Сметану взбить с молоком и влить эту смесь в жур, размешать. Подавать с отварным картофелем, политым топленым сливочным маслом. Жур на молоке можно готовить также из незакисшей, молодой цежи. Когда туда достаточно влить лишь половину нормы молока. Такой жур едят с клецками из гречневой муки.

#### *ЖУР С ВЯНДЛИНОЙ*

0,5 л цежи, 1 л воды, 200 г вяндлины (по 50 г ветчины, свиной колбасы, копченой корейки, грудинки или сала), 1 луковица, 2 репы или брюквы, 2 моркови, 0,5 корня петрушки, 4 зубчика чеснока, 1 ст. ложка укропа.

В воде сварить вяндлину, нарезанную мелкими кусочками, с луком (мелко нарезанным), репой и морковью (целиком или крупными кусками). Когда овощи сварятся, бульон слить (или вынуть вяндлину и овощи) и прокипятить с цежей, посолить, заправить мелко нарубленным, перетертым с солью чесноком и укропом, заложить вновь вяндлину. Отварные овощи подать отдельно с отварным картофелем, политым разогретым салом.

#### *ГРЫЖАНКА*

1,5 л воды, 2-3 брюквы, 2 крупные картофелины (или 3/4 стакана готового пюре), 1 морковь, 1-2 луковицы, 50 г сала, 100 г вяндлины, 0,5 ч. ложки кориандра, 1 ст. ложка укропа.

В кипящую подсоленную воду засыпать мелко нарезанный лук и другие овощи, нарезанные кубиками, слегка обжаренные кусочки вяндлины и поставить в духовку на 30-45 мин.

#### *ГАРБУЗОК*

1 небольшая молодая тыква, 2 луковицы, 1,25 л воды, 0,5 л сыворотки, 150 г вяндлины (или свинины), 50 г сала, 0,5 стакана сметаны, 1 петрушка, 3 ст. ложки укропа, 0,5 ст. ложки кориандра.

В воде отварить вяндлину, когда закипит, посолить и добавить часть лука. Тыкву нарезать мелкими кубиками, засыпать в бульон, варить на медленном огне до готовности тыквы, заправить салом, пережаренным слегка с луком, залить сыворотку, дать вскипеть, добавить пряности, залить сметаной. Дать постоять под крышкой 10 мин.

#### *ПОЛИВКА*

3 крупные картофелины, 1 морковь, 2 луковицы, 1 корень петрушки, 3-4 ст. ложки гречневой крупы, 0,5 ст. ложки укропа, 50 г сала топленого, 1 л кваса, 1-1,5 стакана сыворотки, 1-0,75 л воды.

В воде отварить овощи, затем влить квас и сыворотку, добавить крупу, сало, пряности, соль и вновь довести до кипения или поставить упревать в духовку на 20-30 мин.

### *КРУПЕНЯ ВЯНДЛИЧНАЯ*

0,5 стакана крупы ячневой, 100 г колбасы, 200 г свинины, 50 г сала, 2 моркови, 1 репа, 3-4 крупные картофелины, 2,5 л воды, 2 лавровых листа, 1 ст. ложка зелени сельдерея, 1 ст. ложка укропа, 1/4 ч. ложки красного перца, 3-5 зубчиков чеснока.

Вяндлину слегка обжарить на сале с луком, затем отварить вместе с крупой в воде. Когда закипит, добавить овощи, нарезанные кубиками, и довести их до готовности на медленном огне или в духовке (около 30 мин). За 5-6 мин до готовности засыпать пряности, посолить.

### *КРУПЕНЯ ГРИБНАЯ*

6-8 белых сухих грибов, 2 луковицы, 3-4 картофелины, 0,5 моркови, 1 корень петрушки, 0,5 стакана гречневой крупы, 1 ст. ложка зелени укропа, 50 г топленого сала (или масла), 2,5 л воды.

Белые сухие грибы отварить в воде, вынуть, нарезать соломкой. В грибной отвар положить картофель, крупу, овощи, нарезанные соломкой и слегка обжаренные с луком и с грибами на сале, и варить на медленном огне до полуготовности, посолить, затем поставить в духовку на 10-15 мин.

Эту крупеню делают беленой, т. е. добавляют к ней 1 стакан топленого молока или 0,5 стакана сметаны после ее полной готовности или перед тем, как поставить в духовку

### *ВТОРЫЕ БЛЮДА*

#### *БЛЮДА ИЗ МЯСА И ПТИЦЫ*

Немалое место в пище белорусов занимают мясные блюда, особенно свинина, свиное сало, а после него – баранина и только на третьем месте – говядина. Народная поговорка гласит: «Як няма рыбы смачней лининки, дак няма мяса добрей свининки». Просоленное свиное мясо – самостоятельное блюдо в белорусской кухне. Сало же любят слегка прикопченное, со шкуркой. Едят его преимущественно зимой, замерзшее, холодное – режут тонкими ломтиками, закусывая луковицей или чесноком. Шкварки употребляют реже в противоположность украинцам. Распространена также полукопченая домашняя колбаса, в том числе и кровяная. Ее делают только из крови кабана. Широко используются внутренности (ливер, или вантробки). Праздничным мясным блюдом является пяхисто, изготовляемое из крупных кусков мяса лучших частей. Праздничные блюда готовят также из домашней птицы, главным образом из гусей. Мясо среднего качества используют небольшими кусочками в мясо-овощных и мясо-грибных блюдах.

#### *ВАНТРОБЯНКА*

Вантробки свиные (печень, сердце, легкие, обрезки с головы, почки), 1 свиной желудок, 250-300 г свежего свиного сала, 4 луковицы, 2 головки чеснока, 1 ч. ложка черного перца горошком, 3 ч. ложки кориандра, 1 ч. ложка майорана.

Вантробки целиком отварить в одном котле до полуготовности в течение 1-1,5 ч., затем нарезать мелкими кубиками по 1 см. Так же нарезать сало, мелко нарубить лук, чеснок, крупно смолоть пряности, все перемешать в однородную массу, посолить и набить ею тщательно очищенный свиной желудок до отказа, после чего положить на противень и запечь в печи в «вольном духу» (противень смазать предварительно салом). Запеченный желудок положить под пресс (между

двумя досками, на верхнюю кладут камень) на 1,5 суток, после чего вантробянка готова.

### *ЮЦ (СТРАВНИК) С НАЧИНКОЙ*

1 желудок (овечий, телячий, свиной), 250 г мясо (мясо того же животного, что и желудок), 100 г сала свиного, 1-1,5 стакана гречневой крупы, 3 луковицы.

Желудок вычистить, обмыть.

Сварить крутую кашу. Мясо и сало нарезать кусочками (1 см<sup>3</sup>), обжарить до золотистой корочки на сковороде в течение 10-12 мин и перемешать с кашей и рубленным луком.

Туго набить желудок приготовленной начинкой, зашить и запечь на противне, смазанном салом, в духовке с двух сторон – по 20-30 мин с каждой.

В середине запекания проткнуть иглой, чтобы выпустить лишний пар.

### *ПЯЧИСТО*

Пячисто – это крупные куски мяса, чаще всего окорок, поясничная часть крупного животного, а иногда и целые тушки мелких животных и птицы, приготовленные целиком.

Пячисто готовят из говядины, кабаньего мяса, молочного поросенка, телячьей задней части, из целого зайца, гуся, индейки.

Пячисто может быть тушеное (в закрытой посуде), смаженое, или жареное (на открытой сковороде или листе), а также отварное (вынутое из супа и помещенное на некоторое время в жаркую печь).

Для пячисто берут такое мясо, которое после забоя отвисает не менее недели, и его после этого не моют. а прямо кладут на глубокую сковороду (латку), присаливают, посыпают пряностями (майораном, кориандром, луком, перцем, чесноком), поливают затем несколькими ложками кипятка и ставят с закрытой крышкой в жаркую печь или духовку.

Вокруг пячисто пустоты на латке обычно засыпают картофелем. Этот способ приготовления – тушение – излюбленный в белорусской кухне.

### *ЗАЯЦ СМАЖЕНЫЙ*

1 заячья тушка, 100 г свиного сала, 4 луковицы, 2 корня петрушки, 3-4 ст. ложки укропа, 8 ягод можжевельника, 0,5-0,7 стакана воды.

Тушку зайца вымочить в холодной воде в течение 1,5 суток, меняя воду как можно чаще. Затем положить в глубокую посуду типа утятницы, добавить сала (или нашпиговать им зайцев), овощи, пряности, воду и поставить в духовку на 2-2,5 ч.

### *ГУСЬ СМАЖЕНЫЙ*

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

Гуся выпотрошить, опалить, обмыть, обсушить, натереть изнутри смесью соли, чеснока и

можжевеловых ягод, начинать туго антоновскими яблоками, лучше всего несомсем спелыми, разрезанными на четвертушки, зашить и поставить на противне или в латке в нагретую духовку.

Поливать стекающим жиром в течение 2-5 ч.

### *ГУСИНАЯ ШЕЙКА*

2 гусиные шейки

Снять кожу с каждой шейки, не повредив ее, так, чтобы она представляла собой трубу, зашить каждую с одного конца и набить одну шейку свиными шкварками с луком и гречневой кашей, а другую – рублеными гусиными потрохами с луком, черным перцем, сельдереем и тоже гречневой кашей, после чего зашить. Зашитые шейки положить в гусятницу или глубокую сковороду и тушить в духовке, добавив немного соли и воды.

#### *ТУШАНКА СВИНАЯ (ИЛИ БАРАНЬЯ)*

0,5-1 кг свинины, 1,5 кг картофеля, 3 луковицы, 1 морковь, 1 корень сельдерея, 1 корень петрушки, 3 лавровых листа, 2-3 стакана воды, 1 головка чеснока, 8 горошин черного перца.

Свинину разрезать на четыре куса, обжарить на сковороде до золотистой корочки, положить в кастрюлю, засыпать корнем сельдерея, петрушки и моркови, нарезанными соломкой, и пряностями (кроме чеснока), залить водой и поставить на средний огонь. Когда вода почти выкипит, засыпать картофель, мелко нарезанный чеснок и тушить на слабом огне до полной готовности.

#### *ТУШАНКА МЯСО-ГРИБНАЯ*

500-750 г мяса, 0,5-1 кг свежих очищенных грибов, 3 луковицы, 1 корень сельдерея, 1 корень петрушки, 3 лавровых листа, 10 горошин черного перца, 1 головка чеснока, 1 стакан кипятка.

Мясо нарезать кусочками, как для гуляша. Грибы измельчить. Засыпать мясо грибами, пряностями, залить кипятком, посолить и поставить в духовку в закрытой глиняной посуде на 1-1,5 ч.

#### *БИГОС*

500 г свинины постной (или говядины), 150 г ветчины, 3 ст. ложки нутряного сала, 750 г капусты, 4 луковицы, 2 помидора, 3-4 яблока антоновских, 10 горошин черного перца, 3 лавровых листа, 1 головка чеснока.

Мясо нарезать на 4-6 кусков, положить в кастрюлю с разогретым кипящим салом, обжарить со всех сторон, засыпать сверху перцем, рублеными луком и чесноком, лавровым листом и сверху заложить капустой, нарезанной соломкой, луком и рубленой ветчиной, затем луком и помидорами, яблоками, затем вновь капустой и еще раз посыпать остатками пряностей, посолить и поставить тушить в духовке на 1 ч или на плите на медленном огне 1,5 ч. Если к концу тушения на плите жидкость в бигосе начнет сильно выкипать, долить немного кипятка и довести тушение до конца.

#### *МОКАНКА ВЯНДЛИЧНАЯ, ИЛИ ПРИЖАННА*

Моканку вяндличную готовят обычно из разнообразных мясных изделий – копченых, полукопченых, соленых: из свиного сала, бекона, ветчины, корейки, копченой грудинки, свиной полукопченой колбасы и т. п., как правило, на моканку идут обрезки этих продуктов, оставшиеся после приготовления других блюд, и особенно обрезки с костей, которые нельзя использовать иначе. Поэтому даже тогда, когда используют целые продукты, мясо в моканку нарезают очень мелко – маленькими кусочками, мелкими кубиками или тонкой соломкой. Остальные компоненты моканки – топленое нутряное сало, мука и вода. А из присмаков, т. е. сдабривающих добавок, – лук, грибы, укроп, реже перец и майоран. Если моканку готовят как самостоятельное блюдо, то допускается введение в нее заколоты –

картофеля, капусты, репы. В этом случае овощи сначала отваривают припусканием, а затем в мелко нарезанном виде вводят в горячую моканку.

Заколоту можно подавать к моканке совершенно отдельно. В этом случае овощи могут быть печеными, а не только вареными и подают их целыми или крупными кусками, политыми иногда топленным салом или маслом.

Пропорции вяндличной моканки довольно разнообразны, произвольны, и это иногда приводит к нарушению правильного соотношения продуктов и к искажению вкуса блюда, особенно, если злоупотребляют салом и мукой или водой. Наиболее правильной пропорцией вяндличной моканки будет следующая:

100 г ветчины, 100 г свиной колбасы, 100 г копченой грудинки, 100 г корейки, 50 г топленого свиного сала (нутряного), 50 г бекона или соленого свиного сала, 1,5-2 стакана воды, 3 ст. ложки ржаной муки (или в крайнем случае пшеничной), 2 луковицы, 2 ст. ложки отваренных рубленых сухих грибов или 1 ст. ложка порошка сухих грибов, 6 раздавленных горошин черного перца, 0,5 ч. ложки майорана, 1 ст. ложка мелко нарезанного укропа или 1 ч. ложка сухого укропа.

В глиняный горшок крошить вяндлину и сало мелкими кубиками, положить топленое сало, мелко нарезанный лук и, плотно закрыв, поставить на 15 мин в духовку на слабый огонь. Затем вынуть, засыпать грибы, пряности, залить теплой водой, в которой предварительно разведена мука, хорошо размешать содержимое горшка и вновь поставить в духовку со средним жаром на 20-25 мин. После этого вынуть, перелить в кастрюлю и, все время помешивая, доварить на плите на слабом огне еще несколько минут, добиваясь, чтобы подливка моканки имела консистенцию жидкого киселя, в противном случае добавить немного муки и продолжать варить еще 3-4 мин.

Наиболее простой вид моканки – моканка шкварочная, представляющая собой топленое сало со шкварками, заправленное мукой и разведенное водой с луком и перцем.

### *РЫБНЫЕ БЛЮДА*

Хотя рыбу в Белоруссии едят довольно часто, рыбные блюда национальной кухни не отличаются разнообразием. Они чрезвычайно просты. Помимо юшки, т. е. по своему составу обычной ухи с картофелем, рыбу отваривают (припускают), запекают целиком, сушат (в Полесье) без особых приемов и приправ. Оригинальным рыбным блюдом можно считать рыбные галки – вид клецок, величиной с грецкий орех.

### *РЫБНЫЕ ГАЛКИ*

500 г мелкой рыбы, 3 ст. ложки муки пшеничной, 2 яйца, 1 ч. ложка черного перца, 1 ст. ложка укропа, 1 ст. ложка зелени петрушки, 1-2 луковицы, 1,5 ч. ложки соли, 1 ч. ложка сливочного масла.

Освободить рыбу от костей, мелко насечь (но не пропускать через мясорубку), размять.

Мелко нарезанный лук, укроп, перец, соль растереть в ступке, соединить с приготовленным рыбным пюре.

Муку развести осторожно в молоке до получения эластичной массы, влить взбитое яйцо, перемешать, соединить с рыбным фаршем, перетереть и взбить в

однородную массу. Подготовить рыбный отвар из голов, плавников и костей, подсолить и отварить в нем галки на слабом огне.

Затем вынуть их и подать вместе с ухой или отдельно с маслом и картофелем.

### *РЫБА ПЕЧЕНАЯ*

Речную рыбу, обычно леща или линя, не потроша и не очищая от чешуи, посолить с обеих сторон крупной солью, положить на противень и запечь в духовке с обеих сторон по 15–20 мин.

### *РЫБА ОТВАРНАЯ*

Национальный набор для этого блюда – линь, ерш, щука и красноперка, которых берут приблизительно поровну.

Рыбу очистить, нарезать на крупные куски, залить небольшим количеством воды, чтобы только покрыть рыбу, засыпать укропом, петрушкой, лавровым листом и припустить на слабом огне.

### *КАРТОФЕЛЬНЫЕ БЛЮДА*

Особенностью картофельных блюд белорусской кухни является, во-первых, преимущественное использование в них тертого, а не целого картофеля, во-вторых, несколько способов приготовления тертой картофельной массы и, в третьих, применение обязательно комбинированной тепловой обработки. Целый картофель употребляют лишь в двух видах – отваренный в мундире (по-белорусски он называется солоники, так как его едят густо посыпая солью) и тушеный.

Блюда из тушеного картофеля называются тушанкой или смажениками. Смаженики вкуснее и нежнее, потому что готовят их, как правило, только из молодого картофеля. На востоке Белоруссии, в Витебской области, это различие не соблюдается – там все блюда из тушеного картофеля называются тушанкой.

Основное внимание тех, кто впервые знакомится с белорусской кухней, следует обратить на различные виды картофельной массы, свойственные белорусской кулинарии, из которых получают большинство картофельных блюд. Различают таркованную, клинкованную и варено-толченую картофельные массы и их комбинации с мукой, дрожжевым тестом, друг с другом и с содой.

Таркованная масса – это сырой картофель натертый на терке и не отжатый после этого, а используемый в дальнейшем приготовлении вместе с выделившимся соком.

Клинкованная масса – тертый сырой, картофель, тщательно, полностью отцеженный в клинке, т. е. в мешочке конусовидной формы из тонкого холста (полотна) или из тройного слоя марли. Клинковый мешочек рассчитан на 2-2,5 кг массы.

Варено-толченая масса – обычное пюре из отварного картофеля.

Таркованную массу чаще всего применяют в комбинации с варено-толченой или же с мукой, а также с дрожжевым тестом; к клинкованной массе, наоборот, чаще добавляют соду и небольшое количество муки.

Тепловая обработка масс включает обычно две, а иногда и три стадии – сначала легкое (первичное) отваривание или обжаривание, а иногда и то и другое, затем тушение или томление уже отваренных (или обжаренных) изделий. В результате простые и в сущности совершенно одинаковые по исходному сырью

картофельные блюда приобретают различный вкус, иногда совершенно заставляющий забыть их «картофельное происхождение».

Ниже приводятся рецепты нескольких блюд из целого (не тертого) картофеля, а также пять типов блюд из тертого картофеля.

#### *БЛЮДА ИЗ ЦЕЛОГО КАРТОФЕЛЯ*

##### *ТУШАНКА ПРОСТАЯ*

1 кг картофеля, 50 г сала, 1 ст. ложка зелени петрушки, 1 ст. ложка зелени укропа, 1 луковица, 0,5 стакана воды.

Сырой картофель порезать на бруски или крупные кубики и на противне или широкой сковороде, смазанной салом, как можно быстрее (на сильном огне) и равномерно со всех сторон (часто переворачивая) обжарить до золотистой корочки. Как только корочка образуется, еще полусырой картофель сложить в глиняный горшок или кастрюлю, засыпать мелко нарезанной зеленью, луком и остатками сала, посолить, долить кипятка, закрыть крышкой и поставить в духовку примерно на 15 мин. Готовую тушанку едят с огурцами (свежими и солеными), квашеной капустой.

##### *ТУШАНКА ГРИБНАЯ*

1 кг картофеля, 150-200 г растопленного сала, 1 ст. ложка порошка сухих грибов или 1 стакан мелко нарезанных свежих грибов (если используют сухие грибы, то подливают 0,5 стакана воды), 1 крупная луковица, 1 ст. ложка зелени сельдерея или петрушки, 1 ст. ложка укропа, 6 горошин черного перца.

Сырой картофель нарезать дольками, положить в глиняную посуду, засыпать пряностями и грибами, залить салом, перемешать, закрыть плотно крышкой и поставить в умеренно нагретую духовку на 40-60 мин.

#### *БЛЮДА ИЗ ТАРКОВАННОЙ МАССЫ*

##### *ТАРКОВАНКА*

1 кг таркованной массы, 100-150 г свиного сала, 2-3 луковицы, 0,5-0,75 стакана сухих фруктов (яблок, груш, вишен), 50 г сливочного масла, 2 стакана молока, 6-7 горошин черного перца или 1 щепотка красного, 1 ст. ложка укропа и петрушки.

Из крупного картофеля приготовить таркованную массу, добавить в нее соль, перец, слегка обжаренные мелкие кусочки сала (но не шкварки) и мелко нарезанный и обжаренный на этом сале лук, а также промытые в горячей воде сухофрукты. Все сложить в казанок или кастрюлю с толстым дном и поставить в духовку. Через 15-20 мин вынуть, перемешать и вновь поставить, повторяя затем перемешивание через меньшие промежутки времени еще 2-3 раза, чтобы таркованка не подгорела.

Едят готовую таркованку со сливочным маслом и молоком.

##### *ДРАНИКИ (ДЕРУНЫ)*

1,25 кг картофеля, 0,5 стакана муки (ржаной или пшеничной), 1-2 яйца, 1 ст. ложка ржаных отрубей или сухарей, 3 ст. ложки подсолнечного масла, 0,5 стакана сметаны.

Приготовить таркованную массу, перемешать ее с мукой, яйцами, разделить на оладьи и, обваляв в отрубях, муке или сухарях, обжарить с обеих сторон. Готовые draniki сложить в нагретую посуду со сметаной и поставить в духовку на 10 мин.

##### *ТАРКОВАННЫЕ БЛИНЫ*

1,25 кг картофеля, 1/3 стакана ржаной муки (или гречневой), 3-4 ст. ложки подсолнечного масла или 100 г топленого сала, молоко, сметана, менее 0,5 ч. ложки соды.

Приготовленную из картофеля таркованную массу перемешать с мукой, содой, солью, дать постоять 10 мин, взбить и на разогретой, смазанной маслом сковороде выпечь блины, сложить в кастрюлю с растопленным салом и сметаной и поместить на 5-7 мин в духовку.

#### *КАПЫТКА*

1 кг картофеля, 1-0,75 стакана муки (пшеничной или ржаной), 50-100 г сала, 1-0,5 ч. ложки соды.

Приготовленную из картофеля таркованную массу перемешать с мукой, содой, солью так, чтобы получилось крутое тесто (муки можно добавить), которое тонко раскатать, нарезать прямоугольниками размером 4 х 5 см и выпечь на сковороде, густо смазанной салом. Затем испеченное тесто 2-3 мин выдержать в подсоленном кипятке, после чего откинуть и есть с растопленным салом, маслом, сметаной или молоком.

#### *БЛЮДА ИЗ КЛИНКОВАННОЙ МАССЫ*

##### *ГАЛКИ БУЛЬОННЫЕ*

1-1,5 кг картофеля, 0,75-1 стакан пшеничной муки (можно подмешать ржаной или гречневой), 100 г сала или 100 г мясного фарша, или 100-200 г творога, или 2-3 луковицы, по 1 ст. ложке укропа и петрушки, 6-7 горошин черного перца, 50 г масла или топленого сала.

Из клинкованной массы (см. с. 90), муки и соли сделать крутое тесто, сформовать из него шарики величиной со сливу, каждый из них размять руками в плоский кружок, внутрь которого положить какую-либо начинку – мясной фарш, творог, сало или жареный лук, вновь закатать шарики и отварить их в подсоленном кипятке в течение 3-4 мин, а затем поджарить на сковороде – на масле или сале. Поджаренные галки сложить в кастрюлю или горшок, облить маслом, салом или сметаной в зависимости от характера начинки и продержать в духовке 7-10 мин.

Из такого же теста можно делать и вареники (они распространены в прилегающих к Украине областях Белоруссии). Вареники также обжаривают после краткого отваривания, они являются по технологии лишь вариантом галок. Распространенные начинки: творог, капуста, лук, морковь, мясной фарш, сало, сухие и сырые яблоки, груши, вишни.

##### *ЦЫБРИКИ*

1 кг картофеля, 2-3 ст. ложки муки, 2-3 ст. ложки растительного масла или 50 г топленого сала.

Сделать клинкованную массу, скатать из нее шарики величиной с вишню, хорошо обвалять их в муке и обжарить на сковороде (можно к клинкованной массе добавить 1-2 ст. ложки муки).

Обжаренные цыбрики едят с молоком, сметаной, подогретым растительным маслом.

#### *БЛЮДА ИЗ КАРТОФЕЛЬНОГО ПЮРЕ (ВАРЕНО-ТОЛЧЕНОЙ МАССЫ)*

Среди этих блюд наиболее характерны толча, комы и гульбишники.

Толча. Толченый отварной картофель заправляют салом (или маслом), а также растительным маслом, сырым или жареным луком, кислым или свежим молоком в произвольных пропорциях. Едят такое пюре (в отличие от классического в него не добавляют яиц) с кислой капустой, солеными огурцами, пахтаньем, сметаной. Иногда толчу выкладывают на сковороду, смазывают сверху сметаной и ставят в духовку для образования корочки.

Комы. Отварной картофель готовят, как для толчи, но добавляют творог, мак, вареную тыкву, а затем из такой толчи делают шарики величиной с небольшое яблоко, смазывают слегка взбитым белком, обваливают в муке и слегка поджаривают (подрумянивают) на сковороде с маслом.

Гульбишники (бульбишники). Гульбишники – картофельное пюре, отличающееся от обычного прежде всего тем, что в него вводят для повышения клейкости муку (ржаную или пшеничную), кроме того, гульбишники сдабривают либо молочными, либо растительными жирами, а также яйцами. Пропорции добавок всегда бывают произвольными. Сейчас гульбишники не отличить от обычного картофельного пюре, поскольку в него тоже добавляют жиры или молочные продукты. Однако в белорусской кухне есть три основных типа гульбишников. заслуживающих внимания, они имеют вкусовые отличия и могут употребляться как самостоятельные блюда и гарниры к мясным блюдам.

Подготовленное картофельное пюре выкладывают на смазанную маслом сковороду, слегка запекают в духовке (около 10 мин), затем смазывают сверху сметаной или маслом и закрывают на 2-3 мин крышкой для упревания.

#### *ГУЛЬБИШНИК МОЛОЧНЫЙ*

1 кг картофеля, 1 стакан молока, 50 г нутряного сала или сливочного масла, 1 яйцо, 1 луковица, 1 ст. ложка ржаной или пшеничной муки, 0,5 ч. ложки соли.

1. Сало распустить в отдельной посуде сотейнике или кастрюльке), засыпать мелко нарезанным луком, потушить на медленном огне, добавить муку.

Размешать до получения однородной подливки.

2. Молоко вскипятить, держать в горячем состоянии.

Яйцо взбить.

3. Картофель отварить, быстро размять толкушкой, не снимая со слабого огня, залить горячей подливкой из муки, лука и сала, хорошо размешать и быстро вливать небольшими порциями горячее молоко, все время размешивая пюре.

Затем добавить в него взбитое яйцо, еще раз перемешать.

4. Выложить в глубокую сковороду и запечь, как сказано выше.

#### *ГУЛЬБИШНИК ТВОРОЖНЫЙ*

1 кг картофеля, 0,5 стакана творога, 0,5 стакана сметаны, 1 луковица, 1 ст. ложка укропа или 0,5 ч. ложки тмина, 1 ст. ложка пшеничной муки, 0,5 ч. ложки соли.

Картофель отварить, размять в пюре. Ввести в пюре творог, смешанный и растертый предварительно со сметаной и мукой. Добавить сырой, но очень мелко нарезанный лук и пряности.

Хорошо размешать.

Выложить в сковороду и запечь.

### *ГУЛЬБИШНИК МАКОВЫЙ*

1 кг картофеля, 0,5 стакана распаренного толченого мака, 2-3 ст. ложки сливочного или топленого масла, 0,25 ч. ложки соли

В картофельное пюре ввести растопленное масло, распаренный мак, равномерно перемешать.

Запечь в сковороде, как указано выше.

### *БУЛЬБЯНАЯ ЯИЧНИЦА*

1 кг картофельного пюре, 1-0,75 стакана сметаны, 2-3 ст. ложки топленого масла или 50-75 г сала, 5-6 яиц, 2-4 ст. ложки пшеничной муки, 1-0,75 стакана молока.

Взбить яйца и молоко, развести муку в сметане.

Все смешать с картофельным пюре, взбить, вылить на смазанную маслом или салом сковороду и запечь.

### *ОВОЩНЫЕ БЛЮДА*

Чисто овощные блюда слабо разработаны в белорусской кухне, хотя различных овощей в сыром и отваренном виде в качестве добавок к мясным блюдам и самостоятельно, на закуску употребляется достаточно.

Излюбленными овощами, не считая картофеля, являются капуста, морковь, горох, брюква, редька.

### *КАПУСТА ТУШЕНАЯ*

1 кг квашеной капусты, 2 стакана воды, 1 луковица, 6 шт. сухих белых грибов, 0,5 ч. ложки черного перца, 75-50 г сала.

Грибы размочить и нарезать или растереть сухими. Сало обжарить кусочками. Сложить все компоненты в глиняную посуду, поместить в духовку со средним жаром на 1 ч. Следить, чтобы не было сплывов.

### *МОРКОВЬ ТУШЕНАЯ*

Морковь припустить, сделать пюре, добавить молоко, масло, соль, поставить в закрытой посуде еще на 20-30 мин в духовку. Пропорции моркови, молока и масла произвольные, главное, чтобы получилось не очень густое пюре.

### *МОРКОВНАЯ БАБКА*

1-1,5 кг моркови, 3-4 яйца, 2 ст. ложки сахарного песка, 3 ст. ложки сливочного масла, 20-25 г дрожжей, 3 ст. ложки пшеничной муки.

Сырую морковь натереть на терке. В четверти стакана теплой воды развести дрожжи и 1 ст. ложку муки. Смешать морковь с этой опарой и поставить на полчаса-час в теплое место. Когда морковная масса подойдет, добавить в нее яйца, перетертые с сахарным песком добела, остальную муку, масло, тщательно перемешать и вновь поставить в теплое место. Подошедшую массу выпечь в смазанной маслом форме в духовке на легком огне.

### *ГОРОХОВОЕ ПЮРЕ*

Горох отварить до полной мягкости, тщательно растереть.

На 1 кг горохового пюре добавить 1-1,5 ст. ложки пшеничной муки и полстакана поджаренного с луком (2-3 луковицы) топленого сала.

### *ГОРОХОВЫЕ ОЛАДЬИ*

Горох отварить до мягкости и, не сливая остатков воды, растереть, добавив 0,5 стакана пшеничной муки на 750 г горохового пюре. Из полученного теста

сформовать оладьи, обвалять в муке и выпечь на сковородах на растительном масле или сале.

#### *РЕДЬКА, ЖАРЕННАЯ В МЕДУ*

Редьку нарезать брусочками и поджарить на слабом огне на сковороде с растительным маслом.

В процессе обжаривания добавлять немного меда.

Тушить 10-15 мин.

#### *МУЧНЫЕ БЛЮДА*

##### *СОЛОДУХА*

1 кг ржаной муки, 0,25-0,5 стакана меда, закваска (кусочек теста, величиной с яйцо).

Муку самого тонкого помола заварить горячей водой и размешать до получения очень жидкого теста (до консистенции жидкой сметаны). Затем взбить и поставить на полчаса-час в теплую печь, чтобы температура раствора поддерживалась приблизительно на уровне 35-40°C, причем за это время его следует несколько раз помешать и, дав слегка остынуть, вылить в дежу (квашню), где на стенках имеются остатки прежнего ржаного теста, или положить кусок старой закваски, добавить мед, размешать сверху присыпать слегка мукой, закрыть полотенцем и поставить в теплое место. Когда тесто начнет бродить, разлить его по горшкам, плотно закрыть и поставить в вольный печной дух на 10-12 ч (с вечера до утра). Затем вынуть и печи горячие горшки, быстро и как можно более резко охладить, выставив на сильный мороз или погрузив в снег. Потом снова горшок с солодухой поставить в печь. Операцию по нагреву и последующему охлаждению солодухи повторить три раза, после чего она считается готовой.

##### *ДРАЧЕНЫ*

Драчена – мучное блюдо белорусской кухни, распространенное также среди русского населения северо-западных областей России. В прошлом драчена считалась лакомым, не повседневным, а праздничным блюдом. В отличие от других мучных блюд на нее шла не только черная мука (ржаная), но и половина белой (пшеничной). Кроме того, в драчену входило гораздо больше яиц, молока и масла, чем в другие мучные блюда.

Драчена отличается не только особым соотношением муки, молока и яиц, но и особой, лишь ей присущей технологией. Настоящую белорусскую драчену пекут из уторного теста, т. е. не полностью подошедшего, а лишь слегка закисшего. Оно-то и заменяет у драчен дрожжи. Готовят его предварительно из ржаной муки с небольшим количеством воды. Если уторной кислоты к концу выдержки теста, т. е. через 3-4 ч или более, недостаточно или драчену хотят сделать быстрее, то к тесту добавляют опять-таки не дрожжи, а либо не много кваса, либо молочной сыворотки, т. е. делают тесто слабокислым. Это одна из основных особенностей драчен. После такой предварительной подготовки ржаное драченочное тесто разводят цельным молоком и к нему прибавляют какую-либо дополнительную муку – ячменную, гречневую или пшеничную.

Правда, возможны и пресные драчены, не на уторном тесте, но в этом случае их всегда делают из пшеничной муки с большой долей молока и яичными белками. В этом случае на первый план выступает другая технологическая особенность

приготовления драчен. Дело в том, что входящие в нее компоненты не просто механически смешивают, а каждый из них предварительно обрабатывают – тщательно растирают, а затем все вновь растирают или взбивают вместе со всем тестом. Чем тщательнее, дольше и тоньше растерт каждый компонент драчены, тем она лучше, пышнее и вкуснее.

Готовое для драчены тесто по консистенции немного плотнее блинного. Его свободно берут ложкой, вливают на сковороду (глубокую). При этом толщина налитого слоя теста 1-1,5 см, а во время выпечки тесто подходит до толщины 3-4,5 см, т. е. примерно втрое.

Тепловая обработка драчены также имеет свои особенности – она требует ровного, легкого жара, поэтому драчену следует выпекать в русской печи, преимущественно на вольном духу. Однако можно выпекать драчену и в духовке газовой плиты, на умеренном или еще лучше на слабом огне примерно в течение 20-30 мин (колебания во времени выпечки могут составлять 5-10 мин в ту и другую сторону в зависимости от состава драчены и температуры печи).

Каждую испеченную драчену смазывают сверху салом или маслом и накладывают одна на другую в глубокую посуду до тех пор, пока не испечены все. Едят драчены с маслом, сметаной, медом в зависимости от состава теста драчены.

#### *ДРАЧЕНА БЕЛОРУССКАЯ (НАСТОЯЩАЯ)*

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

1. Приготовить уторное тесто из ржаной муки – развести водой, а затем добавить сыворотки или сразу размешать муку с сывороткой и оставить на 3-4 ч в теплом месте.

2. Добавить гречневой муки, растереть, взбить.

3. Растереть в разных посудах масло и желтки с сахарной пудрой добела. Соединить с тестом, осторожно ввести масляную и яичную смесь и взбить тесто.

4. Подлить в тесто молока, развести, затем ввести взбитый белок.

5. Накаленную сковороду смазать сливочным маслом (1 ст. ложка), вылить в нее тесто и выпечь в хорошо прогретой духовке в течение получаса.

#### *ДРАЧЕНА ДЕРЕВЕНСКАЯ*

1 стакан ржаной муки, 1 стакан пшеничной муки, 2 стакана молока, 50 г сливочного масла (в тесто), 1 ст. ложка сливочного масла (на сковороду для смазки), 3 яичных желтка, 3,5 ст. ложки сахарной пудры (а не сахарного песка), 0,5 ч. ложки соли.

1. Тщательно растереть в разной посуде отдельно вначале масло, затем желтки с сахарной пудрой (то и другое добела).

2. Соединить обе растертые части, посолить перемешать.

3. Постепенно подсыпать в полученную смесь предварительно перемешанную и просеянную муку и подливать понемногу молока, все время размешивая, до получения эластичного жидкого теста.

4. Накалить глубокую сковороду, распустить на ней масло, влить тесто и тотчас же поставить в хорошо прогретую духовку на умеренный огонь примерно на полчаса.

При отсутствии ржаной муки ее можно заменить тем же количеством пшеничной.

### *ДРАЧЕНА ГОРОДСКАЯ*

1.5 стакана пшеничной муки, 10 яичных желтков, 5 яичных белков, 3-4 ст. ложки сахарной пудры, 1 стакан сливок, 1 ст. ложка сливочного масла (с верхом), 0,5 ч. ложки соли.

1. Растереть желтки с сахаром.

2. В смесь постепенно досыпать муку и долить сливки.

Растереть смесь в эластичное тесто.

3. Посолить и взбивать тесто в течение получаса.

4. Ввести в тесто взбитые в пену белки, все еще раз перемешать.

5. На разогретую сковороду с маслом влить тесто, поставить в хорошо разогретую духовку на слабый огонь на 15-20 мин.

### *КЛЕЦКИ*

Клецки – мучные изделия, в которые в качестве дополнительных компонентов входят обязательно масло, яйца и иногда молоко. Они напоминают галушки. Первоначально их готовили, как и галушки, из довольно плотного теста. Эти клецки носили название «катаных»: тесто резали на кусочки величиной с лесной орех, катали из них в руке шарики и затем оставляли эти шарики на полчаса-час вянуть и только затем бросали в кипяток.

Однако большее распространение получил другой вид клецок – с начинкой, или «клецок с душами», когда в каждую катаную клецку вдавливали маленький кусочек сала.

Городская кухня, особенно на западе Белоруссии, пошла, однако, дальше по пути разработки клецок как особого кушанья. Их стали готовить также из мелких круп и картофеля. Но главное – тесто для клецок получило более разреженную консистенцию, поэтому они стали не только значительно нежнее галушек, но и отличаются иным вкусом. Ближе к клецкам стоят «галки», т. е. клецки, в состав которых входят творог, рыбный или раковый фарш, замешиваемые непосредственно в тесто, отчего последнее получается чуть более плотным по консистенции (при разреженном тесте фарш может выпасть).

Что же касается своеобразной консистенции клецок, то она достигается, во-первых, более жидким разведением теста и наличием в нем не воды, а молока, сливок, масла, делающих тесто особенно нежным и эластичным, а, во-вторых, рядом технологических приемов, которые в основном и создают неповторимый вкус клецок, их отличие от других видов мучных изделий. Главный из этих приемов – тщательное растирание и взбивание теста и его компонентов, особенно яиц, которые вводят отдельно, желток и белок, и не одновременно, а в определенной последовательности. Другим приемом, увеличивающим объем клецок, служит варка их в подсоленной воде обязательно под крышкой, на медленном огне. Это дает возможность клецкам «разрастись» и в то же время не развалиться.

В белорусской национальной кухне клецки делают из смеси ржаной и гречневой муки, ржаной и ячменной, взятых в равных частях. Иногда используют либо только гречневую муку, либо сочетание картофельного пюре с мукой, либо манную крупу.

Клецки могут быть простыми и заварными. Для заварных клецок муку заваривают. Этот прием требует несколько иных пропорций муки и других компонентов и вносит дополнительное разнообразие во вкусовую гамму клецок.

Порядок приготовления простых клецок. Масло (или топленое сало), а иногда и молоко или сливки растирают с яичными желтками добела, в эту массу постепенно, все время продолжая растирать, добавляют маленькими порциями муку и воду. Затем тесто солят, сдабривают пряностями, вводят в него взбитые яичные белки, все еще раз растирают и из полученного теста с консистенцией кашицы-размазни отделяют небольшие кусочки, обычно в половину чайной ложки, смоченной в воде, опускают их в кипящую подсоленную воду (2 ч. ложки соли на 1 л воды) и отваривают на медленном огне под крышкой около 5 мин. Готовые клецки всплывают на поверхность.

В зависимости от общего состава, характера муки и внесенных пряностей, соли или сахара клецки могут быть использованы как наполнители в различные супы, гарниры к мясным блюдам, а также как самостоятельные вторые блюда.

В белорусской кухне их чаще всего используют как самостоятельное блюдо и подают облитыми топленным салом со шкварками и жаренным на сале луком.

Клецки, предназначенные для еды с бульоном (супом), лучше всего отваривать непосредственно в соответствующем бульоне: мясном, грибном или овощном. В этом случае в тесто для клецок примешивают лук, укроп, тмин или майоран в разных сочетаниях в зависимости от вида супа. Гречневые клецки с укропом и тмином, например, хорошо гармонируют с журом на молоке (см. с. 86), в который их опускают после отваривания в отдельной посуде.

#### *КЛЕЦКИ МУЧНЫЕ*

5-6 ст. ложек муки (без верха), 4-5 ст. ложек молока (или 4 ч. ложки сухого молока и вода), 2 яйца, 2 ч. ложки сливочного масла, топленого сала или конопляного масла (в крайнем случае подсолнечного), 1 ст. ложка мелко нарезанного лука, 0,5 ч. ложки тмина (для ржаной и ячменной муки), 2 ч. ложки укропа (для гречневой муки).

Эти клецки можно готовить из смеси ржаной муки с ячменной и гречневой, взятых в любых пропорциях, или из одной гречневой муки. Порядок приготовления указан выше.

Молоко можно заменить водой, сливками или сухим молоком с водой. Ввиду различного характера используемых муки и масла в количестве жидкости можно делать небольшие изменения, добавляя или сокращая ее в зависимости от консистенции теста клецок.

Все это дает возможность на основе данного рецепта получать различные по вкусу клецки.

#### *КЛЕЦКИ МУЧНЫЕ ЗАВАРНЫЕ*

0,25 стакана муки, 3 ст. ложки масла, 5 ст. ложек молока, 2 яйца, 2 ч. ложки рубленой зелени петрушки, 1 ч. ложка укропа, 0,5 ч. ложки соли.

Молоко и масло вскипятить в сотейнике, всыпать муку и, продолжая держать на медленном огне, быстро и тщательно размешать до получения эластичной массы (пока она не начнет отставать от стенок). После этого снять с огня и, непрерывно мешая, добавить соль, пряности, а когда остынет, ввести предварительно растертые

желтки и взбить все тесто. Затем по частям ввести взбитые белки, вновь тщательно размешивая тесто.

#### *КЛЕЦКИ 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 мин в умеренно нагретую духовку или в водяную баню на 20 мин, чтобы крупа как можно более разопрела. Затем охладить, вбить 4 желтка, растереть, ввести по частям 4 яичных белка, предварительно взбитых в пену.

Клецки варить, как обычно, в подсоленной воде.

#### *КЛЕЦКИ КАРТОФЕЛЬНЫЕ*

1,5 стакана картофельного пюре, 0,5 стакана ржаной муки (можно заменить пшеничной), 50-75 г топленого свиного сала, сливочного масла или конопляного масла, 2 яйца, 1 ч. ложка соли, 1 ч. ложка тмина, 1 луковица.

В подготовленное горячее картофельное пюре (размятый отварной картофель) ввести масло вместе со слегка обжаренным в нем мелко нарезанным луком, растертые желтки, затем постепенно, небольшими порциями, муку и, наконец, слегка взбитые белки. Всю массу посыпать тмином, посолить и тщательно перемешать. Клецки отваривать, как обычно, в подсоленной воде (см. выше). Подавать с топленым салом или маслом и с жареным луком.

#### *КЛЕЦКИ СЛАДКИЕ*

2-2,5 ст. ложки манной крупы, 10-12 лесных орехов, 1/3 стакана молока или сливок, 3 яйца, 1,5 ст. ложки сахарной пудры или сахарного песка.

Желтки растереть добела с сахарной пудрой, добавить истолченные в ступке ядра орехов, снова растереть до образования эластичной массы, влить молоко, размешать, осторожно добавлять слегка растертую в ступке манную крупу, после чего оставить в прохладном месте на 15-20 мин, чтобы крупа разбухла. Затем ввести в тесто взбитые белки, размешать и делать из полученной массы клецки, как обычно (см. выше), но отварить их в слегка подсоленной воде.

Сладкие клецки подают с молочным супом или с черничным супом или киселем.

#### *МОЛОКО И МОЛОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ*

Молоко широко и в значительных количествах применяется в белорусской кухне для забеливания супов, для добавок к овощным и мучным блюдам после их готовности. В то же время совершенно самостоятельных молочных блюд в белорусской кухне нет, если не считать молочной моканки.

Что же касается молочных изделий, то они просты и обычны. Это простокваша, творог, пахта, сливочное масло. Реже употребляется сметана и тем более сливки, характерные для русской кухни. Белорусы говорят, что «с молока не снимают вершка» (т. е. сливок) и предпочитают употреблять цельное молоко. Этот обычай отразился на некоторых особенностях приготовления в Белоруссии простокваши, творога и так называемого клинкового сыра.

Простоквашу, или сыракавашу, сырапеню готовят из цельного сырого молока, просто оставляя его в теплом месте, причем после готовности с нее не снимают

сметану, а равномерно перемешивают и в таком виде употребляют с картофелем и другими овощными блюдами.

Из простокваши делают также творог, но в Белоруссии различают два его вида – собственно творог и клинковый сыр.

Творог готовят из сырой простокваши простым сцеживанием сыворотки через марлевый или полотняный мешочек.

Клинковый сыр – тоже творог, но приготовляемый из томленной простокваши, которую ставят в теплую (но не горячую) печь на ночь (при отсутствии печи можно погрузить сосуд с простоквашей в ведро с горячей водой), а затем отцеживают в полотняных мешочках (клинках) под прессом (5-6 кг на клинок), предварительно слегка посолив и положив тмин (1 ч. ложка соли и 2 ч. ложки тмина на 5 л простокваши); через 1-2 суток клинковый сыр готов. Причем через 5-6 ч после первичного отцеживания сыворотки груз (пресс) увеличивают вдвое. Отпрессованный клинковый сыр должен представлять собой монолитный (не сыпучий) брусок.

### *МОКАНКА МОЛОЧНАЯ*

Молочная моканка используется как самостоятельная закуска, как предварительное блюдо и как среда для холодной закуски в смеси с картофелем и огурцами, а также как подливка для блинов. Обычно соотношение четырех молочных элементов моканки – творога, сметаны, молока и пахты – более или менее произвольное. Отсюда моканка может быть то гуще то жиже, то жирнее, то постнее, то преснее, то кислее. Но наиболее частая и правильная пропорция творога и всей остальной жидкости 1:1, соотношение молока, сметаны и пахты соответственно 2:1:1.

При отсутствии пахтанья его доля заменяется молоком или простоквашей.

2 стакана творога, 0,5 стакана сметаны, 1 стакан молока, 0,5 стакана пахты, 0,5 ч. ложки соли.

Для моканки лучше всего использовать свежий домашний нектислый творог или покупной обезжиренный, но только ни в коем случае не жирный, имеющий крупчатую структуру.

Творог сначала растереть со сметаной до образования однородной эластичной массы, а молоко смешать с пахтой. Затем жидкость постепенно добавлять в массу, растирая и взбивая ее до однородной консистенции. При этом моканка должна постепенно вобрать в себя всю жидкость и сделаться воздушной и нежной, похожей по консистенции на густую сметану.

В молочную моканку надо добавить отварной картофель, репчатый или зеленый лук, укроп, зеленый (молодой) тмин.

Пропорции этих добавок произвольны, но на приведенную выше норму лучше всего брать не более 1 картофелины, 1 луковицу или перья зеленого лука с двух луковиц, 1 ст. ложку укропа, 0,5 ч. ложки тмина.

Картофель режут мелкими кусочками, лук – мелко-намелко.

### *СЛАДКИЕ БЛЮДА И НАПИТКИ*

В классической белорусской кухне почти нет сладких блюд. Их роль выполняют отчасти напитки (различные фруктовые квасы), отчасти сложеное тесто (солодуха) и кулага. Ягоды и фрукты употребляют обычно в их естественном,

свежем виде. Любят в Белоруссии летом и осенью печеные яблоки с сахаром, а также землянику и малину с молоком и с сахаром. Весной пьют соки березы и клена. Эти соки – берька и кляновик – и квасы из них являются белорусскими национальными напитками.

#### *БЕРЬКА И КЛЯНОВИК*

1 способ. Сок собрать в бочку, поставленную в темное, прохладное место, дать чуть закиснуть, добавить поджаренные на противне ячменные зерна или сухари из ржаного хлеба и через сутки после этого сцедить и употреблять как квас.

2 способ. Сок собрать в бочку и закопать ее в песок на 6 дней. Этот квас вкуснее.

#### *ЯБЛОЧНЫЙ КВАС*

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

На 1 кг яблок 7-8 л воды.

2 способ. Яблоки, недоспелую падалицу, вымыть, очистить, нарезать на дольки и сварить в большом котле. Затем яблочную кашу вместе с водой, в которой она варилась (10-20 л), перелить в бочку (185-200 л), долить кипяченой холодной водой, положить полпачки дрожжей, разведенных в воде с 0,5 стакана ржаной муки.

Оставить на 3 суток для закисания. Этот крепкий квас также является национальным белорусским напитком.

#### *ГРУШЕВЫЙ КВАС*

Спелые груши залить водой, добавить дрожжи, разведенные в стакане воды, горсть пшеничной муки.

Оставить на 3 суток для закисания.

#### *СЛИВОВЫЙ КВАС*

Посуду емкостью 10 л наполовину заполнить спелыми сливами, залить их водой до 3/4 емкости и положить дрожжей из расчета 12 г на 1 кг слив.

После этого закрыть посуду на 12 дней.

Затем сливы перемешивать до тех пор, пока не отстанут косточки.

Жидкость процедить, добавить сахар по вкусу, немного воды.

Квас разлить по бутылкам для выдержки еще на 2 дня.

#### *ЯБЛОЧНЫЕ ОЛАДЬИ*

1 стакан яблочного пюре, 0,5 стакана муки, 0,5 стакана сахара, 50 г масла, 10 г дрожжей, 0,5 ч. ложки соли.

Яблоки испечь, протереть через сито (или отжать в соковыжималке).

В полученное пюре добавить пшеничную муку, соль, дрожжи, сливочное масло, сахарный песок.

Как следует перемешать массу в густое тесто и из него выпечь оладьи на топленом масле в сковороде.

#### *КУЛАГА БЕЛОРУССКАЯ*

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

В кулагу идут любые свежие лесные ягоды – земляника, черника, малина, черемуха, брусника, голубика, калина. Для приготовления кулагы могут быть использованы также слива и вишня, очищенные от косточек. Сосуд под кулагу

(глиняный горшок) заполняется наполовину ягодами, наполовину водой (1:1). Варить ее можно и в печи, и на плите, т. е. при возрастающей температуре.

Когда ягоды разварятся, к ним подсыпают ржаную муку и помешивают ее все время до тех пор, пока она не приобретет консистенции киселя.

Но прежде чем кулага будет готова, в середине варки после муки ее заправляют сахаром и медом.

Сахар может быть целиком заменен медом, в этом случае доля муки увеличивается на 1-3 ст. ложки в зависимости от консистенции кулагы, которая должна напоминать кашу-размазю.

### **Вопросы для самоконтроля:**

1. Дайте краткую характеристику белорусской кухне.
2. Назовите особенности формирования развития белорусской кухни.
3. Дайте краткую характеристику основных продуктов, используемых для приготовления блюд.
4. Что является отличительной особенностью в белорусской кухне от русской кухни?
5. Какие блюда в белорусской кухне считаются рейтинговыми?

### **Тема: Кавказская кухня**

1. *История зарождения и особенности развития кавказской кухни*
2. *Национальный характер народов Закавказья: сходства и различия*

#### **1. История зарождения и особенности развития кавказской кухни**

Кавказская кухня - понятие довольно условное. Как правило, под кавказской подразумевается кухня Грузии, Азербайджана и Армении, которые имеют много общих черт. Кавказская кухня - это, прежде всего, мясо, овощи, зелень, специи и красное вино. Названия многих блюд кавказской кухни хорошо знакомы даже тем, кому на Кавказе бывать не приходилось. Лобио, сациви, хачапури, люля-кебаб - это всё блюда кавказской кухни, которые известны далеко за пределами кавказских государств.

Мясные блюда на Кавказе очень любят. В кавказской кухне используется различное мясо, чаще всего баранина, говядина, телятина и мясо птицы. На Кавказе не принято измельчать мясо при помощи мясорубки, кавказские повара виртуозно измельчают мясо без применения специального оборудования. Измельчают мясо непосредственно перед приготовлением блюда, заготавливать фарш впрок не принято.

Шашлык - визитная карточка кавказской кухни. У разных кавказских народов шашлык считается национальным блюдом, рецептов приготовления существует множество. Едят шашлык горячим, только что снятым с мангала. На столе должен быть порезанный кольцами лук, запечённые на огне или свежие томаты, баклажаны, перец, а также всевозможные травы. Кавказские супы густые, наваристые и очень вкусные. Весьма распространенным блюдом является суп-харчо, который готовят в Грузии - это суп из говядины, с рисом и грецкими орехами. В Азербайджане знаменит пити - суп, который готовят

порционно в небольших глиняных горшочках на основе костного или мясного бульонов. Особой любовью пользуется азербайджанский кюфта-бозбаш и грузинский хаш. Кюфта-бозбаш - суп из гороха и картофеля с крупными тефтелями из мяса и риса. Хаш - бульон из свиных ног, говяжьих потрохов или баранины с чесноком и черным перцем.

Плов - одно из самых популярных блюд кавказской кухни. Насчитывается несколько десятков рецептов приготовления плова. Рис и мясо готовятся отдельно, а не тушатся вместе. Рис отваривают и откидывают на дуршлаг. Мясо жарят или тушат, а затем при подаче на стол выкладывают сверху на рис или подают отдельно. Среди компонентов плова может быть не только традиционное мясо, используется также рыба, овощи, ягоды.

Кавказский стол всегда обильно украшен зеленью: петрушкой, укропом, эстрагоном, мятой, базиликом, чабрецом. Для приготовления закусок и некоторых основных блюд используют шпинат, щавель, мальву, лебеду, спаржу, черемшу, сельдерей. Мясные, рыбные и овощные блюда непременно заправляют чесноком, чёрным и красным перцем, уксусом, пряностями. В качестве приправ часто используют винный уксус, гранатовый сок, толченые грецкие орехи.

О соусах стоит поговорить отдельно, ведь соусы - важная часть кавказской кухни. В грузинской кухне, например, широко используется ткемали - это соус кисловатый на вкус, его готовят из дикой алычи, щедро приправляют красным перцем и рубленой зеленью. Соус чахохбили готовят с большим количеством пассерованного лука. Знаменита далеко за пределами Грузии аджика - приправа к мясу, её готовят из смеси красного перца, чеснока, кориандра (кинзы), укропа и ароматных трав с добавлением винного уксуса и небольшого количества соли. Хмели-сунели является настоящим шедевром кавказской кухни, среди его ингредиентов: базилик, майоран, шафран, красный перец, помимо этого добавляются фенгурек, сельдерей, петрушка, чебрец, мята, лавровый лист. Мясные, рыбные и овощные блюда принято подавать с соусами, которые подчёркивают их вкус.

Ещё одной характерной особенностью кавказской кухни является использование для приготовления пищи открытого огня. Причём на открытом огне готовят не только мясо, но и рыбу, и овощи, и даже некоторые молочные продукты. Мясо, жарящееся на вертеле над раскалёнными углями - именно такие ассоциации вызывает в памяти упоминание кавказской кухни, и это правильная ассоциация. Жарка на сковороде с использованием растительного масла поварами практически не используется.

Кавказскую кухню невозможно представить без вина. Вино на Кавказе - это не просто напиток, это важная часть трапезы. Вино изготавливают из винограда, который выращивают на местных виноградниках. Красное вино на Кавказе считается источником здоровья и долголетия. Особенно славятся грузинские вина.

Сладкие блюда в кавказской кухне отменные. Кавказцы с давних пор умеют изготавливать отличные десерты, во всём мире хорошо известна пахлава, козинаки из орехов, рахат-лукум, щербеты, засахаренные орехи.

## **2. Национальный характер народов Закавказья: сходства и различия**

Закавказье – самая разнообразная по растительности часть, самая насыщенная по ассортименту сельскохозяйственных культур. Виноград, лимоны, мандарины, чай, гранаты, инжир, грецкие орехи, десятки видов и сортов абрикосов, персиков, слив, тута, миндаля и в то же время кукуруза, чумиза, полба, бобовые, эфирносы, пряные травы, овощные и бахчевые культуры. И вместе с этим – овцеводство, птицеводство, мясное и молочное скотоводство, пчеловодство, развитое сыроделие.

Горный характер всего края, влияние Черного моря с запада и Каспийского с востока, цветущие долины и предгорья, высокогорные альпийские луга – все это отличает и выделяет Закавказье с его субтропической природой средиземноморского типа. Эти общие черты объединяют и влажные субтропики Колхиды и Ленкорани, и сухие субтропики Куринской и Ереванской низменностей, и идеальный средиземноморский климат Алазанской долины, похожий на климат южного подножья Итальянских Альп. Для всех районов характерны продолжительное жаркое лето, обилие солнца, мягкая зима. Вот почему можно считать, что грузины, азербайджанцы и армяне живут в целом в сходных природных условиях, имеют много общих черт в направлении сельского хозяйства своих республик и потому, вполне естественно, используют в своем питании во многом сходное и даже одинаковое растительное и животное сырье. Этим, конечно, объясняется сходство их национальных кухонь.

Но не только природные условия, но и историческая обстановка, в которой на протяжении десятков веков шло развитие народов Закавказья, была во многом сходной.

Раннее возникновение государственной самостоятельности Армении, Грузии и Азербайджана и высокое развитие национальной культуры закавказских народов, их связи с древнейшими государствами Ближнего Востока и Средиземноморья, в частности с Римом и Византией, а затем разрушение древнейшей цивилизации и национальных традиций в результате завоеваний и длительное порабощение со стороны соседних мусульманских государств – арабских халифатов, Ирана и Турции, – все это оказало серьезное влияние на материальную культуру армян, грузин и азербайджанцев. Часть блюд грузинской и армянской кухни получила тюркские наименования, распространенные и в соседнем Азербайджане, а также в Иране и Турции, что нередко затрудняет определение истинной национальной принадлежности того или иного блюда, заставляя формально по названию относить его к турецким, иранским или азербайджанским, в то время как оно является, быть может, грузинским или армянским по происхождению и содержанию.

Размежевание закавказских кухонь по национальным признакам затрудняется еще и тем обстоятельством, что целый ряд одинаковых блюд приобрел распространение по всему Закавказью независимо от национального или историко-географического района. Возьмем, например, всем известный шашлык или пловы. Хотя последние под именем «палав» распространены у армян, а под названием «шилаплави» у восточных грузин, тюркское название, а также происхождение и особенности технологии указывают на определенный

тюркско-иранский источник пловов, что позволяет отнести их к ассортименту азербайджанской национальной кухни. Иначе обстоит дело с шашлыком. Это блюдо, считающееся в России и во всем мире типичным кавказским блюдом, знакомо вообще многим пастушеским, скотоводческим народам, особенно горным. Что же касается названия – шашлык, то, несмотря на его несомненное тюркское происхождение, никто на Кавказе, в том числе и в тюркоязычном Азербайджане, не сможет объяснить это слово, исходя из словарного запаса своего языка. В Грузии шашлык называют мцвади, в Армении – хоровец, а в Азербайджане – кебап. Слово «шашлык» употребляют только русские, которые заимствовали его у крымских татар еще в XVIII в. («шишлик» от «шиш» – вертел) для обозначения блюд на вертеле, и из русского языка это слово перешло в остальные европейские языки. В Закавказье для каждого народа шашлык является национальным блюдом и потому имеет не только свое название, но и готовят его у азербайджан, грузин и армян несколькими иными способами, что дает основание относить это блюдо ко всем трем закавказским кухням.

Если с пловом и шашлыком все же можно разобраться, отыскав их корни, то гораздо сложнее обстоит дело с такими распространенными в Закавказье блюдами, как долма (толма), пити (путук, чанахи), хаши (хаш), кята (гата, када), табака (тапака), бозбаш, борани, пахлава и еще целым рядом других, имеющих к тому же не только сходные, но и совершенно одинаковые звучания у разных народов. Определить в этом случае национальную принадлежность такого блюда нередко не помогает ни филологический анализ его названия, ни факт распространенности среди того или иного народа, так как известно, например, что кулинарная терминология для обозначения даже национальных блюд нередко заимствовалась народами Закавказья и друг у друга и у своих завоевателей. Особенно часто заимствовалась соседями армянская кулинарная терминология, поскольку в древности у армян раньше сложилась развитая материальная культура, в том числе и кулинарное искусство, а в новое и новейшее время армяне чаще других выступали в Закавказье, в том числе в Грузии и Азербайджане, в качестве устроителей и содержателей постоянных дворов (караван-сараев) и духанов и, таким образом, распространяли достижения армянской кухни по всему Закавказью.

Однако, несмотря на ряд общих для всех народов Закавказья блюд, на некоторые общие излюбленные виды сырья, приправ, а также кухонной техники, наконец, несмотря на сходство застольных нравов и обычаев, сближающих кулинарию грузин, армян и азербайджанцев в глазах европейских народов, нельзя говорить о существовании единой закавказской кухни. Наоборот, совершенно определенно можно утверждать, что народы Закавказья обладают каждый своей собственной национальной кухней, сохраняют каждый свой особый кулинарный колорит, проявляемый не только и не столько в названиях национальных блюд, сколько в особенностях национальной кулинарной технологии и в ароматическо-вкусовой гамме.

Различия в историческом развитии каждой из наций Закавказья проявились в сохранении национальных особенностей и в области пищи, и кулинарного искусства. Вот почему мы, подчеркивая общие черты в кухнях закавказских народов, рассмотрим все же каждую из этих кухонь отдельно.

Но помимо того, что все три кухни народов Закавказья отличаются одна от другой, внутри каждой из них существуют еще и региональные различия. Это объясняется как природно-географическими, так и историческими причинами, типичными для всего Закавказья. Ведь недоступные горные хребты или глубокие ущелья нередко изолировали разных представителей одной и той же нации, как, например, сванов, хевсуров, пшавов, тушинов, от остальных грузин. В то же время каждая из современных республик Закавказья была разделена в прошлом на довольно большое число мелких государств – княжеств или ханств, иногда самостоятельных, а иногда находившихся в зависимости от своих более крупных соседей – Турции, Ирана, России. В каждом из природно-географических или историко-этнических районов складывались, естественно, свои кулинарные обычаи, различавшиеся в деталях.

Таким образом, региональность закавказских национальных кухонь, хотя она и не особенно резко выражена, сохраняется довольно прочно вплоть до наших дней.

### **Вопросы для самоконтроля:**

1. Перечислите особенности кулинарных традиций кавказского народа.
2. Перечислите ассортимент блюд кавказской кухни.
3. Как оформляют и подают холодных блюд и закусок, первых блюд кавказской кухни?
4. В чем заключаются отличительные особенности приготовления блюд в кавказской кухне?
5. Дайте характеристику тепловой обработки при приготовлении блюд кавказской кухни.
6. Какая посуда используется для приготовления блюд кавказской кухни.
7. Какая посуда используется для подачи блюд кавказской кухни?

### **Тема: Грузинская кухня**

1. *Особенности грузинской кухни и кулинарные предпочтения*
2. *Характеристика основных продуктов, используемых для приготовления блюд*

#### **1.**

### **2. Особенности грузинской кухни и кулинарные предпочтения**

На две географические части делит Грузию Сурамский перевал. Всё, что расположено к западу от Сурама, – это Западная Грузия, меньшая по территории, но с большей природной, этнографической и исторической пестротой. К востоку от Сурамского перевала в иной природной зоне расположены Центральная и Восточная Грузия.

Говоря о грузинской кухне, нельзя не сказать об основных различиях кухонь Западной и Восточной Грузии, обусловленных не только разными природными условиями этих двух больших районов, но и известным турецким влиянием на кухню Западной Грузии и иранским – на кухню Восточной Грузии. В результате установилась разница в использовании некоторых основных продуктов (хлебных, мясных) и отчасти в характере излюбленной ароматическо-вкусовой гаммы – разница, сохранившаяся вплоть до нашего времени.

Так, в Западной Грузии широко распространен кукурузный хлеб и особые лепешки из кукурузной муки – мчади, в то время как в Восточной Грузии предпочитают пшеничный хлеб. В некоторых частях Западной Грузии – Мегрелии и Абхазии – в качестве хлеба используют также чумизу (вид проса), из которой варят кашицеобразную массу – гоми, применяемую вместо хлеба с супами, мясными и овощными блюдами. Что же касается мяса, то в Восточной Грузии наряду с основным для грузин мясом – говядиной, едят и баранину, употребляют довольно много животных жиров, в то время как в Западной Грузии гораздо меньше едят мяса, предпочитая домашнюю птицу, т. е. в основном кур и индеек (гусей и уток в Грузии в пищу не употребляют). Наконец, в Западной Грузии используют более острые блюда, несколько иные соусы.

Все это, однако, не дает оснований проводить непреодолимую грань между западно– и восточногрузинской кухнями, ибо не затрагивает, не меняет основных, характерных особенностей грузинской национальной кулинарии. И в области использования подавляющего большинства продуктов, и тем более в области технологии в целом всей грузинской кухне присущи свои особенности.

Возьмем хотя бы мясные блюда, столь распространенные в Закавказье. Длительное существование грузинской нации на стыке многих культур и влияний привело к тому, что в целом в грузинской кухне ни один из видов мяса не имеет преобладающего значения. Грузинские мясные блюда могут быть сделаны из свинины (мужужи), из баранины (чанахи), из говядины (харчо) и из домашней птицы (чахохбили). Такая терпимость обычно не свойственна другим народам Востока. Она довольно наглядно иллюстрируется, между прочим, одним старинным блюдом грузинской кухни, называемым «бык на вертеле». Композиция его чрезвычайно проста: внутри целой туши быка помещают теленка, в теленка кладут барашка, в барашка – индейку, в индейку – гуся, в гуся – утку, в утку – цыпленка. В промежутках между этими животными и внутри них во все уголки набивают пряные травы – кинзу, базилик, эстрагон, лук-порей, мяту, сдобренные и пересыпанные красным перцем, чесноком, шафраном, корицей и орехами. Все это гигантское жаркое жарят на вертеле, прямо на улице, над угольной кучей в течение нескольких часов. Снаружи довольно толстый слой его обугливается, так что часть мяса пропадает. Зато внутри такое изобилие сока, такой неповторимый аромат, что по сочности и тонкости вкуса мяса с ним не может сравниться ни одно другое мясное блюдо в мире.

Однако терпимость ко всем видам мяса не мешает грузинам все же больше всего любить говядину и домашнюю птицу – индейку и курицу.

По сравнению с мясом рыбные блюда занимают в Грузии сравнительно скромное место, да и то лишь в отдельных районах, расположенных вблизи рек. При этом следует подчеркнуть, что типичными для Закавказья видами рыб являются усач, храмуля, шемая, подуст, принадлежащие к семейству карповых и отличающиеся исключительно нежным и жирным мясом. В высокогорных прозрачных и быстрых речках Абхазии, Сванетии, Хевсуретии и Верхней Карталинии распространена форель, мясо которой также изысканно вкусно и не имеет специфического «рыбного» привкуса. Эти особенности местного рыбного сырья в сочетании с относительно редким и незначительным использованием рыбы

по сравнению с мясом в грузинской кухне наложили отпечаток на характер приготовления рыбы у грузин. Ее употребляют преимущественно в отварном и тушеном виде и сдабривают теми же соусами и приправами, что и мясные или овощные блюда.

Формирование постного стола в грузинской кухне в отличие, например, от русской пошло по линии разработки не рыбных и грибных блюд, а в основном овощных и фруктовых. На это наталкивала сама природная среда. В результате овощные блюда стали занимать в грузинской кухне большое и чуть ли не доминирующее место, если иметь в виду разнообразие их видов. Большинство их готовят из фасоли, баклажанов, кочанной и цветной капусты, свеклы, помидоров. Это так называемые основные овощи. Наряду с огородными овощами в большом употреблении дикие травы – крапива, чина, мальва, джонджоли, портулак и другие, а также молодая ботва огородных культур – свеклы, цветной капусты. К растительным блюдам следует причислить также и различные виды изделия из зерновых культур: полбы – зандури, чумизы, риса, кукурузы.

Овощные блюда грузинской кухни могут быть сырыми, типа салатов, но чаще всего они вареные, печеные, жареные, тушеные, маринованные или соленые. Наиболее часто применяется сочетание какого-либо одного основного овоща (например, фасоли, баклажанов) с разнообразными меняющимися приправами. Таковы, например, десятки видов лобио. В других случаях, наоборот, основные овощи (капуста, фасоль, баклажаны, свекла, шпинат) в блюде меняются, а приправы, соусы, подливки остаются неизменными. Таковы овощные блюда типа мхали и борани.

Большое место в грузинской кухне занимают орехи – лещина, фундук, буковые орешки, миндаль, но чаще всего грецкие орехи. Это специфическое сырье – неизменный компонент различных приправ и соусов, одинаково хорошо подходящих к блюдам из домашней птицы, из овощей и даже из рыбы. Орехи идут в мясные супы и в кондитерские изделия, в холодные салаты и в горячие вторые блюда. Без них, короче говоря, немыслим грузинский стол.

Наконец, огромное значение в грузинской кухне приобрели пряные травы, употребляемые в течение всего года. Это кинза, эстрагон, базилик, чабер, порей, зеленый лук, отчасти мята.

Другой отличительной чертой грузинского стола является частое и обильное употребление сыров. Прежде всего обращает на себя внимание состав сыров. Это исключительно сыры рассольного типа, приготовляемые в основном бурдючным и отчасти кувшинным способом. В Западной Грузии сосредоточено производство неострых, пресноватых сыров с кисломолочным вкусом – сулугуни и имеретинского. В высокогорных северных районах Восточной Грузии делают острые и соленые сыры – кобийский, тушинский и грузинский.

Не только вкусовая гамма, но и способы применения грузинских сыров сильно отличаются от европейских. Если в европейских кухнях разнообразные сыры составляют принадлежность в основном либо закусочного, либо десертного стола, то в грузинской кухне их используют при приготовлении горячих блюд, как вторых, так и первых (гадазелили). В грузинской кухне сыр отваривают или разваривают в молоке, жарят на вертеле и на сковороде в масле, запекают в тесте, вымачивают,

толкнут, сдабривают маслом и пряностями. Эти особенности употребления сыров в значительной степени связаны с тем, что закавказские сыры очень часто не проходят полного процесса созревания и представляют собой типичные полуфабрикаты, а также с общим у ряда древних горных народов стремлением перенести приемы тепловой обработки мяса на другие продукты животноводства, приспособить их, например, к сыру. Так, варка и обжаривание сыра свойственны швейцарской кухне, грузинской кухне столь же свойствен способ обжаривания сыра на вертеле.

Широкое использование вплоть до наших дней открытого огня и вертела для приготовления не только мясных, но и овощных, рыбных и даже сырных блюд, а также применение глиняной кувшинообразной печи торне для выпечки мучных изделий в целом типично, разумеется, не только для грузинской, но и для других закавказских кухонь. Более специфичны применяемые грузинами для жарения и запекания кеци – небольшие глиняные и большие каменные сковородки, а также широкие металлические сковородки тапа для жарения домашней птицы под прессом. И хотя последний прием был заимствован в древности у армян, но в грузинской кухне он получил гораздо большее распространение. Все эти технологические методы служат, однако, лишь одним из элементов создания национального кулинарного колорита в грузинской кухне.

Другой, внешне менее привлекающей внимание, но зато более существенной и подлинно национальной особенностью грузинской кулинарии является использование специальных приемов для создания разнообразных блюд. Из таких приемов следует назвать два: использование кислой, кислжирной и кислояичной среды для создания своеобразного вкуса и консистенции грузинских супов и применение соусов для обогащения ассортимента вторых блюд. Грузинские супы почти лишены овощной гущи. Зато консистенция их намного плотнее обычных супов. Это достигается очень часто введением в них яичных желтков или целых яиц.

Чтобы яйца не свертывались при нагревании, применяется следующий прием: их предварительно смешивают в единую эмульсию с какой-либо кислой средой – натуральным кислым фруктовым соком, кислым молоком (мацони) или уксусом. Особенно часто используется в качестве кислой среды загущенное и высушенное пюре сливы ткемали, называемое тклапи. Кислая среда применяется в супах и тогда, когда отсутствуют яйца, но имеется довольно много жиров и мяса. Это не только облагораживает и разнообразит вкус блюд, но и значительно повышает их усвояемость.

Подобно французской кухне грузинская немислима без соусов. При этом грузинские соусы принципиально отличаются от европейских как составом, так и технологией. Для грузинских соусов всех видов в качестве основы используется исключительно растительное сырье. Чаще всего это кислые ягодные и фруктовые соки или пюре из ткемали, терна, граната, ежевики, барбариса, иногда из помидоров. Большое распространение имеют также ореховые соусы, где основой служат толченые орехи, разведенные либо бульоном, либо простой водой или винным уксусом. Реже используется в качестве основы для некоторых соусов толченый чеснок (но он входит как дополнительный компонент в большинство соусов). Во многих соусах и подливах все указанные основные растительные

элементы (кислый сок, орехи, чеснок) соединяются в разных пропорциях. Наряду с основой в состав грузинских соусов входит также большой набор пряностей, в основном пряной зелени, пряных трав, к которым добавляется небольшое количество сухих пряностей. В состав пряной зелени входят кинза, базилик, эстрагон, чабер, петрушка, укроп, мята; в состав сухих пряностей – красный перец, семена кориандра, корица, кардобенедикт (имеретинский шафран), гвоздика. В каждом соусе используется свой набор пряностей, т. е. не все указанные пряности вместе, а обычно три-четыре из них. Именно такой набор в каждом отдельном случае придает соусам в сочетании с различной основой разнообразный вкус и аромат.

Технология приготовления грузинских соусов сводится обычно к двум основным операциям: к увариванию фруктового сока или пюре и к толчению орехов, чеснока, пряностей. Уваривают на треть или наполовину, а толкут до получения гладкой пасты или эмульсии.

После уваривания и толчения остается лишь смешать все компоненты, входящие в данный соус. Обычно смешивание сводится к разведению сухих компонентов жидкими: соками, винным уксусом, бульоном или водой. Большинство грузинских соусов по консистенции жидкие в противоположность, например, соусам европейским, имеющим густую консистенцию, иногда более плотную, чем густая сметана.

Своеобразно и применение соусов в грузинской кухне: один и тот же соус может применяться к совершенно разной основе (мясной, овощной и даже рыбной) и в зависимости от этого давать разные блюда. Таково, например, использование соуса сациви. Иногда же диапазон применения соуса может ограничиваться лишь овощными блюдами, но при этом такие блюда должны быть разными по составу основных овощей, т. е. и в этом случае принцип остается прежним – одинаковый соус к разной основе. Так, к капусте, баклажанам, свекле, фасоли может быть использован один и тот же соус – ткемали. С другой стороны, к одной и той же основе могут быть применены разные соусы. Этот прием также дает разные по названию блюда. Например, к совершенно одинаково зажаренной курице можно подать соусы сацебели, сациви, гаро, ткемали, чесночно – винный, ореховый, барбарисовый и др.

Именно варьированием соусов и в общем-то небольшого числа основных продуктов достигается в значительной степени разнообразие вторых блюд грузинской кухни. Чаще всего в качестве основы выступают такие продукты, как фасоль, баклажаны, домашняя птица, которые способны создать очень близкий к нейтральному, но не совсем нейтральный вкусовой фон, благоприятный для проявления на нем аромата, вкуса, пикантности грузинских соусов.

Иногда грузинские соусы выступают в роли самостоятельных блюд и употребляются в этом случае с хлебом. Достаточная калорийность, значительное содержание витаминов, высокие вкусовые качества вполне объясняют такое их использование.

Несколько слов о вкусовой гамме грузинских соусов. Самая отличительная ее черта – это терпкая кислинка, создаваемая естественными фруктово-ягодными соками. Очень часто ее ошибочно принимают за «остроту» и связывают с якобы

неумеренным употреблением пряностей, особенно перца. Между тем кисловато-терпкий вкус не имеет ничего общего с «остротой». Конечно, он усиливает аромат и привкус, который сообщают грузинским соусам используемые в них пряные травы, но сам характер их кисловатой основы и этих пряностей не острый.

Естественная кислинка фруктовых соков ничего общего не имеет с остротой уксуса, которым иногда заменяют эти соки при приготовлении грузинских блюд в ресторанной практике. Что же касается пряностей, используемых грузинской кухней как в соусах, так и непосредственно при приготовлении пищи, то они также отличаются ароматичностью, а вовсе не остротой: не только пряная зелень, как, например, кинза, базилик, чабер, эстрагон, мята, но и любимые грузинами сухие пряности – хмели-сунели, корица и кардобенедикт смягчают, умеряют резкость вкуса и также отличаются, в первую очередь, не жгучестью, а высокой ароматичностью.

Набор пряностей в грузинской кухне, как кстати и в остальных закавказских, преследует создание не столько жгучего, сколько ароматически-пряного, освежающего эффекта. Отсюда в грузинской кухне преобладает употребление свежих, а не сушеных пряностей и не столько классических, сколько местных, поскольку свежие пряные травы действуют более мягко.

Единственная подлинно жгучая пряность в грузинской кухне – это красный перец, но он, как и чеснок, употребляется, грузинами довольно умеренно, хотя и постоянно. И красный перец и чеснок всегда употребляются как дополнительный, а не главный компонент в пряных смесях и, кроме того, их жгучесть всегда умеряется тем, что им обязательно сопутствуют такие пищевые продукты, как толченые орехи и мацони, которые призваны ослабить первоначальную жгучесть.

Правда, между различными районами Грузии существуют некоторые различия в применении пряностей: в Западной Грузии, особенно в Абхазии, находившейся почти два с половиной столетия (1578-1810 гг.) под владычеством Турции, употребление красного перца (турецкого) распространено значительно шире, чем в Восточной Грузии. Так, в Абхазии употребляют пряную смесь аджику, в которой красный перец составляет четвертую (!) часть, в остальных районах Грузии доля красного перца в общем составе пряных смесей постепенно падает (с запада на восток), доходя иногда до 5%, т. е. одной двадцатой части, но обычно в среднем не превышает десятой части.

## **2. Характеристика основных продуктов, используемых для приготовления блюд**

### *ПЕРВЫЕ БЛЮДА (СУПЫ)*

#### *ХАРЧО*

Харчо – суп из говядины с рисом и грецкими орехами на специальной кислой основе – тклапи, (полуфабрикат, приготовляемый из сливы ткемали, – загущенное на солнце сливовое пюре). Сочетание мягкого, нежного вкуса говяжьего бульона и нейтрального риса с нерезкой естественной кислотой тклапи и пряной зеленью заправки и слегка вяжущим ароматом орехов создает характерный вкус и запах супа-харчо. Летом тклапи можно заменять свежей алычой (ткемали), а говядину –

грудинку и рульку – нельзя уже ничем заменять, ибо само полное грузинское название харчо – «дзрохис хорци харшот» означает «суп из говядины» или, точнее, «говяжье мясо для харчо».

При недостатке тех или иных продуктов для харчо возможны лишь естественные замены: вместо кислоты тклапи и алычи – помидоры или сок лимона; вместо базилика и кинзы – зелень сельдерея и укропа. Эти замены допустимы, ибо они не изменяют самого характера харчо. Только пряной зелени должно быть много, по крайней мере 1/4 стакана. Следует помнить, что любые заменители тклапи, кроме соков, т. е. свежие помидоры и алычу, вводят в харчо за 15 мин до готовности. Пряности закладывают трижды в процессе приготовления.

Состав продуктов для харчо: 2-2,5 л воды, 500 г говяжьей грудинки или рульки, 4 луковицы, 0,5 стакана риса, 1 -1,5 стакана растертого тклапи или 2 ст. ложки соуса ткемали, 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 черного 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).

Приготовление харчо состоит из трех 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 мин засыпать часть пряностей. Рис варить до готовности (20 мин), за 5 мин до готовности риса положить толченые грецкие 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 партию пряностей и варить не более 5 мин, после чего настаивать под закрытой крышкой 3-5 мин.

Пряности в первой закладке вместе с рисом: мелко нарезанный лук, обжаренный с кукурузной мукой, петрушка (корень), кориандр (семена), лавровый лист, черный 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: толченый чеснок, зелень кинзы и базилика.

### *ЧИХИРТМА*

Чихиртма – суп из баранины или чаще всего из мяса домашней птицы (курицы, индейки) на яичнокислой основе. Эта основа делает жидкую часть чихиртмы гораздо более загущенной, чем у харчо, а также придает супу вкусовое своеобразие. Однако в чихиртме полностью отсутствует овощная и крупяная гуща.

Подготовка бульона в целом похожа на подготовку бульона для харчо, но имеет свои особенности. По составу пряностей чихиртма отличается от харчо присутствием мяты и шафрана и отсутствием хмели-сунели. Остальная пряная зелень в основном та же, но в целом аромат и вкус чихиртмы резко отличаются от других грузинских супов.

#### *ЧИХИРТМА ИЗ БАРАНИНЫ*

1,5 л воды, 500-750 г бараньей грудинки и мяса задней части, 2-3 яйца (лучше только 3-4 желтка), 4 луковицы, 1 ст. ложка сливочного или топленого масла, 3 ч. ложки кукурузной или пшеничной муки, 0,25 стакана лимонного сока или 2 ст. ложки гранатового экстракта наршараби, или 2 ч. ложки винного уксуса, или 1,5-2 ст. ложки пюре тклапи (50 г), 2 ст. ложки зелени кинзы, 1 сельдерей (корень и зелень), 1 петрушка (корень и зелень), 10 горошин черного перца, 0,5 ч. ложки корицы, 1 ст. ложка базилика, 0,5 ст. ложки (семян) кориандра, 0,5 ст. ложки 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 ч 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 яичнокислую смесь.

Когда заправка и смесь готовы, вынуть баранину из бульона, ввести в него заправку, прокипятить 5-7 мин, затем снять с огня бульон и ввести в него осторожно и постепенно яичнокислую смесь, все 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 мин.

Мучная заправка. Отлить полстакана бульона, слегка остудить и развести в нем 2-3 ч. ложки муки, добавить к этой смеси обжаренный лук, размешать и дать постоять.

Яичнокислая смесь. Яйца или яичные желтки взбить, добавить к ним 1-2 ч. ложки муки 0,5 стакана теплого бульона, размешать, долить кислоту, вновь размешать.

#### *ЧИХИРТМА С КУРИЦЕЙ ИЛИ ИНДЕЙКОЙ*

1 курица или 1-1,5 кг мяса индейки, остальной набор продуктов тот же, что для чихиртмы с бараниной.

Чихиртму с курицей готовят так же, как и с бараниной, с той только разницей, что птицу если она старая, варят не более получаса (целиком), а затем нарезают на куски и обжаривают либо, если она молодая, вообще не варят вначале, а сразу обжаривают. Кроме того, в куриный бульон не добавляют мучную заправку, а в виде кислоты к яичнокислой смеси используют чаще всего сок лимона, а не уксус.

#### *БОЗАРТМА*

Бозартма – суп из жирной баранины или из домашней птицы (курицы, цыпленка, индейки) с небольшим количеством жидкости, с легкой кислинкой.

Основные и единственные овощи в бозартме – это лук и помидоры, а бозартма из птицы может быть и без помидоров: их кислота заменяется частично или полностью гранатовым соком. Бульон в бозартме из-за большого количества лука и малого количества воды весьма концентрированный и воспринимается скорее как жидковатый луковый соус. Набор пряностей в бозартме сильно меняется в зависимости от вида (нежности) мяса – баранины, курицы или цыпленка.

#### *БОЗАРТМА ИЗ БАРАНИНЫ*

1,25 л воды, 500-750 г жирной баранины, 5 луковиц, 5 помидоров, 1 ст. ложка масла, 1 ч. ложка молотого перца или 10 раздавленных горошин, 3 ст. ложки зелени кинзы, 0,5 головки чеснока.

Баранину нарезать кусками размером 3x4 см, залить холодной водой и варить 1 – 1,5 ч под крышкой на умеренном огне, после чего мясо вынуть из бульона, обжарить с луком в масле, потушить до полной готовности, добавить мелко нарезанные помидоры, слегка потушить до полного выделения из них сока и вновь залить остатками бульона, посолить, затем заправить перцем и кинзой, довести до кипения.

#### *БОЗАРТМА ИЗ КУРИЦЫ ИЛИ ИНДЕЙКИ*

1,25 л воды, 1 курица или 1-1,5 кг мяса индейки, 6 луковиц, 4 помидора, 1 стакан гранатового сока, 3 ст. ложки сливочного или орехового масла, 1 ст. ложка зелени кинзы, 1 ст. ложка зелени петрушки, 0,5 ст. ложки зелени чабера, 1 ст. ложка зелени укропа, 1 ч. ложка мяты, 1 щепотка кардобенедикта (имеретинского шафрана), 4-5 зубчиков чеснока, 1 ч. ложка красного перца.

Курицу или часть индейки разрезать на 12 кусков, залить кипятком и дать прокипеть на умеренном огне 10-20 мин (в зависимости от жесткости мяса птицы), затем вынуть из бульона и обжарить в жире, снятом с поверхности бульона, вместе с мелко нарезанным луком и тушить в течение 10 мин.

Затем залить процеженным бульоном, проварить еще 10 мин, заправить тушеными или разваренными в пюре отдельно помидорами, гранатовым соком и пряностями и через 5 мин прекратить варку.

#### *БОЗАРТМА ИЗ ЦЫПЛЯТ*

1,25 л воды, 1-2 небольших цыпленка, 4-5 луковиц, 6 помидоров, остальные продукты те же, что в предыдущем разделе (имеется в виду рецепте).

Готовят так же, как и бозартму из кур, но цыплят, разрубив на небольшие куски, следует обжаривать и тушить сразу, сырыми, без предварительной варки, а затем уже заливать кипятком и варить всего 10-12 мин, заправив в конце варки приготовленными, как указано в предыдущем рецепте, помидорами и пряностями.

#### *ШЕЧАМАНДЫ*

Шечаманды – вегетарианские супы без овощей и круп, загущенные мучной заправкой и приготовляемые на молочнокислой, фруктово-кислой и орехово-зеленой основе. Шечаманды на молочнокислой основе заправляют яйцами.

#### *ШЕЧАМАНДЫ С МАЦОНИ*

1 л мацони, 0,5 л воды, 2 ст. ложки пшеничной муки, 3 -4 луковицы, 50 г сливочного масла, 2-3 яйца, 1 ч. ложка мяты, 1 ст. ложка кинзы или эстрагона, 1 ст. ложка укропа.

1. Развести мацони водой, постепенно подливая ее, взбить до получения однородной массы. В части этой смеси развести муку, посолить, соединить с остальной жидкостью.

2. Мелко нарезанный лук потушить в масле.

3. Соединить продукты, указанные в пп. 1 и 2, поставить варить на 15 мин (после закипания), помешивая. В конце варки заправить пряностями.

4. Заправить яйцами одним из двух способов: а) яичные желтки развести в чашке остуженного супа и влить их в остальной суп, снятый с огня, быстро размешивая; б) яйца взбить, влить их в суп, непрерывно помешивая и не доводя до кипения шечаманды, снять его с огня, как только яйца начнут свертываться.

#### *ШЕЧАМАНДЫ С КИЗИЛОМ*

500-750 г кизила, 1 л воды, 2 луковицы, 2 ст. ложки пшеничной муки, 4-5 зубчиков чеснока, 1 ст. ложка мяты.

Кизил протереть через эмалированный дуршлаг и сок с мякотью поместить в эмалированную, фарфоровую или стеклянную посуду. Выжимки и косточки залить водой и прокипятить в эмалированной посуде в течение 5-7 мин. Отвар процедить, добавить мелко нарезанный лук, разведенную в части отвара муку и проварить 15 мин. За 1 мин до готовности заправить мятой и чесноком и прибавить сырой кизилковый сок с мякотью.

#### *ШЕЧАМАНДЫ С ОРЕХАМИ И ПРЯНОЙ ЗЕЛЕНЬЮ*

1,25 л воды, 3 лука-порея, 1 луковица, 0,5 стакана толченых орехов, 1 сельдерей (корень и зелень), 1 петрушка (корень и зелень), 2 ст. ложки кинзы, 1 ст. ложка укропа, 1 ст. ложка мяты, 2 ст. ложки кукурузной или пшеничной муки.

Лук, порей и коренья нарезать мелко, засыпать в кипящую подсоленную воду и варить 5-7 мин до окрашивания воды в зеленоватый цвет. Затем заправить разведенной в полчашке остуженного бульона мукой и толчеными орехами и варить еще 7-8 мин, после чего заправить мелко нарезанной пряной зеленью и дать постоять под крышкой 3-4 мин.

#### *ВТОРЫЕ БЛЮДА*

##### *БЛЮДА ИЗ МЯСА И ДОМАШНЕЙ ПТИЦЫ*

##### *МУЖУЖИ*

Мужужи – блюдо из отварной полумаринованной свинины. Готовят его ныне либо из свиных ножек и хвостов, либо из молодой мясной свинины, чаще всего поросенка. Однако настоящее мужужи должно обязательно сочетать оба сорта мяса, каждый из которых готовится несколько отличным от другого способом, после чего они соединяются в блюдо. В обоих случаях используется винный уксус (как правило, прокисшее сухое вино, предварительно настоянное 1-2 недели на эстрагоне и базилике). Винный уксус должен составлять десятую часть от объема мясного бульона, полученного в результате варки свинины, или 0,5 стакана на 1 л бульона. Приготовление (варка) обеих частей мужужи идет параллельно в эмалированной посуде.

Состав продуктов для мужужи:

10 свиных ножек, 5 свиных хвостов, 1-1,5 кг молодой мясной свинины или поросенка, 2 моркови, 3 луковицы, 8 лавровых листьев, 20 горошин душистого перца, 10 горошин черного перца, около 2 стаканов винного уксуса.

Приготовление свиных ножек. Ножки разрубить вдоль пополам, хвосты нарезать кусочками по 3 см; уложить плотно в кастрюлю, залить водой так, чтобы она чуть-чуть покрывала мясо, и варить без соли под крышкой на умеренном огне, не допуская кипения, около 1,5 ч с момента закипания. Затем бульон процедить, добавить к нему уксус из указанного выше расчета и залить этой смесью ножки, проварить еще на слабом огне около 1,5 ч, добавить лук, морковь, половину пряностей, посолить и варить еще 30-40 мин, после чего мясо вынуть, а отвар вновь процедить. К этому времени должна быть готова и вторая половина мужужи.

Приготовление свинины. Свинину нарезать на куски размером 4x5 см, опустить в 1,5 л слегка подсоленного кипятка и варить в течение 2,5 ч на умеренном огне, добавив за полчаса до готовности пряности. Сваренное мясо вынуть, плотно уложить в стеклянную банку, залить примерно 1 стаканом винного уксуса и продержать в нем 1-1,5 ч. Затем вновь положить в кастрюлю, залить процеженным бульоном, в котором варилось мясо, быстро довести до кипения и тотчас же снять с огня. Мясо вынуть, соединить с подготовленными к этому времени ножками, залить либо одним процеженным отваром от ножек, либо обоими отварами, если их мало, а блюдо поставить на холод.

Подавать холодным, с зеленым луком, пряной зеленью.

#### *МЦВАДИ (ШАШЛЫК)*

Мцвади в Грузии делают преимущественно из говяжьего (бычьего) мяса. Распространен он чаще всего в трех следующих видах:

- собственно мцвади, т. е. шашлык из целой бычьей вырезки, так называемый целиковый или длинный шашлык, чрезвычайно редко встречающийся ныне в ресторанной кухне;
- шашлык из бастурмы, т. е. из предварительно подготовленного маринованного говяжьего мяса; этот вид получил наибольшее распространение за пределами Грузии, но с использованием баранины;
- шашлык из баранины с баклажанами, свойственный домашней кухне.

#### *ДЛИННЫЙ МЦВАДИ*

Вырезку зачистить от пленок и целиком, во всю длину вдоль вдеть на вертел; при этом, чтобы вырезка во время жарения сохраняла форму и не сокращалась, плотно привязать ее к вертелу суровой ниткой. Обжарить, как обычный шашлык, над углями без пламени, вращая, причем предварительно или в процессе обжаривания обмазать ореховым или иным растительным маслом. Иногда до жарения шашлык перышком слегка смачивают соленой водой. Но этого можно и не делать, а посолить и поперчить или смазать аджикой уже готовый шашлык – так мясо будет сочнее. Готовый шашлык снимают с вертела, режут, как колбасу, поперек волокон с небольшим скосом ломтями толщиной 1,5 см, солят, перчат и заедают зеленью лука, кинзы, базилика или целиком обжаренными на вертеле помидорами, у которых затем снимают кожицу.

#### *МЦВАДИ-БАСТУРМА*

Из говяжьей вырезки или из мяса других отделов задней части, тщательно очищенного от пленок и сухожилий, нарезать небольшие куски одинаковых размеров (например, 3x5 см) и сложить их в неметаллическую посуду (фаянсовую, фарфоровую, эмалированную), засыпав смесью соли, черного молотого перца,

мелко нарезанного лука, молотого семени кориандра или ажгона, разведенных в 1-2 ст. ложках винного уксуса, перемешать, закрыть и выдержать в прохладном месте от 12 ч до 2,5 суток, после чего нанизать на вертел (лучше всего не на металлический, а на прутья из лиственных пород дерева) и обжарить над углями. Чтобы мясо не подгорало и не обугливалось по краям, его обмазывают маслом, а угли слегка присыпают золой.

### *МЦВАДИ В БАКЛАЖАНАХ*

Баранину (корейку или заднюю часть), предпочтительнее молодую, нарезать кусками одинаковых размеров. Баклажаны надрезать глубоко вдоль и в разрез поместить куски баранины, посыпав их слегка солью и молотым черным перцем, после чего нанизать на вертел так, чтобы он захватил оба конца баклажана и все куски баранины. Обжарить над углями, вращая вертел так, чтобы куски баранины всеми своими сторонами поворачивались в открытый разрез баклажана. Баранину и баклажаны смазывают маслом, как и другие виды мцвади во время обжаривания (перышком птицы).

### *ЧАНАХИ*

Чанахи – мясо-овощное блюдо, получаемое в результате томления мяса вместе с овощами в глиняных горшочках в духовке.

В качестве мяса для чанахи используется только жирная баранина, составляющая около 1/5 чанахи; остальное приходится на овощи – баклажаны, помидоры, картофель, лук, взятые примерно в равных долях. Иногда в чанахи добавляют также рис (в середине приготовления блюда), и в этом случае доля овощей несколько снижается в основном за счет картофеля, но их состав не меняется.

Для чанахи необходимы такие пряности, как зелень петрушки, кинзы, базилика, черный и красный перец.

Технология чанахи несложна.

Мясо и овощи закладывают в глиняную посуду, плотно закрывают и ставят в духовку на 1,5-2 ч. При этом мясо может быть либо нарезано на куски, либо его закладывают в посуду одним куском.

Овощи, как правило, кладут поверх мяса, причем картофель и лук нарезают, а помидоры и баклажаны кладут целиком.

Баклажаны предварительно надрезают вдоль до середины, перчат, солят, начиняют пряной зеленью.

В случае использования риса (на 500 г мяса – 0,5 стакана риса) долю картофеля сокращают вдвое и баклажанов кладут на две штуки меньше.

Рис закладывают после 1 ч варки в середину горшка с чанахи, где для него делается углубление.

### *Состав продуктов для чанахи*

500 г баранины, 500 г помидоров, 500 г картофеля, 5 баклажанов, 5 луковиц, 8-10 горошин черного перца, 0,5 ч. ложки красного перца, 2 ст. ложки кинзы, 1 ст. ложка базилика, 1 стакан томатного сока или воды, 25 г курдючного сала или сливочного масла.

Мясо посолить, дать полежать 5 мин, положить в горшок.

Подготовить, как указано выше, лук, помидоры, картофель, баклажаны, положить в горшок рядами вперемешку с пряностями, посолить сверху.

Положить масло, залить чанахи томатным соком или кипятком, закрыть плотно крышкой, поставить в духовку.

### *ЧАХОХБИЛИ*

Чахохбили – мясо-овощное блюдо, приготовляемое из говядины или баранины, а еще чаще из домашней птицы, обычно из курицы. Наиболее подходит для чахохбили мясо хорошей упитанности, с жирком, обязательно молодое – его нарезают небольшими кусочками, как для гуляша.

Особенность приготовления мяса в чахохбили состоит в том, что его вначале обжаривают в кастрюле без дополнительного жира. В заключение такого сухого обжаривания обязательно добавляют лук (для мясного чахохбили) или лук, обжаренный отдельно на масле (для чахохбили из курицы). После обжаривания мясо варят также «сухим» способом (без воды), но с овощами, а значит в содержащейся в них жидкости. При этом овощей берут по весу ровно столько, сколько мяса. Обычно для чахохбили используют помидоры, реже – картофель, иногда – то и другое вместе. Помидоры предварительно ошпаривают и кладут очищенными от кожицы. Картофель иногда наполовину отваривают до закладки. Если чахохбили готовят из нежирного мяса (например, вырезки) или из молодой нежирной курицы, допускается прибавление небольшого количества сливочного масла при обжаривании мяса, но не сразу, а лишь после того, как мясо заколеровалось, а птица пустила сок во время тушения. При этом сок от птицы сливают в отдельную посуду в начале тушения, а затем прибавляют понемногу в процессе тушения.

В конце варки, точнее тушения, в чахохбили добавляют пряности: обязательный набор и дополнительный. Солят чахохбили дважды – перед закладкой овощей слегка и затем досаливают незадолго перед закладкой пряностей.

Процесс «сухого обжаривания» длится обычно 12-15 мин. Тушение с овощами занимает около 30 мин.

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

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

Дополнительными пряностями могут служить зелень укропа, мяты, эстрагона, добавляемые к чахохбили из баранины и курицы, а также сухие пряности – сунели, кориандр (семена), имеретинский шафран, добавляемые к чахохбили из курицы. Различные сочетания обязательных пряностей с дополнительными дают региональные варианты чахохбили.

### *ЧАХОХБИЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ*

500 г мяса (мякоти), 4 луковицы, 500 г помидоров, 0,5 головки чеснока, 1 ч. ложка красного перца, по 1 ст. ложке каждого сорта зелени из обязательного набора (см. выше).

### *ЧАХОХБИЛИ ИЗ БАРАНИНЫ*

500 г мяса (мякоти), 4 луковицы, 500 г помидоров, 3 картофелины, 1 головка чеснока, 1 ч. ложка красного перца, по 1 ст. ложке каждого сорта зелени из обязательного набора (см. выше), по 0,5 ст. ложки укропа, мяты, эстрагона.

1. Мясо нарезать, сложить в разогретую кастрюлю, обжарить в течение 10 мин, добавить мелко нарезанный лук, обжаривать еще 5 мин, слегка посолить.

2. Помидоры ошпарить, снять кожицу, размять их в отдельной посуде, вылить на мясо в кастрюлю. Картофель нарезать крупными дольками, положить в кастрюлю, перемешать с мясом и помидорами, закрыть крышкой, тушить на умеренном огне 20 мин. В конце тушения досолить.

3. Пряную зелень мелко нарезать, перемешать с сухими пряностями, ввести в чахохбили, перемешать, подержать на слабом огне 3-5 мин. Добавить мелко нарезанный чеснок. Дать настояться 5 мин под закрытой крышкой.

### *ЧАХОХБИЛИ ИЗ КУРИЦЫ*

1 курица (примерно 1-1,25 кг), 4-6 луковиц, 4 картофелины, 750-1000 г помидоров, 25 г сливочного масла, по 1 ст. ложке каждого сорта из обязательного набора пряной зелени (см. выше), по 0,5 ст. ложки мяты, эстрагона, 1,5 ч. ложки красного перца, 1 ч. ложка семян кориандра, 1 ч. ложка сунели, 1 ч. ложка имеретинского шафрана.

1. Курицу нарубить на куски, сложить в разогретую кастрюлю, тушить под закрытой крышкой на слабом огне 5 мин, затем слить появившийся сок в отдельную посуду. Продолжать обжаривание в течение 10 мин с открытой крышкой, добавляя сок, чтобы курица не подгорела. В конце обжаривания добавить лук, масло (постепенно), пассеровать еще около 5 мин.

2. Картофель нарезать на четвертинки, отварить отдельно. Помидоры подготовить так же, как для мясного чахохбили. Положить в чахохбили вначале помидоры, затем картофель. В середине тушения добавить, если потребуется, картофельной воды.

3. Подготовленные пряную зелень и сухие пряности вносить в блюдо так же, как в чахохбили из мяса.

### *САЦИВИ*

Сациви – холодное кушанье из домашней птицы, чаще всего курицы или индейки, но может быть также сациви из гуся и утки, а в редких случаях даже из мяса. Существенной частью сациви наряду с мясом птицы является соус сациви, давший название всему блюду. Наиболее сложно и ответственно приготовление соуса, который имеет более полутора десятков разновидностей. Однако основная схема приготовления соуса и набор продуктов для него более или менее постоянны. Соус готовят на бульоне, в котором варилась птица или мясо.

Состав продуктов для 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.

Приготовление птицы. Тушку курицы (или любой другой домашней птицы) отварить целиком в течение получаса после закипания в указанном количестве воды на умеренном огне, без сильного кипения. Затем вынуть, посолить, положить на противень грудкой вниз и обжарить в духовке вместе с небольшим количеством

бульона (1-2 ст. ложки) до готовности, причем время от времени поливать стекающим соком и переворачивать, чтобы она одинаково зарумянилась со всех сторон, но не очень сильно.

Приготовление соуса (см. ниже).

Заливка птицы соусом. Курицу нарезать на небольшие куски вместе с костями, залить горячим соусом, остудить.

Подавать сациви только холодным.

### *ГУРУЛИ*

1 курица, 2-3 луковицы, 2 ст. ложки толченых грецких орехов, 0,5 стакана винного уксуса, настоянного на чабере, 25 г топленого масла, 1 ч. ложка имбиря, 1 ч. ложка молотого красного перца, 2 ст. ложки зелени петрушки, 2 ст. ложки кинзы, 1 ч. ложка корицы, 1 ч. ложка соли, 6 бутонов гвоздики.

Курицу тщательно вымыть, нарезать на куски, обжарить в смеси топленого масла и срезанного заранее куриного жира до образования румяной корочки в течение 10-15 мин.

Все пряности растереть, мелко порубленную пряную зелень перемешать с орехами и уксусом, соединить все с кусками обжаренной курицы и тушить на слабом огне под крышкой до готовности примерно 20-30 мин.

### *ЦЫПЛЯТА ТАПАКА*

Цыплята тапака – это цыплята, жаренные на широкой сковороде тапа под крышкой и гнетом. Такое блюдо представляет собой чаще всего полуфабрикат для других блюд грузинской кухни, например для борани из цыплят. Поэтому тапака, как правило, жарят без приправ, если не считать соли и добавляемого иногда красного перца. Но затем в зависимости от того, в какое блюдо и в каком районе Грузии используют этот полуфабрикат, ему придают соответствующие гарнир и соус. Если цыпленок тапака используют как самостоятельное блюдо, что чаще всего практикуется за пределами Грузии, то его сопровождают толченым чесноком и пряной зеленью (кинзой, базиликом, эстрагоном, зеленым луком или пореем).

Состав продуктов для тапака: 1 цыпленок, 2-2,5 ст. ложки топленого масла, 0,5 ч. ложки красного молотого перца.

Выпотрошенного цыпленка разрезать вдоль грудки, развернуть, сплющить, для чего слегка отбить деревянным молотком (тяпкой), концы ножек и крылышек заправить в надрезы в коже, чтобы они не приподнимались во время обжаривания, а затем посолить и поперчить с обеих сторон, положить на предварительно разогретую сковороду с маслом, накрыть сверху плоской тарелкой, придавить ее камнем или другим грузом, чтобы цыпленок плотно прилегал к сковороде (можно использовать специальную сковороду). Жарить на умеренном огне с обеих сторон около получаса. Перевертывать, когда на одной стороне образуется румяная корочка.

### *БОРАНИ*

Борани – второе блюдо, представляющее собой сочетание отдельно приготовленных цыплят по типу тапака с большим количеством тушеных отдельно от птицы овощей, заливаемых мацони. Поскольку овощная часть является в борани основной по объему (да и усилий на ее приготовление затрачивается больше), очень часто собственно борани называют только эту овощную часть. В качестве овощной

основы для борани используют шпинат, стручковую фасоль и баклажаны. Характерно также применение большого количества пряностей.

При традиционной сервировке готового борани овощи делят на две равные части, одну помещают на дно тарелки, затем на нее кладут разрубленного на 8-10 кусков цыпленка, сверху покрывают второй половиной овощей и все вместе заливают мацони с настоем шафрана и посыпают корицей.

#### *БОРАНИ ШПИНАТНОЕ*

1 цыпленок, 500 г шпината, 6 луковиц, 0,5 л мацони, 5 яиц, 3 ст. ложки базилика, 2 ст. ложки чабера, 2 ст. ложки кинзы, 2 ч. ложки корицы.

Шпинат отварить в подсоленном кипятке в течение 3 мин, откинуть на дуршлаг, слегка отжать, мелко нарезать, соединить со свежей мелко нарезанной зеленью пряных трав (кинзы, базилика, чабера). Мелко нарезанный лук пассеровать на масле, соединить со шпинатной массой, вновь слегка потушить. Залить взбитыми яйцами, хорошо размешать, прогреть на огне еще 2-3 мин до свертывания яиц. Затем разделить шпинатную массу на две части и сервировать, как сказано выше.

#### *БОРАНИ БАКЛАЖАННОЕ*

1 цыпленок, 10 баклажанов, 6-7 луковиц, 0,5 стакана масла, 2 ст. ложки кинзы, 2 ст. ложки базилика, 2 ст. ложки мяты, 2 ч. ложки соли, 1 ст. ложка настоя шафрана (5-6 тычинок), 3 ч. ложки корицы.

Баклажаны очистить от кожицы, нарезать тонкими кружками, посолить, дать постоять 5 мин, затем отжать, удалив лишнюю соль. Нарезать кольцами лук, обжарить его с подготовленными баклажанами в масле, смешать со свежей пряной зеленью. Сервировать, как сказано выше.

#### *БОРАНИ С ЗЕЛеной ФАСОЛЬЮ*

1 цыпленок, 750 г стручковой фасоли, 4 луковицы, 0,5 стакана масла, 0,5 л мацони, 2 ст. ложки базилика, 2 ст. ложки кинзы, 2 ст. ложки укропа, 3 ч. ложки корицы, 4-5 тычинок шафрана (настой в десертной ложке водки или коньяка).

Фасоль отварить в подсоленной воде, нарезать, обжарить в масле с мелко нарезанным луком, смешать с рубленой свежей пряной зеленью, потушить 2 мин, посолить. Сервировать, как описано в традиционном способе (см. на выше).

#### *ОВОЩНЫЕ БЛЮДА*

##### *МХАЛИ*

Мхали – своеобразный салат, приготавливаемый из какого-либо основного овоща, составляющего около 90% массы всего блюда, и из одинаковой, почти неизменной для всех видов мхали заправки. В качестве основных овощей для мхали используют обычно капусту, свеклу, шпинат, сладкий перец, зеленый и репчатый лук. По ним и называют мхали: мхали капустный, мхали свекольный, мхали луковый и т. д.

В состав заправки обязательно входят грецкие орехи, винный уксус (или сок незрелого винограда, гранатовый сок), чеснок, кинза, красный перец, зелень петрушки, соль. Иногда добавляют кориандр, сунели, укроп, а также лук – в зависимости от характера основного овоща. Лук входит в заправки только свекольного и шпинатного мхали.

Отличие мхали от обычных салатов состоит в том, что основные овощи обязательно подвергаются тепловой обработке. Их чаще всего слегка отваривают, точнее, припускают в малой воде (шпинат, капусту, свеклу, сладкий перец, зеленый лук), либо пекут (свеклу, сладкий перец, репчатый лук), либо, наконец, просто ошпаривают (молодую капусту, зеленый лук), после чего измельчают и перемешивают с заправкой, не подвергаемой тепловой обработке. Сочетание отварных или печеных овощей со свежей пряной зеленью и орехами создает особый вкус, отличающий мхали от других овощных блюд.

*Состав продуктов для мхали:*

500 г основного овоща, 0,5-1 стакан очищенных орехов, 1 ст. ложка винного уксуса или 0,25 стакана гранатового сока, по 2 ст. ложки зелени киты, петрушки, укропа, 2-3 луковички (при свекле и шпинате), 0,5-1 ч ложка красного перца, 2-3 зубчика чеснока, 1 ч. ложка сунели, 0,5 ч. ложки семян кориандра.

1. Отварить основные овощи в эмалированной посуде или испечь их на листе в духовке.

2. Подготовить заправку: истолочь орехи с чесноком, смешать их с мелко нарезанной пряной зеленью и сухими пряностями, заправить винным уксусом и посолить по вкусу, тщательно перемешать.

3. Перемешать заправку с мелко нарезанными овощами.

*ЧОГИ*

500 г свеклы, 0,5 стакана сушеного кизила, 2 луковички, 3 ст. ложки кинзы, 2 ст. ложки петрушки, 1 ст. ложка мяты.

Свеклу отварить в кожуре или испечь в фольге в духовке. Очистить. Нарезать мелкой соломкой. Отварить в 1 стакане воды сушеный кизил, пропустить вместе с отваром через дуршлаг, чтобы получилась пюреобразная масса. Нарезать лук, пряную зелень, перемешать со свеклой и кизиловой массой, посолить и снова перемешать.

*ЛОБИО*

Лобио в переводе с грузинского – фасоль. Это название носят блюда из отварной фасоли, имеющие в грузинской кухне несколько десятков вариаций. Они различаются сортами фасоли, величиной, формой, цветом, характером окраски (одноцветная, пятнистая, точечная, полосатая), а также степенью развара и, что самое главное, приправами.

Что касается внешних признаков, то они не влияют на вкус, однако следует иметь в виду, что мелкозернистая фасоль разваривается лучше и быстрее крупнозернистой, а фасоль разной окраски имеет и разную продолжительность варки, отчего в одном блюде следует использовать всегда лишь односортовую фасоль.

Для ускорения варки фасоль почти всегда (за исключением свежей) замачивают в холодной сырой или кипяченой воде от 6 до 24 ч. Во время замачивания 1-2 раза меняют воду, а после замачивания перебирают заново, поскольку в разбухшем виде все повреждения фасоли обнаруживаются легче. После замачивания фасоль промывают, заливают холодной водой так, чтобы та слегка покрывала ее, и отваривают на умеренном огне под крышкой в течение нескольких часов – очень часто почти до полного выпаривания воды. Если же вода остается и

после готовности фасоли, то ее сливают. Если вся вода может выпариться до готовности фасоли, то по мере ее выкипания следует понемногу подливать кипятком, но ни в коем случае не холодную воду.

Фасоль отваривают либо так, чтобы ее зерна остались целыми, либо разваривают в бесформенную массу наподобие каши. В грузинской кухне предпочтение отдается целой форме зерен.

Вкусовое разнообразие лобио достигается добавлением к одной и той же основе разных приправ. Самыми распространенными и постоянными компонентами для создания приправ являются лук, растительное масло и винный уксус. Процент их для лобио довольно высок: лук составляет обычно от четверти до половины веса фасоли, масла берут из расчета 0,5 стакана на 1 кг фасоли, а винного уксуса – от 0,25 до 0,75 стакана на 1 кг фасоли. К этому постоянному трио могут быть добавлены порознь в разные виды лобио – помидоры, грецкие орехи, крутые яйца, имеретинский сыр, тклапи (взамен уксуса). Чаще всего эти дополнительные приправы идут в пюреобразные лобио (особенно сыр), но их можно вводить и в лобио из целой фасоли, в количествах, зависящих как от личного вкуса приготавливающего, так и от местных особенностей приготовления.

Еще большие региональные различия наблюдаются в сдабривании лобио пряностями. В качестве наиболее часто употребляемых пряностей в лобио вводят зелень кинзы, петрушки, сельдерея, лука-порея, мяты, чабера, базилика, укропа, которые берутся либо в разных сочетаниях (обычно по 3-4 для каждого вида лобио), либо все вместе: по 1-2 ст. ложки каждой на 500 г фасоли.

Кроме того, к лобио добавляют следующие сухие пряности: черный или красный перец, корицу, гвоздику, кориандр, сунели, имеретинский шафран (обычно из расчета 1 ч. ложка на 500 г фасоли); изредка в отдельные виды лобио добавляют толченый чеснок и тертый корень сельдерея.

*Наиболее характерные соотношения продуктов для лобио:*

500 г фасоли, 2 – 4 луковицы, 0,25 стакана растительного масла, 0,25 стакана винного уксуса, 5 помидоров, 0,25-0,5 стакана грецких орехов, 2 яйца, 100 г корня сельдерея, 200 г имеретинского или другого рассольного сыра + выбрать одну из этих приправ

по 1 – 2 ст. ложки зелени кинзы, петрушки, сельдерея, лука-порея, мяты, чабера, базилика, укропа + выбрать по 3 – 4 или более пряностей

по 0,5 ч. ложки семян кориандра, корицы, гвоздики, сунели, имеретинского шафрана + выбрать по 1 – 3 компонента

2 – 4 зубчика чеснока (идет в разварные лобио и в лобио с грецкими орехами)  
1 ч. ложка черного или красного перца (идет в каждый вид лобио)

1. Отваренную фасоль, не давая ей остывать, переложить в посуду с поджаренным или пассерованным луком, посолить и либо обжарить ее в течение 3-4 мин, либо просто дать ей впитать в себя разогретое масло.

2. Переложить эту смесь в эмалированную или фарфоровую посуду, добавить винный уксус, предварительно слегка проваренный 2-3 мин с базиликом или эстрагоном, ввести сухие пряности и мелко нарезанную пряную зелень.

Остальные добавки перед смешением с фасолью подготовить следующим образом:

помидоры ошпарить кипятком, снять кожицу, размять в пюре деревянной ложкой, ввести в лобио до пряностей;

орехи мелко растолочь вместе с чесноком, красным перцем, солью в единую массу, развести винным уксусом и соединить с фасолью.

сыр вымочить в холодной воде в течение 1 ч, натереть на терке или истолочь вместе с красным перцем, гвоздикой и корицей, а затем развести в небольшом количестве (нескольких ложках) отвара фасоли до консистенции густой сметаны и соединить с фасолью.

### *БЛЮДА ИЗ БАКЛАЖАНОВ*

Грузинская кухня знает десятки блюд из баклажанов, которые отваривают, пекут, тушат и жарят, а затем соединяют с различными приправами и пряностями. В зависимости от вида первичной тепловой обработки баклажаны приобретают различный вкус. Блюда из вареных, печеных и обжаренных (или тушеных) баклажанов представляют собой три различные по приемам приготовления группы блюд.

### *БАКЛАЖАНЫ ВАРЕННЫЕ*

Варят баклажаны обычно двумя способами: припускают, т. е. отваривают в малой воде, или отваривают до полуготовности. В обоих случаях после отваривания применяется отжатие баклажанов рукой или под прессом. После отжатия баклажаны измельчают и перемешивают с приправой или фаршируют приправой, состав которой в основном постоянен.

Полуотваренные баклажаны могут быть еще слегка обжарены.

1 кг баклажанов, 1 стакан орехов, 2 луковицы (или перо зеленого лука), 3-4 зубчика чеснока, 3 стакана пряной зелени (из расчета по 0,5 стакана каждого сорта – см. ниже), 0,25-0,5 стакана гранатового сока, по 1 ч. ложки красного перца, имеретинского шафрана, кориандра, по 0,5 ч. ложки корицы и гвоздики, 1 ст. ложка зелени сельдерея (для отваривания).

1. Баклажаны надрезать вдоль, уложить в эмалированную посуду и припустить вместе с сельдереем в 1 стакане кипятка около получаса на слабом огне, чтобы не разварились. Затем откинуть и отжать рукой.

Вариант: баклажаны надрезать, отварить до полуготовности и отжать между двумя досками в течение 1 ч, поставив на верхнюю доску ведро воды или соответствующую его весу тяжесть.

2. Баклажаны нарезать узкими ломтиками вдоль.

Вариант: баклажаны, оставив целыми, слегка обжарить в растительном масле.

3. Приготовить приправу: грецкие орехи истолочь вместе с чесноком, красным перцем и солью, мелко нарезать зеленый лук, зелень кинзы, чабера, базилика, петрушки, сельдерея, добавить гранатовый сок или винный уксус, все перемешать.

Вариант: добавить в приправу по выбору еще и кориандр, гвоздику, корицу, имеретинский шафран.

4. Соединить приправу с баклажанами, перемешать.

Вариант: нафаршировать приправой надрезанные и обжаренные баклажаны, обмазать их начинкой сверху.

### *БАКЛАЖАНЫ ПЕЧЕННЫЕ*

500 г баклажанов, 1 луковица, 0,5 стакана орехов, 0,25 стакана винного уксуса, по 0,5 стакана зелени кинзы и сельдерея, по 0,25 стакана зелени петрушки и укропа, 2 зубчика чеснока, по 1 ч. ложки красного перца, сунели и имеретинского шафрана, 0,5 ч. ложки кориандра.

1. Баклажаны испечь без жира на противне в духовке, снять кожицу, мякоть нарезать в длину на полоски или мелко изрубить.

2. Приготовить приправу, измельчив и перемешав все остальные компоненты.

3. Перемешать подготовленные баклажаны с приправой.

### *БАКЛАЖАНЫ ЖАРЕННЫЕ*

Баклажаны, предназначенные для обжаривания на масле, можно очищать или не очищать от кожицы, нарезать вдоль или поперек. Затем их обязательно солят, прикрывают полотенцем и оставляют на 10-20 мин для вылеживания, а затем отжимают рукой. Только после этой операции баклажаны жарят на растительном масле (или топленом) до образования румяной корочки.

После обжаривания баклажаны перемешивают с различными приправами, причем с некоторыми их можно еще немного потушить.

Основные приправы-заправки для жареных баклажанов – ореховая, томатная, чесночно-уксусная (приготавливаются, как одноименные соусы – см. в соответствующем разделе), жареный лук, тертый рассольный сыр, крутые яйца, топленое масло, мацони. Из них первые три – сложные, состоящие из нескольких компонентов.

#### *СОУСЫ*

##### *ЯГОДНО-ОВОЩНЫЕ СОУСЫ*

##### *СОУС ТКЕМАЛИ*

1 кг ткемали, 0,25 стакана воды, 1 головка чеснока, 2 ст. ложки сухого укропа, 3 ч. ложки кориандра, 1,5 ч. ложки красного перца, 2 ч. ложки сухой мяты.

Сливы ткемали разрезать пополам, положить в эмалированную посуду, подлить воды и вскипятить на медленном огне, пока не сойдет кожура и не отстанут косточки, от которых надо отделить всю остальную массу. Затем слить отдельно прозрачный сок, растереть массу в пюре и вновь варить при непрерывном помешивании деревянной ложкой до густоты сметаны, подливая ранее отцеженный сок при загустении. Затем положить все пряности, растертые в порошок, посолить и прогреть еще 5 мин. Соус применять в остуженном виде. Для дальнейшего хранения можно разлить соус в бутылки, залить сверху 1 ст. ложкой растительного масла, герметически закупорить и через сутки залить сургучом.

##### *СОУС ТЕРНОВЫЙ*

500 г ягод терна, 0,5 стакана воды, 2 ст. ложки зелени кинзы, 1,5 ст. ложки зелени укропа, 2-3 зубчика чеснока, 1 ч. ложка красного молотого перца.

Терн залить водой и отварить на слабом огне под крышкой до полного разваривания. Протереть в пюре, добавить в него мелко нарезанные и молотые пряности, посолить и перемешать, слегка уварить.

### *СОУС КИЗИЛОВЫЙ*

500 г кизила, 0,25 стакана воды, 4 зубчика чеснока, 1 ч. ложка кориандра, 1 ч. ложка сунели, 2 ст. ложки зелени кинзы, 1 ст. ложка зелени укропа, 0,5 ч. ложки красного перца.

Зрелый кизил протереть сквозь дуршлаг, освободив от косточек, добавить к полученному пюре кипяченой воды, толченный с солью и перцем чеснок и остальные пряности и перемешать.

### *СОУС ТОМАТНЫЙ*

1 кг помидоров, 0,5-1 головка чеснока, 2 ч. ложки красного перца, 3 ч. ложки сунели, 2 ч. ложки кориандра.

Помидоры нарезать на четвертинки, сложить в эмалированную посуду, оставить на сутки и затем слить отделившийся светлый сок, использовав его в супы. Оставшуюся мякоть прокипятить на слабом огне, чтобы сошла кожица, и протереть в пюре или отжать через соковыжималку, отбросив кожицу и семена. После этого продолжать варить пюре на медленном огне до желаемой густоты, все время помешивая, чтобы масса не пристала ко дну посуды. Заправить пряностями, посолить и прогреть еще в течение 3-4 мин.

При использовании в качестве заправки к жареным баклажанам к этому соусу добавляют обжаренный мелко нарезанный лук (6 луковиц на 1 кг помидоров).

### *СОУС ТКЛАПИ*

100 г тклапи, 0,25-0,5 стакана кипятка, 3 ст. ложки зелени кинзы, 2 зубчика чеснока, 1 ч. ложка красного молотого перца.

Тклапи измельчить, положить в фарфоровую чашку, залить кипятком, закрыть блюдцем и оставить на 30 мин. Затем растереть, добавить истолченные с солью пряности, тщательно перемешать.

### *ОРЕХОВЫЕ СОУСЫ*

#### *ПРОСТОЙ ОРЕХОВЫЙ СОУС*

1-1,5 стакана очищенных грецких орехов, 0,5 стакана гранатового сока или 1 ст. ложка винного уксуса, 0,75 стакана воды, 2-3 зубчика чеснока, 2-3 ст. ложки зелени кинзы, 1 ч. ложка красного перца, 1 ч. ложка сунели, 0,5 ч. ложки кардобенедикта (имеретинского шафрана), 0,5 ч. ложки кориандра.

Орехи, перец, чеснок, соль истолочь, перетереть до однообразной пасты.

Добавить остальные пряности, вновь перетереть.

Гранатовый сок смешать с кипяченой водой и этой смесью разводить орехово-пряную массу, все время размешивая ее.

#### *СОУС САЦИВИ*

8 луковиц, 3-4 стакана очищенных грецких орехов, 1-2 ст. ложки кукурузной муки или 1,5-2 ст. ложки пшеничной (если орехов берется меньше, то доля муки увеличивается), 2-3 ч. ложки мелко рубленого чеснока, 1 ч. ложка кориандра, 1 ч. ложка черного 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 кардобенедикта (имеретинского шафрана), 0,5 стакана куриного жира, топленого или снятого с бульона, 2-2,5 стакана куриного бульона.

На половине порции куриного жира обжарить мелко нарезанный лук. На оставшемся жире пассеровать муку до бледно-желтого цвета, развести ее в охлажденном бульоне, вскипятить.

Истолочь грецкие орехи с чесноком, перцем, кориандром и солью (по вкусу), развести в бульоне, влить в подготовленный лук и тушить 15-20 мин.

Добавить корицу, гвоздику, сунели, уксус (или гранатовый сок) и прогреть на медленном огне еще 5-8 мин.

В некоторых районах Грузии соус заправляют еще 2-3 взбитыми яичными желтками. Но делают это лишь в случае недостатка орехов и слишком жидкой консистенции соуса.

#### **СОУС САЦЕБЕЛИ**

200-300 г очищенных грецких орехов, 0,5 головки чеснока, 0,75 стакана сока неспелого винограда, граната или ежевики, либо смесь этих соков, 0,75 стакана крепкого куриного бульона, 1-2 ч. ложки красного перца, 1 ч. ложка кардобенедикта (имеретинского шафрана), 0,5 стакана зелени кинзы.

Орехи истолочь с перцем, солью, чесноком, кинзой. Все перетереть в пасту. Добавить кардобенедикт. Затем постепенно разводить бульоном, все время растирая. После этого так же постепенно прибавить кислый сок.

Этот соус идет к жареной или отварной домашней птице – курам, индейкам.

#### **СОУС ГАРО**

200 г очищенных грецких орехов, 2 стакана куриного бульона, 2 луковицы, 2-3 яичных желтка, 3 ст. ложки зелени кинзы, 0,25 стакана 3%-ного винного уксуса, 3-4 зубчика чеснока.

Орехи, мелко нарезанную кинзу, соль истолочь вместе, развести винным уксусом, затем бульоном, добавляя и то и другое постепенно и все время размешивая, а затем добавить мелко нарезанный лук, прокипятить около 10 мин и снять с огня.

Тщательно взбить яичные желтки, развести их постепенно несколькими ложками теплого, но не горячего соуса, а затем так же постепенно вливать эту смесь в соус, непрерывно размешивая его, чтобы предотвратить свертывание яиц. Этим соусом обливают обычно жареную индейку или курицу.

#### **СОУС ЧЕСНОЧНО-УКСУСНЫЙ**

2 головки чеснока, 1 луковица, 0,25 стакана 3%-ного прокипяченного винного уксуса, 0,25 стакана холодной кипяченой воды, 0,5-1 ч. ложка кориандра (кинзы, укропа, петрушки, базилика, эстрагона).

Чеснок истолочь с солью, добавить молотые пряности, уксус развести водой и постепенно соединить эту жидкость с чесночной массой, все время растирая.

#### **БЛЮДА ИЗ СЫРА**

##### **ИМЕРЕТИНСКИЙ СЫР ТОЛЧЕНЫЙ**

500 г молодого имеретинского сыра (замена: молодая слабосоленая брынза, вымоченная в течение 10 мин в теплой воде, и 50 г сливочного масла), 2 ст. ложки мяты или 3 ч. ложки сухой мяты, 1 ст. ложка зелени эстрагона, 1 ч. ложка красного молотого перца.

Сыр раскрошить и истолочь вместе с пряностями в деревянной ступке или эмалированной миске. Подавать как закуску с мчади и гоми (см. с. 137).

#### *ГАДАЗЕЛИЛИ*

500-750 г имеретинского сыра, 2 л молока, 2 ст. ложки мяты.

Молодой несоленый или малосоленый свежий сыр разрезать на два крупных куска, залить горячим молоком и варить до мягкости. Затем переложить сыр в глубокую тарелку или миску и, все время обдавая его частью варящегося на слабом огне отвара, растирать ложкой, сливая в то же время растворившуюся часть обратно в кастрюлю, а оттуда беря для растворения новый горячий отвар. Эту операцию повторять до полного растворения сыра и соединения его с молочным отваром в единую массу. Массу прогреть, заправить мятой, отрезать по небольшому куску свежего сыра, залить его полученной массой и подать вместе с гоми.

#### *СУЛУГУНИ ЖАРЕНЬИ*

1 кружок сулгуни, 50 г масла, 3-4 ст. ложки муки.

Кружок сулгуни разрезать пополам, затем каждый полукруг разделить надвое плашмя, чтобы получилось 4 плоских полукружия. Сковороду с маслом разогреть на плите, обвалить каждое полукружие сулгуни в муке, положить на сковороду, обсыпать сверху мукой, прикрыть тарелкой и жарить 3-5 мин, затем перевернуть сыр, вновь обсыпать его сверху мукой и жарить, не прикрывая тарелкой, еще 3-4 мин. Подавать с пряной зеленью и мчади.

#### *ЧЕМКВА*

500 г имеретинского сыра, 0,75 л молока, 2-2,5 стакана кукурузной муки.

Сыр натереть на крупной терке, всыпать в кипящее молоко, проварить около 5 мин, растирая, чтобы не было комков. Затем постепенно всыпать просеянную кукурузную муку и продолжать варить на умеренном огне, все время помешивая, до консистенции густой каши, подержать на очень слабом огне еще 3 мин.

#### *ЭЛАРДЖИ*

0,75-1 кг сулгуни, имеретинского сыра или чанаха, 2 стакана кукурузной крупы-сечки, 1 стакан кукурузной муки, 2 л воды.

Кукурузную сечку залить кипятком, варить 1,5-2 ч, помешивая. Затем всыпать небольшими порциями кукурузную муку и варить еще полчаса, все время помешивая, чтобы не было комков. Снять с огня, добавить тертый на крупной терке сыр, перемешать и варить на очень слабом огне около 5 мин, все время помешивая.

#### *ХАЧАПУРИ*

Хачапури – мучное изделие с большим содержанием сыра: его в хачапури примерно вдвое больше по весу, чем муки. Поэтому это национальное грузинское кушанье, распространенное по всей территории республики и имеющее несколько разновидностей, можно также причислить к изделиям из сыра. Внешне хачапури напоминают крупные ватрушки (закрытые и открытые), начиненные рассольными сырами и выпекаемые на чугунных сковородках. Размеры хачапури обычно соответствуют размерам сковородок, на которых их готовят. Выпечка ведется либо на углях, либо наплитным способом на умеренном огне.

*Тесто.* На хачапури идет тесто особого рода, которое формально можно было бы назвать сдобным пресным тестом, однако оно является чаще всего промежуточным между дрожжевым и бездрожжевым, поскольку для настоящего

хачапури в состав теста вводят такую кислую среду, как мацони, а порой к ней прибавляют еще и дополнительный разрыхлитель – соду. Замешивается некрутое тесто. В результате оно получается особо нежным.

Правда, в некоторых районах Грузии делают хачапури и на обычном молоке, или на дрожжевом тесте, но эти отклонения лишают хачапури национального колорита. Лучше всего при отсутствии мацони заменять его сметаной или простоквашей, сцедив с нее предварительно большую часть сыворотки.

Кроме мацони или молока (сметаны, простокваши) в состав теста для хачапури входят еще яйца, доля которых, как и молока, точно определена. Наоборот, количество муки, как правило, не определяется, ее берут столько, сколько требуется на определенное количество молока и яиц для замеса некрутого теста, отстающего от рук.

Различные нормы молока, мацони и яиц для теста:

- 1) стакан мацони, 2 яйца, 0,25 ч. ложки соли.
- 2) 0,5 л молока, 2 яйца, 0,5 ч. ложки 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

*Начинка.* Для начинки в хачапури используют следующие сыры: имеретинский, чанах, кобийский, брынзу. Предварительно их освобождают от соли, для чего нарезают плоскими ломтями толщиной 1 см, кладут в эмалированную посуду, заливают холодной водой (только молодой имеретинский сыр не подвергают предварительному замачиванию), закрывают крышкой и вымачивают 2-5 ч в зависимости от степени солености сыра. Затем сыр откидывают на дуршлаг, слегка отжимают рукой через марлю или бязь, после чего толкут, подмешивая взбитые сырые яйца и сливочное или топленое масло. Из полученной смеси формуют шары величиной с крупное яблоко и оставляют на 2-3 ч и даже более «зреть».

Различные нормы сыра, яиц и масла для начинок

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

*Приготовление хачапури.* 1. Замесить 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.

*Вариант:* Каждый пласт смазать вначале сливочным маслом, сложить вчетверо, вновь раскатать и затем начинять. Или после вторичной раскатки вновь смазать маслом, наложить еще один более тонкий пласт и только тогда намазывать начинку.

Для приготовления слоеного хачапури требуется от 100 до 200 г сливочного масла.

2. Чугунную сковородку предварительно разогреть, смазать маслом (около 0,5 ст. ложки на каждый хачапури), положить на нее хачапури швом вниз (если хачапури закрытое), закрыть сверху крышкой (тарелкой) и выпекать 8-10 мин на умеренном огне, пока одна сторона не испечется, т. е. не зарумянится. Затем

перевернуть на другую сторону, смазать сверху смесью масла и яиц и продолжать выпекать без крышки.

3. После выпечки смазать хачапури маслом и подать к столу горячими.

Благодаря небольшой разнице в составе теста и начинки для хачапури, а также в приемах приготовления теста даже одного и того же состава, количество «сортов» хачапури довольно значительно. Практически каждая хозяйка prepares хачапури несколько по-своему, что, естественно, отражается и на вкусе изделия.

### *МУЧНЫЕ БЛЮДА*

#### *ГОМИ*

Гоми – густая кашеподобная масса пресного вкуса, используемая как своеобразный заменитель хлеба к мясным первым и вторым блюдам грузинской кухни. Гоми подают к харчо, мужужи, сациви и гурули. Оно хорошо гармонирует с острой и пряной гаммой этих блюд, оттеняет ее своим пресным вкусом, своей нежной консистенцией, а иногда и температурой. Если сациви или мужужи – холодные, то гоми всегда горячее.

Гоми-блюдо получают из гоми-зерна – так по-грузински называют чумизу, или итальянское просо, возделываемое в СССР, кроме Грузии, еще на Дальнем Востоке и в Средней Азии.

Приготовление гоми несложно и быстро. Его готовят в металлической кастрюле, на плите.

*Состав продуктов для гоми:*

1 стакан чумизы, 2-3 ст. ложки кукурузной муки, 4 стакана воды.

Крупку засыпать в теплую воду и варить, снимая накипь, помешивая и растирая, до полного разваривания. Затем растирать еще 10 мин, после чего всыпать кукурузную муку, быстро размешать ее, чтобы не образовались комки, и продолжать держать гоми на очень слабом огне еще 10 мин, после чего оставить на 3-5 мин под крышкой для упревания.

#### *МЧАДИ*

Мчади – лепешка из кукурузной муки, выпекаемая в сковородках на углях, а в городских условиях либо на плите, либо на противне в духовке. Самое хорошее мчади выпекается в каменных сковородках кеци. В этом случае тесто для мчади просто размазывают по дну кеци, а сверху закрывают разогретым листом жести, на который насыпают горячую золу и угли. Иногда мчади выпекают и в глиняных кеци, покрывая сверху другой такой же кеци, которую посыпают золой и углями. Выпечка в кеци длится около 1 ч. При выпечке на металлических сковородках мчади закрывают крышкой и пекут вначале с одной стороны, после чего переворачивают и пекут другую сторону, уже не прикрывая крышкой.

Время приготовления при этом способе сокращается почти вдвое, но качество мчади ухудшается.

Мчади бывает двух видов – простое и с добавками, которые вмешивают непосредственно в тесто. Такими добавками чаще всего бывают тертый имеретинский сыр и пюре из отварной фасоли, смешанное с пряной зеленью.

### *МЧАДИ ПРОСТОЕ*

3 стакана кукурузной муки, 1,5 стакана воды.

Замесить жидковатое, липкое тесто. Намочить руки в холодной воде, взять тесто, скатать в шар и затем расплющить его на предварительно разогретой сковороде.

Прикрыть крышкой, выпечь, как указано выше.

### *МЧАДИ С ДОБАВКАМИ*

3 стакана кукурузной муки, 1,5 стакана воды, 0,5 стакана тертого имеретинского сыра или вымоченной брынзы (либо 0,5 стакана отварной фасоли, 1 ст. ложка зелени кинзы, 1 ст. ложка зелени петрушки, 1 ст. ложка зеленого лука).

Добавки тщательно растереть в однородную массу и перемешать с тестом для мчади. Выпечь, как указано выше.

### *СЛАДОСТИ*

В грузинской кухне фактически отсутствуют такие сладкие блюда, которые соответствовали бы третьим блюдам европейской кухни. Роль десерта обычно выполняют разнообразные фрукты, ягоды, натуральные соки, орехи, мед, а также сухое виноградное вино.

Зимой, когда свежих фруктов меньше, их заменяют вялеными, засахаренными.

Немногочисленные грузинские сладости основаны преимущественно на ореховом сырье. Таковы чурчхела и гозинаки, распространенные под другими названиями и в Армении, и в Азербайджане, хотя они более характерны все же для Грузии. Что же касается мучных кондитерских изделий (халвы, сладких пирогов, сдобных масляных хлебов с сахарно-мучной начинкой), то они в большинстве случаев заимствованы из других национальных кухонь. Правда, в рецепты этих изделий внесены грузинские «поправки» (например, заимствованные из русской кухни сладкие пироги делаются из песочного и масляного теста и начиняются вареньем пополам с орехами), но в целом кондитерские изделия грузинской кухни гораздо менее оригинальны, чем грузинский мясной и овощной стол.

### *ЧУРЧХЕЛА*

Чурчхела – национальная грузинская сладость, приготовляемая из орехов (грецкий, фундука или миндаля) и виноградного сока, доведенного в результате специального приготовления до киселеобразного состояния (называемого т а т р а) и затем густеющего на орехах. Приготовление чурчхелы состоит из нескольких операций: подготовки орехов, варки татары, приготовления чурчхелы, ее сушки и выдержки.

### *ЧУРЧХЕЛА ИЗ ГРЕЦКИХ ОРЕХОВ*

2 л виноградного сока, 200 г очищенных грецких орехов, 200 г пшеничной муки, 100 г

сахара.

1. Орехи очистить, нанизать крупные кусочки (лучше всего целые половинки) на суровую нитку длиной 20-25 см, к одному концу которой (внизу) привязать кусочек спички, а на другом (вверху) сделать петлю, когда нанизывание будет закончено и получится связка.

2. Приготовить татару: виноградный сок варить на медленном огне в металлическое посуде 2-3 ч, постепенно подсыпая сахар, все время помешивая и снимая пену. Затем дать жидкости слегка остыть и в еще теплую (ниже 45°C) всыпать постепенно муку, немедленно размешивая ее, чтобы предотвратить образование комков. После получения однородной массы вновь варить на слабом огне, помешивая до киселеобразного состояния и уваривания на четверть первоначального объема.

3. Трижды погрузить в горячую татара на полминуты каждую связку орехов.

4. Развесить полученную чурчхелу на солнце и просушивать до тех пор, пока она не перестанет липнуть к рукам, но все еще будет мягка на ощупь.

5. Просушенную чурчхелу завернуть в полотняное полотенце и оставить для созревания в сухом проветриваемом помещении с умеренной температурой на 2-3 месяца. Созревшая чурчхела не должна утратить мягкости. Она должна лишь покрыться тончайшим налетом сахарной пудры, проступающей в результате выдержки и созревания.

### *ГОЗИНАКИ*

1 кг очищенных орехов, 1 кг меда, 0,25 стакана сахарной пудры.

1. Орехи слегка прожарить на сковороде на слабом огне, затем нарезать небольшими кусочками, но не очень мелко. Миндаль и фундук следует предварительно ошпарить и снять кожицу, затем обжарить.

2. Мед прокипятить в алюминиевой или медной миске (тазике) и уварить его до такого состояния, чтобы капля, взятая на пробу, не растекалась на блюде.

3. Всыпать в мед орехи и продолжать варить, непрерывно помешивая, пока не появится аромат и вкус поджаренного, т. е. пока не начнется карамелизация. Но еще перед этим всыпать сахарную пудру, которая придает гозинаки хрупкость.

4. Выложить массу на деревянную доску, предварительно смоченную холодной водой (или на мраморную, смазанную маслом), и раскатать в пласт толщиной 1 см скалкой, также смоченной в воде. Остудить, нарезать на квадраты (5x5 см), просушить до затвердения.

### **Вопросы для самоконтроля:**

1. Перечислите ассортимент блюд грузинской кухни.
2. В чем особенность приготовления грузинской кухни?
3. Назовите виды тепловой обработки которые чаще всего используются грузинским народом при приготовлении блюд.
4. Какую посуду используют для приготовления блюд грузинской кухни.
5. Какая посуда используется для подачи блюд грузинской кухни?

Учебное издание

# **Национальная кухня учебное пособие**

Савочкина И.В.

Редактор Е.Н. Осипова

---

Подписано к печати 07.09.2015 г. Формат 60x84 1/16  
Бумага печатная. Усл. п.л. 11,33 Тираж 20 экз. Изд. № 3366

---

Издательство Брянского государственного аграрного университета  
243365 Брянская обл., Выгоничский район, с. Кокино, Брянский ГАУ