

Гацци Тегаев

**Восточная выпечка и
сладости: осетинские пироги,
хачапури, чебуреки, самса,
халва, рахат-лукум, чак-чак**



ЛитРес: Самиздат
Москва

УДК 641.5
ББК 36.99
Т29

Тегаев Г.

Восточная выпечка и сладости: осетинские пироги, хачапури, чебуреки, самса, халва, рахат-лукум, чак-чак / Г. Тегаев — Москва: ЛитРес: Самиздат, 2019. — 165 с.

ISBN 978-5-5320-9542-7

Испокон веков восточная выпечка считалась самой сытной, вкусной и ароматной. Невозможно представить настоящий восточный стол без пирогов, лепешек и хрустящего хлеба. А без сладостей с медом, масляным кремом и фруктами немислимо ни одно праздничное событие. Чтобы отведаы восточную выпечку, необязательно отпраыляться в далекие страны. В книге, которую вы держите в руках, собраны лучшие рецепты осетинских пирогов, хачапури, чебуреков, самсы, халвы, рахат-лукума и других десертов из теста. С ее помощью даже начинающие хозяйки смогут удивить своих родных и близких шедеврами восточной кулинарии.

ISBN 978-5-5320-9542-7

© Тегаев Г., текст, 2019
© Omiko Trading LTD., оформление, 2019

Введение

Испокон веков восточная выпечка считалась самой сытной, вкусной и ароматной. Невозможно представить настоящий восточный стол без пирогов, лепешек и хрустящего хлеба. А без сладостей с медом, масляным кремом, фруктами и потрясающим ароматом корицы немыслимо ни одно праздничное событие.

Выпечку, приготовленную из свежих и качественных продуктов, включать в рацион не только можно, но и нужно. Особенно это касается осетинских пирогов с начинкой из сыра, капусты, свекольных листьев, черемши, картофеля и нежирного мяса. Эти традиционные блюда вполне соответствуют представлениям диетологов о здоровом питании. Они более полезны для организма, чем, например, хот-доги или гамбургеры.

Чтобы отведать настоящую восточную выпечку, необязательно идти в дорогой ресторан или отправляться в далекие страны. В книге, которую вы держите в руках, собраны лучшие рецепты осетинских пирогов, хачапури, чебуреков, самсы, лепешек и десертных изделий из теста. С ее помощью даже начинающие хозяйки смогут удивить своих родных и близких шедеврами восточной кулинарии.

Осетинские пироги

Считается, что первый рецепт осетинского пирога появился еще до Рождества Христова. Это блюдо воспето в древнейшем устном фольклоре, упоминается в легендах и сказаниях. Во все времена пироги были неотъемлемой составляющей меню как повседневного, так и праздничного стола осетин. Без этой ароматной и сытной выпечки не обходился ни один религиозный праздник.

Процесс замешивания теста и выпечки пирогов довольно простой, однако требует опыта. «Правильными» считаются круглые пироги (диаметром около 30–35 см) с тонким слоем теста и большим количеством сочной начинки. Кстати, названия осетинских пирогов различаются в зависимости от начинки:

- хабизджин, уалибах – пироги с сыром;
- картофджин – пирог с картофелем и сыром;
- цахараджин – пирог с листьями свеклы и сыром;
- кабускаджин – пирог с капустой и сыром;
- фыджин – пирог с мясом;
- давонджин – пирог с черемшой и сыром;
- нашджин – пирог с тыквой;
- кадурджин – пирог с фасолью;
- зокоджин – пирог с грибами;
- балджин – пирог с вишней;
- фыткуджин – пирог с яблоками.

На стол принято подавать три пирога. Исключением являются только поминки, когда выпекают четное количество пирогов треугольной формы. Рецепты, приведенные ниже, рассчитаны на три пирога диаметром 30 см каждый.

Способ изготовления пирогов

Тесто разделите на три части. Пальцами сформируйте из одной части круглую лепешку толщиной 0,5–1 см. На середину лепешки выложите 1/3 начинки, разровняйте ее так, чтобы по краю оставалось 3–4 см теста. Края лепешки аккуратно стяните к середине и

соедините. Разравнивайте ладонями поверхность изделия с обеих сторон до тех пор, пока пирог не приобретет одинаковую толщину. Таким же образом сформируйте еще два пирога.

Уалибах и хабизджин

В Южной Осетии пирог с сыром называется «хабизджин», в Северной Осетии – «уалибах». В обоих случаях начинкой является осетинский сыр, однако при приготовлении хабизджина сыр принято смешивать с небольшим количеством (1/4 от общей массы) размятого картофеля и сметаны. Благодаря этому начинка получается пышнее, чем для уалибаха.

Традиционный уалибах

Ингредиенты

Для теста: 1 кг пшеничной муки, 2 пакетика (по 7 г) сухих дрожжей, 0,8 л молока или сыворотки, 100 г сливочного масла или маргарина, 15 г сахара, соль.

Для начинки: 600 г мягкого осетинского сыра.

Для подачи: 100 г сливочного или топленого масла.

Способ приготовления

Просейте муку горкой в глубокую миску, сделайте в середине углубление, положите дрожжи, сахар и соль. Влейте теплое молоко или сыворотку, добавьте 70 г размягченного сливочного масла или маргарина. Замесите тесто и оставьте его в теплом месте на 1–2 часа.

Для приготовления начинки сыр тщательно разомните, добавив при необходимости немного воды или молока.

Сформируйте пирог. Выложите изделие в смазанную сливочным маслом или маргарином (10 г) форму. Сделайте надрез посередине пирога. Выпекайте в разогретой до 200–220 °С духовке в течение 15–20 минут. Таким же образом изготовьте и выпекайте оставшиеся два пирога.

Готовые пироги обильно смажьте сливочным или топленым маслом, выложите один на другой и подайте к столу горячими.

Уалибах с рассольным сыром

Ингредиенты

Для теста: 1 кг пшеничной муки, 2 пакетика (по 7 г) сухих дрожжей, 0,8 л кефира, 150 г сливочного маргарина, 1 яйцо, 15 г сахара, соль.

Для начинки: 600 г рассольного осетинского сыра.

Для подачи: 100 г сливочного или топленого масла, черный молотый перец.

Способ приготовления

Просейте муку горкой в глубокую миску, сделайте в середине углубление, положите дрожжи, сахар и соль. Влейте кефир, добавьте 120 г размягченного маргарина и яйцо. Замесите тесто и оставьте его в теплом месте на 1–2 часа.

Для приготовления начинки сыр тщательно разомните или натрите на терке, добавив при необходимости немного воды или молока.

Сформируйте пирог. Выложите изделие в смазанную сливочным маргарином (10 г) форму. Сделайте посередине пирога несколько проколов вилкой или кончиком ножа. Выпекайте в разогретой до 200–220 °С духовке в течение 15–20 минут. Таким же образом изготовьте и выпекайте оставшиеся два пирога.

Готовые пироги обильно смажьте сливочным маслом, посыпьте перцем, выложите один на другой и подайте к столу горячими.

Кулинарные хитрости

Осетинский сычужный сыр может быть мягким или рассольным. Первый отличается нежной консистенцией и сливочным вкусом. Рассольный сыр более твердый и соленый. Если не удалось приобрести осетинский сыр, используйте фету, брынзу, адыгейский сыр, моцареллу или сулугуни.

Уалибах из бездрожжевого теста

Ингредиенты

Для теста: 1,2 кг пшеничной муки, 100 г сметаны, 0,5 л кефира, 200 г сливочного масла, 2 яйца, 20 г сахара, 15 мл растительного масла, 5 г пищевой соды, несколько капель столового уксуса, соль.

Для начинки: 600 г осетинского сыра.

Для подачи: 100 г топленого масла, зелень петрушки и укропа.

Способ приготовления

Просейте муку горкой в глубокую миску, сделайте в середине углубление, положите сахар и соль. Влейте кефир, добавьте сливочное масло, взбитые со сметаной яйца и гашеную уксусом соду. Замесите тесто, оставьте его в теплом месте на 10 минут, затем разделите на три части, придайте каждой форму шара и положите на 10–15 минут в холодильник.

Для приготовления начинки сыр тщательно разомните или натрите на терке, добавив при необходимости немного воды или молока.

Сформируйте пирог. Выложите изделие в смазанную растительным маслом (5 мл) форму. Сделайте посередине пирога несколько надрезов. Выпекайте в разогретой до 200–220 °С духовке в течение 15 минут. Таким же образом изготовьте и выпекайте оставшиеся два пирога.

Готовые пироги обильно смажьте топленым маслом, посыпьте вымытой и измельченной зеленью петрушки и укропа, выложите один на другой и подайте к столу горячими.

Праздничный уалибах

Ингредиенты

Для теста: 1 кг пшеничной муки, 40–50 г прессованных дрожжей, 200 г сметаны, 0,7 л молока, 100 г сливочного масла, 2–3 яйца, 3 яичных желтка, 20 г сахара, 15 мл растительного масла, 15 г панировочных сухарей, соль.

Для начинки: 600 г осетинского сыра.

Для подачи: 100 г топленого масла, зелень базилика, 5 г молотого тмина, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления

Для приготовления опары дрожжи растворите в небольшом количестве (приблизительно 50–70 мл) теплой воды, добавьте 200–300 мл теплого молока, сахар и 200 г муки. Тщательно перемешайте. Оставьте опару в теплом месте. Когда она увеличится в объеме в 2–3 раза, добавьте взбитые со сметаной яйца, размягченное сливочное масло, соль. Влейте оставшееся молоко и положите оставшуюся муку. Замесите тесто и оставьте его в теплом месте на 2–3 часа. В течение этого времени обомните тесто 2–3 раза.

Тщательно вымесите готовое тесто, при необходимости добавьте немного муки. Разделите на три части, придайте каждой форму шара и оставьте на 10 минут в теплом месте, накрыв полотенцем.

Для приготовления начинки сыр тщательно разомните или натрите на терке, добавив при необходимости немного воды или молока.

Сформируйте пирог. Выложите изделие в смазанную растительным маслом (5 мл) и посыпанную панировочными сухарями (5 г) форму. Сделайте посередине пирога несколько надрезов. Поверхность пирога смажьте взбитым яичным желтком. Выпекайте в разогретой до 200–220 °С духовке в течение 15–20 минут. Таким же образом изготовьте и выпекайте оставшиеся два пирога.

Готовые пироги обильно смажьте топленым маслом, смешанным с солью, тмином и перцем, выложите один на другой и подайте к столу горячими, украсив вымытыми веточками базилика.

Постный уалибах

Ингредиенты

Для теста: 1 кг пшеничной муки, 0,8 л кефира или сыворотки, 50 мл растительного масла, 10 г сахара, 5 г чайной соды, несколько капель виноградного уксуса, соль.

Для начинки: 600 г мягкого осетинского сыра.

Для подачи: зелень укропа.

Способ приготовления

Просейте муку горкой в глубокую миску, сделайте в середине углубление, положите сахар и соль. Влейте кефир или сыворотку, добавьте 20 мл растительного масла и гашеную уксусом соду. Замесите тесто и оставьте его в теплом месте на 20 минут.

Для приготовления начинки сыр тщательно разомните, добавив при необходимости немного воды или молока.

Тесто еще раз тщательно вымесите. Сформируйте пирог. Выложите изделие в смазанную растительным маслом (10 мл) форму. Сделайте надрез посередине пирога. Выпекайте в разогретой до 200–220 °С духовке в течение 15–20 минут. Таким же образом изготовьте и выпекайте оставшиеся два пирога.

Готовые пироги выложите один на другой и подайте к столу горячими, посыпав вымытой и измельченной зеленью укропа.

Традиционный хабизджин

Ингредиенты

Для теста: 1 кг пшеничной муки, 2 пакетика (по 7 г) сухих дрожжей, 0,6 л молока, 15 г сахара, 30 мл растительного масла, соль.

Для начинки: 400 г рассольного осетинского сыра, 200 г картофельного пюре, 50 г сметаны.

Для подачи: 100 г топленого масла.

Способ приготовления

Просейте муку горкой в глубокую миску, сделайте в середине углубление, положите дрожжи, сахар и соль.

Влейте теплое молоко и 200–250 мл воды. Замесите тесто и оставьте его в теплом месте на 1–2 часа.

Для приготовления начинки сыр тщательно разомните или натрите на терке, смешайте с картофельным пюре и сметаной до однородной консистенции. Слегка взбейте начинку.

Сформируйте пирог. Выложите изделие в смазанную растительным маслом (10 мл) форму. Сделайте надрез посередине пирога. Выпе-