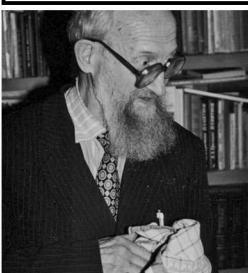
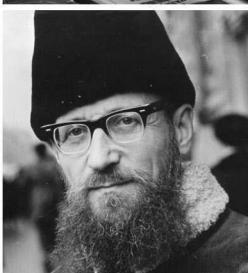


ВИЛЬЯМ ВАСИЛЬЕВИЧ ПОХЛЕБКИН

ИСТОРИК,
ИССЛЕДОВАТЕЛЬ,
МАСТЕР
РУССКОЙ КУХНИ



РУССКАЯ И СОВЕТСКАЯ КУХНИ

*
УКРАИНСКАЯ КУХНЯ

*
БЕЛОРУССКАЯ КУХНЯ

*
МОЛДАВСКАЯ КУХНЯ

*
ГРУЗИНСКАЯ КУХНЯ

*
АРМЯНСКАЯ КУХНЯ

*
АЗЕРБАЙДЖАНСКАЯ КУХНЯ

*
КАЗАХСКАЯ И КИРГИЗСКАЯ КУХНИ

*
УЗБЕКСКАЯ КУХНЯ

*
ТАДЖИКСКАЯ КУХНЯ

*
ТУРКМЕНСКАЯ КУХНЯ

*
ЭСТОНСКАЯ КУХНЯ

*
ЛАТЫШСКАЯ КУХНЯ

*
ЛИТОВСКАЯ КУХНЯ

*
КУХНЯ ФИННО-УГОРСКИХ

НАРОДОВ РОССИИ

*
ОБЩИЕ ЧЕРТЫ КУХНИ ТЮРКОЯЗЫЧНЫХ

НАРОДОВ РОССИИ

*
ЗАПОЛЯРНАЯ, МОНГОЛЬСКАЯ,
ЕВРЕЙСКАЯ КУХНИ



В. В. ПОХЛЕБКИН

НАЦИОНАЛЬНЫЕ КУХНИ



Москва 2016

УДК 641.55

ББК 36.997

П64

Похлебкин, Вильям Васильевич.

П64 Национальные кухни / В.В. Похлебкин. – Москва : Издательство «Э», 2016. – 448 с. : ил. – (Кулинария. Похлебкин).

ISBN 978-5-04-163276-2

Вильям Похлебкин, и только он, мог поднять такую машину, как абсолютно полная энциклопедия национальных кухонь бывших народов СССР, плюс описать общие черты кухонь тюркоязычных народов России, заполярную, монгольскую и еврейскую кухни, затронуть особенности китайской кухни, а также шотландской. Более того, это то каким образом готовят в этой стране, в какое время, при какой температуре, в какой посуде, в какой среде и главным образом – почему так сложилось. Каждая глава раздела начинается исторической частью о той или иной кухне нации, особенностях приготовления, затем рецепты с вводным словом о специфике приготовления какой-либо группы блюд в целом (например, блинов или борщей).

Первое, второе, десерт. Мясные, рыбные, мучные и другие блюда многонациональной России точно описаны в этой книге и готовы к применению на вашей кухне.

УДК 641.55
ББК 36.997

ISBN 978-5-04-163276-2

© Велдре Г., Похлебкин А.В., 2015
© Оформление. ООО «Издательство «Э», 2016



СОДЕРЖАНИЕ

Глава 1. КАК ПОЛЬЗОВАТЬСЯ РЕЦЕПТАМИ	8
Глава 2. ПОЛЕЗНЫЕ ПРЕДВАРИТЕЛЬНЫЕ СОВЕТЫ ДОМАШНИМ КУЛИНАРАМ.....	11
Глава 3. РУССКАЯ И СОВЕТСКАЯ КУХНИ	17
Глава 4. УКРАИНСКАЯ КУХНЯ.....	101
Глава 5. БЕЛОРУССКАЯ КУХНЯ.....	127
Глава 6. МОЛДАВСКАЯ КУХНЯ.....	150
Глава 7. ЗАКАВКАЗСКИЕ КУХНИ	172
Глава 8. ГРУЗИНСКАЯ КУХНЯ	175
Глава 9. АРМЯНСКАЯ КУХНЯ.....	200
Глава 10. АЗЕРБАЙДЖАНСКАЯ КУХНЯ.....	228
Глава 11. КАЗАХСКАЯ И КИРГИЗСКАЯ КУХНИ	255
Глава 12. СРЕДНЕАЗИАТСКИЕ КУХНИ	272
Глава 13. УЗБЕКСКАЯ КУХНЯ.....	277
Глава 14. ТАДЖИКСКАЯ КУХНЯ.....	302
Глава 15. ТУРКМЕНСКАЯ КУХНЯ.....	314
Глава 16. ПРИБАЛТИЙСКИЕ КУХНИ.....	327
Глава 17. ЭСТОНСКАЯ КУХНЯ.....	329



Глава 18. ЛАТЫШСКАЯ КУХНЯ.....	344
Глава 19. ЛИТОВСКАЯ КУХНЯ.....	352
Глава 20. КУХНЯ ФИННО-УГОРСКИХ НАРОДОВ РОССИИ	376
Глава 21. ОБЩИЕ ЧЕРТЫ КУХНИ ТЮРКОЯЗЫЧНЫХ НАРОДОВ РОССИИ	393
Глава 22. ЗАПОЛЯРНАЯ, МОНГОЛЬСКАЯ, ЕВРЕЙСКАЯ КУХНИ.....	396
Глава 23. ОСНОВНЫЕ МОЛОЧНЫЕ ИЗДЕЛИЯ, ОБЩИЕ ДЛЯ НАРОДОВ СРЕДНЕЙ АЗИИ, КАЗАХСТАНА, ЗАКАВКАЗЬЯ, БАШКИРИИ, ТАТАРИИ, БУРЯТИИ, КАЛМЫКИИ, ТУВЫ.....	404
О НАЦИОНАЛЬНЫХ И РЕГИОНАЛЬНЫХ КУХНЯХ И БЛЮДАХ.....	408
Основные особенности китайской кухни. Специфика ее методов и приемов.....	408
Шотландская кухня и кулинарные обычаи шотландцев.....	427
ПРЕДМЕТНЫЙ УКАЗАТЕЛЬ	433

A handwritten signature in black ink, reading "К. Поклонную". The signature is written in a cursive style with a long horizontal stroke extending from the left side.

НАЦИОНАЛЬНЫЕ КУХНИ



{ ГЛАВА 1 }

КАК ПОЛЬЗОВАТЬСЯ РЕЦЕПТАМИ

С О Б Р А Н И Е отдельных рецептов национальных блюд, как бы много их ни было, не дает, однако, полного представления о той или иной кухне до тех пор, пока не обобщены ее технологические особенности. Ведь главные отличия национальных кухонь заключаются не в том, что или из чего готовят, а в том, как, каким образом готовят, с помощью каких приемов, в какое время, при какой температуре, в какой среде, в какой посуде. Именно эти детали, эти технологические «мелочи» являются основными для формирования вкуса, консистенции и аромата блюда. Вот почему крайне важно, читая рецепты национальных блюд, обращать основное внимание на описание подготовки продуктов и технологию их приготовления, на особые национальные методы и приемы кулинарной обработки, которые зачастую являются более важными условиями успеха, чем состав продуктов.

Каждая глава раздела состоит из вступительной части, кратко излагающей историю и общие особенности той или иной национальной кухни, и из рецептов, которым в большинстве случаев предшествует вводное слово о специфике приготовления какой-либо группы блюд в целом. В том случае, когда речь идет о кухне, мало известной широким массам или недостаточно исследованной, ей, как правило, уделяется больше внимания во вступительной части, где подробно разбираются ее исторические, этнографические и технологические особенности. Там же, где рассказывается о хорошо известной, исследованной кухне, основное внимание уделяется обобщению ее особенностей и комплексной характеристике. Наконец, там, где основная

характеристика блюд изложена в вводном слове, как, например, в главе «Русская и советская кухня», вступительная часть посвящена национальной кухне в целом, описанию процесса исторического развития данной кухни.

Блюда в рецептурной части сгруппированы по принципу подачи к столу: первые, вторые, десертные. Но внутри каждой группы они подразделены по видам продуктов: мясные, рыбные, мучные и т. д. Такое расположение помогает лучше ориентироваться в материале книги. Кроме того, для облегчения пользования книгой она снабжена алфавитным предметным указателем.

Прежде чем пользоваться рецептами, целесообразно, конечно, ознакомиться со вступительной частью соответствующей главы и – обязательно – с вводным словом к той или иной группе блюд. Следует учесть, что в вводном слове изложены основные принципы, правила и приемы (методы) приготовления данного вида блюд, например щей, блинов, пловов, вареников и т. п., а затем дается целое гнездо конкретных рецептов (обычно их несколько) с указанием норм продуктов и порядка приготовления. В рецептах оставлен тогда только минимум необходимых сведений, главное внимание обращено на порядок закладки продуктов. В то же время в них указаны используемый в каждом случае вид посуды (если это имеет существенное значение для формирования вкуса блюда), характер огня (слабый, умеренный, сильный), а также отмечена продолжительность приготовления блюда, как общая, так и отдельных операций.

В целом ряде случаев, особенно когда речь идет о малоизвестных блюдах, дается по воз-



можности самый подробный рецепт с четким подразделением всех операций. Иногда хозяйки, увидев и даже не прочитав такой длинный рецепт, считают его слишком сложным и ищут рецепты покороче. Однако следует опасаться как раз слишком кратких рецептов.

Все рецепты рассчитаны, как правило, на 4 порции. Количество продуктов дано в двух измерениях: в весе и объеме – в зависимости от того, что удобнее для хозяйки в каждом конкретном случае (за исключением рецептов некоторых кондитерских и мучных изделий, где необходимо точное весовое соотношение всех компонентов).

Овощи, как правило, даны в штуках или долях клубней, корней, лукович или кочанов, при этом обычно средних размеров.

Пряности в большинстве случаев указаны в немолотом виде – в зернах, бутонах, тычинках, листочках. Однако перед закладкой в супы или вторые блюда зерна перцев и другие целые пряности рекомендуется раздавить, не превращая их в то же время в порошок. Чаще всего указана минимальная, непременная для сохранения национального колорита блюда норма пряностей, которую можно увеличить по вкусу.

Что же касается соли, то ее количество, необходимое для придания блюду общего вкуса, в рецептах, как правило, не указано, поскольку оно зависит исключительно от индивидуальных особенностей вкуса каждого человека. Точные указания нормы соли даны лишь в тех рецептах, где соль необходима в ходе приготовления блюда и связана со спецификой отдельных блюд. Такие определенные указания на дозировку соли не имеют отношения к созданию вкуса блюда – его все равно необходимо досаливать по вкусу. Тем не менее следует помнить общее правило, что мясо лучше всего солить после того, как оно сварено или изжарено хотя бы наполовину. Все блюда из бобовых (гороха, чечевицы, фасоли, маша) солят только после окончательной готов-

ности, лучше всего непосредственно перед употреблением.

Даже те блюда, в которых состав продуктов не диктует строго определенного времени внесения соли, все же лучше подсаливать лишь в конце приготовления. Это особенно относится к супам и тушеным блюдам. Исключение из такого правила составляет рыба: при варке сырую рыбу закладывают в уже подсоленную и кипящую воду или иную среду, а при жарении солят до выкладывания на сковороду.

В ряде рецептов имеются специальные указания на тот или иной вид посуды для приготовления блюда. Однако следует иметь в виду некоторые общие принципы. Во-первых, блюда, в состав которых входят кислые среды (лимонный сок, кислая капуста, помидоры, кислое молоко и т. п.), нужно готовить в неокисляемой посуде, т. е. в эмалированной, фарфоровой, фаянсовой, глиняной, стеклянной. Супы также лучше готовить в неокисляемой посуде, независимо от состава продуктов. Обжаривать пищу в жирах и маслах следует в котлообразной металлической посуде с толстыми стенками и дном или на сковородках. Запекать, особенно рыбные, грибные и овощные блюда, лучше всего в неокисляемых (эмалированных) сковородках или в фольге (а также на фольге, без покрытия сверху).

Вид очага также имеет большое значение для правильного приготовления национальных блюд. Русская печь, закавказский и среднеазиатский тандыр или тындыр (танур, тонир), молдавский грата, азербайджанский мангал дают возможность получать из одних и тех же продуктов (скажем, мяса) различные по консистенции и вкусу блюда, поскольку создаваемые этими видами очагов различные температурные условия и давление вызывают далеко не одинаковые физические, химические и биохимические процессы в продуктах.



Однако пользование подобными типами очагов возможно лишь в определенных условиях либо в специализированных учреждениях общественного питания (национальных ресторанах). В большинстве же случаев, особенно в городских условиях, используют европейскую плиту (древяную, газовую или электрическую) с двумя видами теплового режима – наплитным огнем и духовым шкафом (духовкой). При этом чаще всего применяется наплитный огонь. С учетом этого обстоятельства в книге представлены преимущественно такие национальные блюда, которые можно приготовить на плите. Те же блюда, которые принято приготовлять в очагах других типов, рекомендуется готовить в духовке, причем использовать ее можно в одних случаях как открытый огонь типа мангала или тандыра, в других – как тепловую атмосферу типа русской печи. С этой целью в первом случае не защищенное ничем мясо следует помещать непосредственно на решетку духовки, как можно выше над огнем и создавать при этом исходно высокую температуру на короткое время; во вто-

ром случае продукты следует закладывать в плотно закрытую глиняную или чугунную посуду с толстыми стенками и помещать ее на нижней ступени духовки ближе к огню, делая его в то же время умеренным и выдерживая блюдо при этой температуре длительное время. Наконец, в городских условиях можно имитировать даже запекание в золе, используя с этой целью в качестве оболочки для продуктов пищевую фольгу и помещая плотно завернутые в нее продукты (картофель, овощи, мясо, рыбу) в духовку. Для томления можно использовать электрокастрюлю-тиховарку «Парёнка» Свердловского НПО «Машиностроительный завод им. М. И. Калинина», имитирующую нагрев русской печи. Таким образом, при правильном сочетании разных типов огня, посуды и современного кухонного оборудования (скороварка, тиховарка, электрогриль, мантыкаскан, водяная баня, паровая баня и др.) в городских условиях можно приготовить свыше 90% национальных блюд народов России и ближнего зарубежья.