

Национальная
кухня
республик
СССР

Редактор-составитель Д. В. Нестерова

Москва, 2017

УДК 641/642

ББК 36.99

H56

Редактор-составитель Д. В. Нестерова

H56 Национальная кухня республик СССР / [ред.-сост.
Д. В. Нестерова]. – М. : T8RUGRAM / РИПОЛ классик,
2017. – 512 с.

ISBN 978-5-519-61031-5

Каждая национальная кухня имеет свои характерные
черты, в каждой есть свои незабываемые блюда, которые,
один раз попробовав, вы не забудете никогда!

В нашей книге собраны лучшие рецепты бывших респу-
блик СССР, среди которых вы сможете найти блюда грузин-
ской, киргизской, латышской, молдавской, таджикской,
туркменской, узбекской, эстонской и других кухонь!

Приятного аппетита!

УДК 641/642

ББК 36.99

BIC WBN

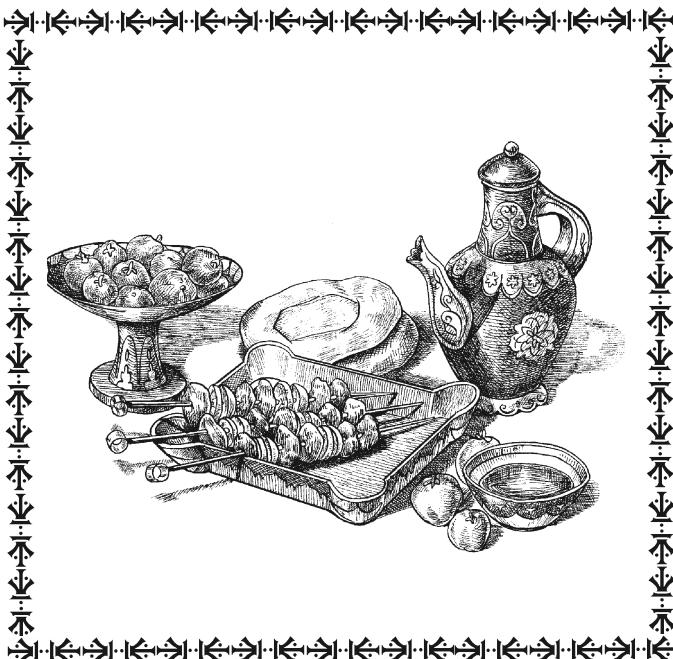
BISAC CKB031000

ISBN 978-5-519-61031-5

© T8RUGRAM, оформление, 2017

© ООО Группа Компаний

«РИПОЛ классик», 2017



Введение

Каждая национальная кухня имеет свои характерные черты, в каждой есть свои особые блюда. Кулинарные традиции разных народов складывались постепенно, отражая особенности вкусового восприятия той или иной общности людей. Безусловно, решающими факторами являлись климат, географическое расположение, а также флора и фауна данной местности. Народы, населявшие морские побережья, использовали для приготовления пищи дары моря.



Народы Востока питались растущими там в изобилии экзотическими растениями, плодами и фруктами — тем, чем богата природа стран с тропическим климатом. Российские просторы издревле славились своими плодородными землями, поэтому сельское хозяйство было развито высоко. Наиболее широко выращивали злаки и овощные культуры. Поэтому в кухне восточных славян до сих пор преобладает выпечка и различные блюда из овощей.

Русская кухня всегда славилась своими блинами, им даже была посвящена целая неделя перед Великим постом. В течение всей Масленицы блины подавали и с икрой, и с медом, и с мясом, и с рыбой. Очень популярны были борщи, щи, рассольники и солянки. В старину рассольники назывались «калья», их готовили с икрой, курицей и мясом, а вместо огуречного рассола часто использовали капустный. Гораздо позже очень состоятельные люди стали позволять себе настоящую роскошь — рассольник на разбавленном водой лимонном соке. Именно от калки произошли солянки, рассольники, вегетарианские супы, супы из субпродуктов и другие первые блюда, приготовленные на огуречной основе. Кальями же стали называть слабокислые супы из рыбы. Название солянки произошло от слова «селянка», потому что такой суп могли приготовить даже сельские жители. Зачастую солянка являлась

и первым, и вторым блюдом одновременно. По насыщенности и питательности солянку можно сравнить с такими блюдами восточной кухни, как хаш и шурпа.

Чтобы по всем правилам приготовить национальное блюдо, необходимо в первую очередь изучить характерные для данной кухни сочетания продуктов и специй. Большое значение имеют приемы и способ тепловой обработки продуктов. Поэтому необходимо в точности следовать рецепту.

В грузинской кухне очень часто в дополнение к мясным и рыбным блюдам используются различные соусы и приправы. Все они имеют характерный вкус, который будет гармонировать только с определенными мясными или рыбными продуктами, прошедшими особую тепловую обработку. Это замечание относится и к другим национальным кухням.

Украинцы всем видам мяса предпочитают свинину. Меньшей популярностью пользуются говядина и птица.

Наиболее распространенный способ приготовления мяса — запекание или тушение в горшочке. Очень популярно и сало, которое теперь стали делать даже в шоколаде (правда, мало кто отважится попробовать такой десерт). Очень знамениты разнообразные украинские мучные блюда — вареники, галушки, гречаники, сочники, блинчики и пр.



В национальной кухне Узбекистана, Азербайджана, Таджикистана и других стран Азии большое значение имеет способ выпечки местных видов хлеба — чурека, лепешки, лаваша. Например, хушан (таджикские пельмени) необходимо готовить именно на пару, а не варить в подсоленной воде, как всем известные русские пельмени.

Чтобы порадовать близких и гостей блюдами национальной кухни, вам потребуется соответствующий кухонный инвентарь и специальная посуда, которые в некоторых случаях очень нелегко найти. Однако при желании можно легко преодолеть все эти небольшие сложности, тем более что современные супер- и гипермаркеты, рынки и магазины могут снабдить кулинара всем необходимым.

В каждой национальной кухне есть свои традиции оформления и подачи блюд, что также достойно особого внимания. В зависимости от настроения и желания каждый из нас может время от времени устраивать тематические обеды и ужины, например в русском стиле или в традициях Востока, чтобы разнообразить свой досуг и приятно удивить родных и друзей.

Однако не стоит готовить по новому рецепту накануне праздника, ведь блюдо может не получиться сразу. Лучше опробовать его заранее и, если все пройдет успешно, можно смело предлагать его гостям.

Азербайджанская кухня



Пити

- 600 г баранины (грудинка)
- 100 г гороха
- 70 г репчатого лука
- 550 г картофеля
- 50 г сушеної алычи
- 100 г курдючного сала
- 50 г томата-пюре
- 2 г черного молотого перца
- 2 г красного молотого перца
- настой шафрана и соль по вкусу

Способ приготовления

Баранину, промытую и нарезанную крупными кусками, залить 3 л воды и варить 30–40 минут, добавив сразу после закипания бульона предварительно замоченный горох. Затем добавить сушёную алычу, курдючное сало, настой шафрана, томат-пюре, очищенные, вымытые и нарезанные репчатый лук и картофель. В конце добавить перец и соль.



Бозбаш

- 600 г баранины (мякоть)
- 600 г картофеля



- 100 г репчатого лука
- 600 г свежих помидоров
- 300 г стручковой фасоли
- 300 г баклажанов
- 150 г болгарского перца
- 25 мл растительного масла
- 50 г томата-пюре
- 50 г зелени укропа и петрушки
- перец и соль по вкусу

Способ приготовления

Баранину промыть, нарезать кусками весом по 30–40 г, залить 3–5 л воды и довести до кипения на слабом огне. Добавить очищенный, вымытый и мелко нарезанный репчатый лук, варить 40 минут. За 15 минут до окончания варки положить очищенный, вымытый и крупно нарезанный картофель (если клубни мелкие, их можно варить целиком). Вымытые, очищенные и крупно нарезанные свежие помидоры, баклажаны и болгарский перец обжарить на сковороде в растительном масле вместе со стручковой фасолью, добавив в конце томат-пюре, затем положить обжарку в готовый бульон. Посолить, посыпать перцем, довести бозбаш до кипения и снять с огня. Перед подачей к столу посыпать суп вымытой и мелко нарезанной зеленью укропа и петрушки.