

Зайцев В.Б.

ПЕЛЬМЕНИ  
И МАНТЫ,  
ЧЕБУРСКИ  
И БЕЛЯШИ

Лучшие рецепты



РИПОЛ  
КЛАССИК

УДК 641/642

ББК 36.996

3-17

**Зайцев, В. Б.**

3-17 Пельмени и манты, чебуреки и беляши. Лучшие рецепты / В. Б. Зайцев. — М. : РИПОЛ классик, 2008. — 256 с. : ил.

ISBN 978-5-386-00869-7

На страницах данной книги читатель найдет лучшие рецепты пельменей, мантов, чебуреков и беляшей, приготовленных из всевозможных видов теста с различными начинками.

УДК 641/642

ББК 36.996

ISBN 978-5-386-00869-7

© ООО Группа Компаний  
«РИПОЛ классик», 2008

# Введение

Пельмени и манты, чебуреки и беляши — все эти изделия можно отнести к полуфабрикатам. В любой национальной кухне можно найти аналог каждого из этих изделий из теста и начинки, и не только мясной. У разных народов есть свой вариант пельменей, мантов, пирожков, беляшей и чебуреков, приготовленных по особым рецептам. Изначально эти изделия готовились из соображения предохранения готовых блюд от порчи, ведь и пельмени, и манты можно хранить долгое время в замороженном виде, а потом при необходимости быстро отварить, зажарить или запечь. Так же быстро можно поджарить или разогреть уже приготовленные беляши и чебуреки или употреблять их в холодном виде.

Пельмени, манты, чебуреки и беляши скорее характерны для восточной кухни. В Европе существовали несколько иные способы заготовки изделий из мяса. В Германии, например, с давних времен в качестве полуфабрикатов делались различные колбасные изделия: сосиски, сардельки, шпикачки, колбаса (свиная, ветчинная, кровяная, ливерная и пр.).

Изделия из теста также стали заготавливать впрок с давних времен. Известно, что первыми стали делать лапшу из рисовой муки китайцы, затем известный путешественник Марко Поло привез в Италию тонкие трубочки из теста, а в XIV веке в итальянских деревнях уже вовсю готовили и варили макароны. По мнению историков, пельмени также первыми пригото-

вили китайцы, хотя некоторые исследователи считают, что русские пельмени были заимствованы и немного изменены у уgro-финнов. Первыми на Руси стали делать пельмени уральские пермяки. Для этого народа мука была редким товаром, ее даже выменивали на ценные меха. А вот мясо можно было не экономить. Тогда и появились пельняни, или хлебные ушки, сделанные из тонкого теста с мясной начинкой. Позднее их переименовали в пельмени.

Знаменитые чебуреки являются национальным блюдом у народов Северного Кавказа, а беляши — у татар.

Отличительная черта каждой национальной кухни заключается в использовании специфических особых специй, сортов мяса, овощей, а по сути все перечисленные выше изделия состоят из теста и начинки. Тесто может быть пресным или дрожжевым, слоеным и сложным, начинка же может быть самой разнообразной — из свинины, говядины, баранины, конины, мяса птицы, грибов, сыра, овощей, яиц и зелени и пр.

В кухне народов Ближнего Востока, Закавказья, Средиземноморья в качестве приправ используются соль, перец и другие специи, в Индии очень популярна приправа карри, известная более 4 тыс. лет и состоящая из смеси свежемолотых черного перца, кардамона, имбиря, куркумы и кокосового молока. В мексиканской кухне к блюдам, особенно в мясной фарш, добавляется стручковый перец чили.

По мнению диетологов, пельмени и манты, а тем более беляши и чебуреки — слишком жирная, насыщенная холестерином и прочими вредными для организма веществами пища, которую нежелательно употреблять. Кроме того, сегодня, пожалуй, всем известны анекдоты об этих продуктах питания, продаваемых в ларьках: «Купи 10 чебуреков или беляшей и собери кошку (собаку)». Большое сомнение вызывает не только используемое для изделий мясо, но и масло, в котором все это готовится во фритюрнице. В целях экономии масло используется для приготовления этих изделий по несколько раз, хотя по требованиям специалистов, растительное масло можно использовать лишь раз, поскольку после кипячения и остывания в масле образуются вредные для организма вещества. Никто не спорит, что такие продукты будут крайне вредны для здоровья, но ведь необязательно покупать эти изделия в ларьках и магазинах. Можно приготовить их в домашних условиях из свежих и качественных продуктов.

Говоря о вредности и жирности этой пищи, следует отметить, что традиционные блюда национальной кухни более разнообразны и гораздо более полезны для здоровья, чем, например, те же чизбургеры или хот-доги. Пельмени, манты, чебуреки и беляши более всего соответствуют представлениям современных диетологов о здоровом питании, особенно если для начинки использовать не только мясо, но рис, овощи, морепродукты и качественное масло.

Мясо нужно использовать в меру, хотя, например, канадские эскимосы, сибирские ханты и африканские масай пытаются почти исключительно мясом: жиры в их диете составляют 90%, но, несмотря на этот факт, уровень холестерина у них в крови примерно такой же, как у соблюдающих сбалансированную диету европейцев.

В каждой национальной кухне также существуют различные способы приготовления тех или иных блюд. Например, таджикские пельмени готовят исключительно на пару, а русские — варят в подсоленной воде. Кроме того, в каждой национальной кухне есть свой способ оформления и подачи блюд. Можно делать блюда национальной кухни, следуя традициям и используя специфические продукты и соответствующий кухонный инвентарь, а можно фантазировать и на основе имеющихся рецептов изобретать что-то свое собственное, что принесет удовольствие не только кулинару, но и его гостям.

# Пельмени

С давних времен русские считали пельмени исконно своим национальным блюдом. По мнению исследователей, пельмени появились на Руси во время татаро-монгольского нашествия. Похожие блюда есть и в других национальных кухнях: в Италии — рavioli, на Украине — вареники, в Узбекистане — манты, в Армении — бораки, в Грузии — хинкали, в Литве — колдуны.

Само слово «пельмень» происходит от сочетания двух слов финно-угорского происхождения: «пель» — «ухо», или «ушко», и «нянь» — «тесто», «хлеб». Слепленные в виде ушка лепешки из теста с мясной начинкой со временем стали называться пельменями. Их замораживали и в таком виде использовали в течение долгой зимы, при этом блюдо не утрачивало своих качеств. Кроме того, спрятанное в тесте мясо не так привлекало хищных животных, как обычное замороженное, что позволяло сохранить его в целости и сохранности долгое время. Это было очень удобно, особенно если приходилось отправляться в дальние зимние поездки. Можно было брать с собой замороженные пельмени, которые обеспечивали полноценное горячее питание во время путешествия. Русские землепроходцы, отправлялись в долгие экспедиции, запасались целыми мешками с замороженными пельменями.

В давние времена пельмени играли и ритуальную роль. Например, у жителей Урала их приготовление и употребление являлось символическим жертвоприношением скота. Именно

поэтому классические уральские пельмени готовят с начинкой из трех видов мяса: говядины (45%), баранины (35%) и свинины (20%). В фарш добавляют репчатый лук и перец. Татары для пельменей использовали только баранину, мясо гуся или конину, у русских для фарша брались говядина и свинина в равных пропорциях.

Сибирские пельмени готовились из теста с добавлением яиц куропаток, в степных районах Южного Урала — яиц стрепетов, дроф и перепелок. Сегодня в тесто добавляются обычно куриные яйца. Это делает тесто более крепким и позволяет его тонко раскатать. Кроме того, яйца придают изделию более своеобразный вкус.

Во время приготовления в фарш добавляли лед или ледяную воду. Когда готовые пельмени выносили на мороз, они моментально застывали, а после разморозки и варки мясо оставалось сочным и вкусным.

Варили пельмени в подсоленной воде со специями или зеленью. Когда они дважды всплывали, пельмени считались готовыми. Вареные пельмени немного сморщивались и становились действительно похожими на ухо.

Пельмени считались традиционным блюдом у многих народов, населяющих Россию. Их готовили впрок в большом количестве, используя самые разные начинки, соусы, рецепты теста и способы приготовления. Пельмени готовили с мясом, рыбой, субпродуктами, грибами,

луком, репой, тыквой, картофелем, шкварками, ягодами, творогом и квашеной капустой. Уральцы готовили пельмени не только с мясом, второй вид распространенных уральских пельменей был с пареной редькой (репой) или с луком.

Богатые уральские и сибирские заводчики в XIX веке, приезжая в Москву или Петербург, по привычке требовали пельмени в ресторанах и трактирах, поэтому владельцы были вынуждены освоить приготовление этого блюда в совершенстве. Ведь пельмени делались с самой различной начинкой, в том числе и с семгой или осетриной. И сегодня в меню бистро, столовых или дорогих ресторанов обязательно можно найти пельмени, причем иногда даже нескольких видов, не говоря уже о том, что в холодильнике практически у каждого обязательно хранится пачка замороженных полуфабрикатов на крайний случай, когда нужно быстро перекусить.

Сегодня для приготовления пельменей обычно используют специальную доску — пельменницу. Иногда раскатанный пласт теста просто нарязают небольшими квадратиками, чтобы избежать обрезков и сэкономить время. Можно вырезать круглые заготовки с помощью рюмки или стакана, затем лепить вытянутые пирожки и соединять их концы, образуя ушко. Настоящие умельцы разделяют тесто на небольшие шарики величиной с вишню, а потом раскатывают их в лепешки и готовят пельмени классической формы. Однако придется потратить немало времени и труда, чтобы раскатать каждый

шарик в отдельности, начинить его фаршем и защипнуть. Для этого потребуется большой опыт и желание.

Отваривать пельмени можно в горячей подсоленной воде с добавлением лаврового листа, репчатого лука, можно вместе с сухой и чистой шелухой и с другими приправами и специями. Вкусными получаются пельмени, отваренные в мясном бульоне. Можно сначала отварить их в воде, а затем опустить в горячий бульон с маслом. Существует множество рецептов приготовления пельменей. Вообще, эта процедура достаточно простая, а само блюдо будет сытным, вкусным и вполне традиционным. Ведь пельмени остаются любимым блюдом на столе (и не только у русских) уже на протяжении сотен лет. Старинные рецепты приготовления пельменей сегодня широко используются в производстве замороженных полуфабрикатов, их также применяют многие домохозяйки и повара в ресторане.

Несколько слов можно отдельно сказать о китайских пельменях — «праородителях» всех современных блюд из теста с мясной (и не только) начинкой.

---

## Китайские пельмени

По мнению исследователей, именно Марко Поло, отправившись на восток, оказался