



Восточный Пир

с Хакимом Ганиевым

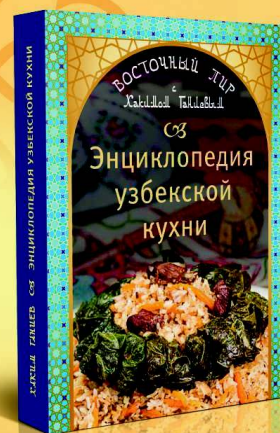
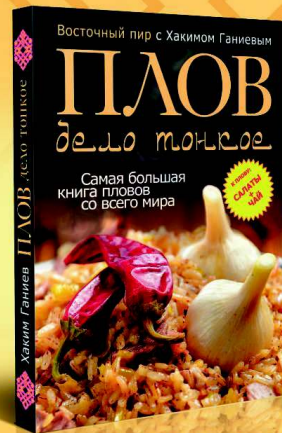
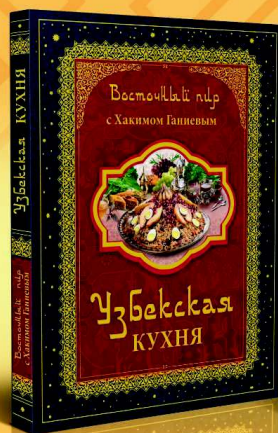
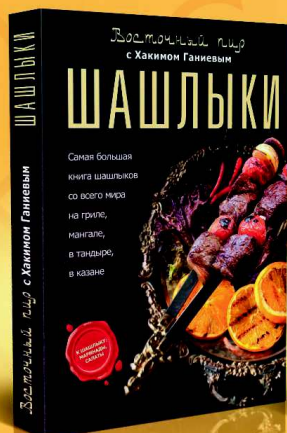
Хаким Ганиев — знаменитый гуру и активный популяризатор восточной кухни, опытный концепт-шеф, ведущий кулинарных мастер-классов, автор удивительных книг и просто человек невероятного обаяния.

Книги серии «Восточный пир с Хакимом Ганиевым» подарят вам неповторимый вкус блюд Востока, как «Тысячу и одну ночь» вы будете читать их, поскольку каждый рецепт сопровождается историей автора. Подробные пошаговые фотографии для трудоемких рецептов помогут сделать настоящий кулинарный шедевр у себя дома. Эти книги - об искусстве приготовления узбекских блюд, итог многолетнего опыта автора как повара и поэта.



**ВСЕ НОВИНКИ
здесь:**

[http://fiction.eksmo.ru/
catalog/kulinariya/](http://fiction.eksmo.ru/catalog/kulinariya/)





Santitas Kefim

ВОСТОЧНЫЙ ЛУЧ

с Хакимом Ганиевым

ЭНЦИКЛОПЕДИЯ
УЗБЕКСКОЙ
КУХНИ



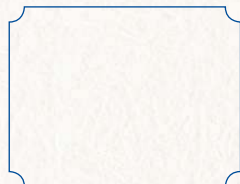
ЭКМО

МОСКВА

2015

СОДЕРЖАНИЕ

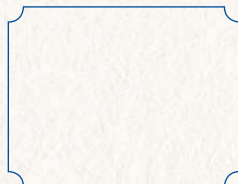
Салаты и закуски



22 Салат
«Узбекистан»



23 Салат из сузьмы
с зеленью



24 Ачик-чучук:
горько-кислый
салат



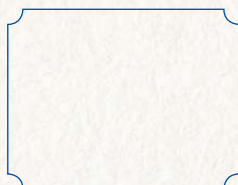
25 Гилосча: салат
«Вишенка»



26 Чумчук тили:
салат «Воробьиные
язычки»



27 Зира пиез:
салат «Лук с луком»



28 Сай



29 Джиз



30 Навруз: салат
«Новый год» —
рецепт автора



32 Рахат: салат
«Наслаждение» —
рецепт автора



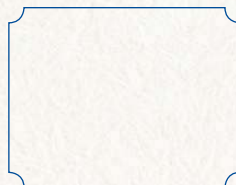
34 Шакароб



36 Ташкент
юлдузи: салат
«Звезда Ташкента»



37 Салат
«Гранатовый
браслет»



38 Салат «Чабан»



39 Салат
из клубники



40 Салат с сузьмой



41 Гриль-салат



42 Грушевый салат



43 Салат
«Лучшая десятка»



44 Салат арбузный



45 Салат
из ежевики



46 Салат из ревеня



47 Салат из лука-
порейя и маслин



50 Салат
«Нежность»



51 Салат
«Свежесть»



52 Салат из редиски с зеленью к плову



53 Салат из сельдерея



54 Салат из огурцов



55 Салат ферганский



56 Луковый салат с сумахом



57 Гранатовый микс



58 Салат из помидоров с огуречной заправкой



59 Зеленый салат



60 Салат грибной со шпинатом



61 Лecho из свежих овощей



62 Салат цитрусовый



63 Помидоры фаршированные



64 Тандыр барра: ягненок запеченный



66 Хасип: колбаски из бараньих потрошков



68 Хазина: закуска «Ларец с мясом»



70 Джиз-биз



72 Долма



74 Казы: конская колбаса



Супла



78 Кайнатма шурпа: суп из баранины с овощами



80 Мохора: суп с горохом нут



82 Суп с кифтой



84 Долма шурпа: суп с фаршированным болгарским перцем



86 Чучвара ош: суп с пельмешками



88 Мастава: рисовый суп



90 Мастава с фрикадельками



94 Машхурда: суп с машем и рисом



96 Тесто для лагмана



98 Важду: лагман ташкентский



100 Нарын: суп с казы



102 Хасип шурва: суп с колбасой из потрошков



103 Чалоп: холодный суп из кислого молока с зеленью

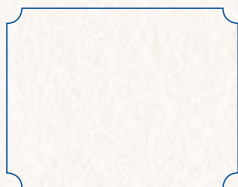
Вторые блюда



106 Казан-кебаб из баранины



108 Казан-кебаб из индейки



110 Бехили-жаркоп: жаркое с айвой



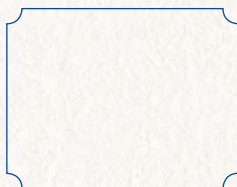
112 Ковурилган жигар: жареная печень



114 Дармон-жаркоп: жаркое «Здоровье»



116 Басма: тушеные овощи в собственном соку



118 Бехи долма: айва фаршированная



120 Пирожок: корейка барашка с картошкой



124 Бедана долма: фаршированные перепелки



126 Гуштнут: мясо, тушенное с горохом нут



128 Чарви долма: голубцы в пленке нутряного жира барашка



129 Олхори долма: слива фаршированная



130 Шилпилдак: мясо с отварным тестом и овощами



132 Манты с бараниной



134 Манты с говядиной



135 Манты с тыквой



136 Манты с зеленью

Пловы



140 Плов ферганский



143 Плов по-бухарски



144 Бахор: плов «Весна»



147 Тунтарма палов: плов с жареным рисом



148 Той оши: свадебный плов



150 Плов самаркандский



152 Шодибеги: плов Шодибека



154 Чалов: плов по-хорезмски



156 Махсус палов: плов особый



158 Долмали палов: плов с фаршированным болгарским перцем



160 Кузикорин палов: плов с грибами



161 Вегетарианский плов



162 Казы-палов: плов с казы



166 Куз: плов осенний с яйцами



168 Байрам палов: плов «Изобилие»



170 Детский плов



171 Ивитма палов: плов из замоченного риса



172 Плов легкий



173 Коскон палов: плов на пару



174 Плов на топленом масле



175 Отварной плов



176 Корма палов: плов кашкадарьинский



178 Бехили палов: плов с айвой



180 Илвасин палов: плов с дичью



182 Хасиб палов:
плов с домашней
колбасой



183 Зарчоба палов:
плов с зарчовой



184 Маизли палов:
плов с изюмом



186 Плов
с картофелем



187 Плов
с курятиной



190 Плов
с горохом нут



191 Плов с машем



192 Бедана палов:
плов с перепелками



194 Плов
с редиской



195 Плов с репой



196 Лакка палов:
плов с рыбой



197 Плов с курагой



198 Ошквоок
палов:
плов
с тыквой



200 Каклик
палов:
плов
с фаршированными
куропатками



202 Ловияли
палов:
плов
с фасолью



203 Кийма палов:
плов с фрикадель-
ками



204 Тухум палов:
плов с яйцом
без мяса



205 Постдумба
палов:
плов
с курдючной
оболочкой



206 Софаки палов:
раздельный плов



207 Угра палов:
плов с вермишелью



208 Плов с гречкой



209 Плов
из перловки



210 Шавля



212 Вариации
на тему плова

Шашлык



216 Люля-кебаб:
шашлык из
молотого мяса



217 Жигар-кабоб:
шашлык из печени



218 Катлама кабоб:
шашлык слоеный



219 Товук кабоб:
шашлык куриный



220 Бара куй кабоб:
шашлык из баранины



221 Пушти магиз кабоб:
шашлык из
говяжьей вырезки



222 Балик кабоб:
шашлык из рыбы



223 Титрама кабоб:
шашлык
особый



224 Сих буглама кабоб:
шашлык
на пару



225 Епма кабоб:
шашлык,
приготовленный
в тандыре



226 Тандыр кабоб:
шашлык в тандыре
на шампуре



227 Димлама кабоб:
шашлык,
подвешенный
в тандыре



228 Коурга кабоб:
шашлык «Семечки»
из бараньих ребер



229 Урама кабоб:
шашлычные
рулетики



230 Парча кабоб:
шашлык
по-ташкентски



231 Чарви жигар каоб: шашлык из печени в сальнике



234 Уч панжа каоб: шашлык «Три пальца»



236 Хасиб каоб: шашлык из ливерных колбасок



238 Турмуг каоб: шашлык «Лампочки» из бараньих яиц



239 Думба каоб: шашлык из курдюка



240 Канот каоб: шашлык из куриных крылышек



241 Бедана каоб: шашлык из перепелок



242 «Миниатюра»: шашлык из куриных сердечек и мини-баклажанов



243 Рулетики из баклажанов с вырезкой



244 Овощной шашлык в сальнике



246 Шашлык из помидоров



247 Дандана каоб: шашлык из корейки молодого барашка



248 «Гурман»: сырный шашлык



250 Бикин каоб: шашлык из седла барашка



251 Силтама каоб: шашлык, приготовленный в казане

Выпечка и десерты



254 Оби нон:
круглый хлеб



255 Патир:
праздничный хлеб



256 Самса с мясом



258 Айва печеная



259 Самса
«Пармуда»



260 Самса
«Гушткойда»



261 Самса «Капак»



262 Гумма:
пирожки
с потрошками



266 Чебуреки



268 Катлама:
слоеная лепешка



269 Зангза:
хворост



270 Урама:
«Завитушки»



271 Халва



272 Самса
с тыквой



274 Пахлава

Чай



278 Кук чай:
зеленый чай



278 Мижоз чай:
микс черного
и зеленого чая



279 Кора чай:
черный чай



279 Чай с зирой



280 Мурч чай: чай
с черным перцем



280 Елпизли чай:
чай с мятой



281 Чай с мелиссой



281 Райхонли чай:
чай с базиликом



282 Седанали чай:
чай с чернушкой



282 Чай с анисом



283 Олма чай:
чай фруктовый



283 Чай с тархуном



284 Чай
с чабрецом



284 Чай с имбирем



285 Зафаронли
чай: чай
с шафраном



285 Чай
с мускатным
орехом и корицей

ВВЕДЕНИЕ

Узбекистан — это благодатный край с живописными долинами и плодородными равнинами, древний перекресток караванных путей. За многовековую историю местная кулинария обрела свои особенности, национальный колорит и то, что можно назвать изюминкой Востока.

Здесь выращиваются пшеница, рис, кукуруза, ячмень, маш, фасоль, горох, нут и соя. Благодаря теплоте климата растут самые разнообразные фрукты, овощи и бахчевые, а также цитрусовые, ягоды, орехи и пряности. Обилие солнца и зелени позволяет практически круглогодично пасти скот на обширных богатых пастбищах, что делает мясо барашков необыкновенно вкусным.

Отметим сезонность узбекской кухни. Новый год в Узбекистане начинается весной, 21 марта, с праздника Навруз, символизирующего пробуждение природы от зимней спячки. С появлением свежих овощей и зелени многие блюда меняют свой облик и привычный вкус. В шурпу добавляют свежие побеги винограда и зеленые яблоки, плов делают с голубцами (каватак) из свежих виноградных листьев, манты, самсу и пельмени (чучвару) готовят с зеленью, супы приправляют зелеными плодами абрикоса и алычи.

Летом часто готовят фаршированные овощи, такие как лук, помидоры, болгарский перец, баклажаны. А фрукты — слива, айва, яблоки, персики — служат великолепным дополнением к мясным блюдам.

Осенью созревают овощи: тыква, редька, репа — они еще более разнообразят узбекскую кухню. Из тыквы готовят манты, самсу, всевозможные запеканки, каши и салаты, ее добавляют даже в плов. А особенная маргиланская редька украшает множество салатов и закусок осеннего меню.

Зимой также есть свои кулинарные прелести в виде множества сухофруктов, орехов, меда и фруктов — хурмы, гранатов, зимних дынь, — которые именно в это время года достигают своего наилучшего вкуса. А основные блюда готовят более сытными, чтобы согреться, добавляя в них казы, курдючный жир и жирные молочные продукты.

Эта книга содержит более 180 рецептов национальной узбекской кухни, сгруппированных по тематическим разделам. Многочисленные рецепты разнообразных пловов и шашлыков выделены в особые разделы.

Кухня Узбекистана очень насыщена и разнообразна не только потому, что страна изобилует пищевыми продуктами и ароматными специями, а еще и потому, что в разных регионах для одного и того же блюда есть огромное количество вариаций.

САЛАТЫ И ЗАКУСКИ

Узбекские салаты и закуски готовят не только из овощей или мяса, но также из ягод — вишни, ежевики, клубники, алычи, физалиса, смородины, в самых неожиданных сочетаниях. Определенная категория салатов подается к шашлыкам.

Среди традиционных рецептов, таких как «Ачик-чучук», «Казы», вы встретите и несколько собственных рецептов автора.

*Как обрамляем драгоценный камень золотом,
Так к дастархану славному мы подаем салаты.*

СУПЫ

Супы узбекской кухни отличаются сытностью, густотой. В них широко применяются зернобобовые культуры: рис, сорго (одна из разновидностей кукурузы), маш, фасоль, нут (восточный горох), бобы, дробленая пшеница. Для основы жидких супов используются мясные, овощные бульоны и молоко.

ВТОРЫЕ БЛЮДА

Многие из вторых блюд узбекской кухни готовятся на основе мяса: различные кебабы на открытом огне, в казане, тандыре и так далее. Из овощей и фруктов делают долму, басму, дымляму, жаркое ажабсанда — перечислять можно бесконечно.

Из различных круп и бобовых культур, конечно, готовят пловы, машкичири, халим, ловия, мошхурак и многое другое. В узбекской кухне много мучных блюд — лагман, манты, чучвара, нарын, ханум, буламак, ютангза. Все эти блюда в Узбекистане готовят в каждой семье, разделяя их по сезону.

ПЛОВЫ

Плов как нельзя лучше отражает национальный колорит узбекской кухни. Приготовление хорошего, правильного плова — это искусство. Рецепты передаются из поколения в поколение на протяжении многих веков. В самом простом варианте плов состоит из мяса, жира, риса, лука, моркови, воды и соли. Более сложные варианты включают свежие фрукты, сухофрукты, грибы, фаршированные овощи и разнообразные специи — до 10 видов.

В разные времена года один и тот же рецепт плова может включать разные продукты. А если учесть разнообразие методов приготовления, которые у каждого повара свои, — соответственно и пловы получаются не похожими друг на друга, даже если приготовлены из одних и тех же ингредиентов, — то вариаций на тему плова насчитывается несколько сотен.

По легенде, узбекское название плова — «палов-ош» — сложилось из начальных букв его ингредиентов:

П — пиез (лук)

А — аез (морковь)

Л — лахм (мясо)

О — олио (жир)

В — вет (соль)

О — об (вода)

Ш — шалы (рис)

Узбекский рис

Девзира — это очень древний и, пожалуй, самый знаменитый из выращиваемых в Ферганской долине пловный сорт длиннозерного риса с тонким, еле заметным сладким привкусом. В любом блюде девзира увеличивается в 7 раз, впитывая много жира, воды, а главное, специй и приобретая потрясающий вкус.

Девзира — лучший и самый дорогой узбекский рис, и чем он старше, тем выше цена (перед употреблением девзире обязательно ферментируют, некоторые сорта отлеживаются в закромах по 2–3 года). Цвет девзиры представлен во всех

оттенках — от бело-жемчужного — через серые, бежевые и розовые цвета — до темно-коричневых и грязно-красноватых. После промывки этот сорт становится особенно красивым, приобретая все оттенки янтаря. Зерна крупные, с неровной поверхностью и продольной темной бороздкой.

Чунгара, в отличие от классической девзиры, имеет почти белый цвет и менее твердую структуру благодаря большому содержанию крахмала, но не уступает ей по свойству впитывать жидкость. Девзира Кора килтирик — самый дорогой сорт

По указу шахов из династии Саманидов плов из девзиры можно было готовить только по праздникам.

«Настоящий плов — это плов из девзиры», — говорят узбеки, и, хоть раз попробовав плов из девзиры, все с этим соглашаются.