

Очень просто!

ДОМАШНЯЯ ШАУРМА



Терция
2016



УДК 641/642
ББК 36.997
Д 66

Составитель А. Вайник

*Оригинал-макет подготовлен
ООО «Издательский Дом «Терция»*

Д 66 **Домашняя шаурма** / сост. А. Вайник. — М.: Издательство «Э»; СПб.: Терция, 2016. — 64 с. — (Очень просто).

ISBN 978-5-699-85210-9

Шаурма, или шаверма, — это, наверное, одно из самых популярных блюд фастфуда, пришедших к нам с Ближнего Востока. Вкусно, сытно, удобно и можно есть на ходу — что еще нужно в наш быстрый век?

Обычно шаурма — это завернутое в питу или лаваш нарубленное мясо с овощным салатом и майонезным соусом. Однако если слегка пофантазировать, можно придумать множество вариантов, не повторяясь долгое время.

Конечно, шаурма, купленная в маленьком киоске около вокзала или шоссе вряд ли будет вкусна и полезна. Но ее можно приготовить и дома, выбрав подходящий рецепт в этой книге. И помните: правильно приготовленная шаурма всегда вкусна и, главное, не причинит вашему желудку никакого вреда!

УДК 641/642
ББК 36.997

ISBN 978-5-699-85210-9

© Составление, оформление, «Терция», 2016
© ООО «Издательство «Э», 2016

ПРЕДИСЛОВИЕ

Шаурма — это блюдо из мелко нарезанного мяса с овощным салатом, специями и соусами, завернутое в лаваш (также возможна подача на тарелке с питой и каким-нибудь дополнительным гарниром).

Шаурма стала активно продаваться в России в начале 90-х годов XX века. Появились многочисленные киоски, где это блюдо готовили прямо на глазах. Делалось блюдо в этих киосках из сомнительного мяса, гигиена была никакой, овощи — обветрившимися и безвкусными. Именно из-за такого халатного отношения хозяев подобных ларьков к приготовлению шаурмы, вкуснейший восточный фастфуд считался чем-то оскорбительным для желудка.

На самом деле — если приготовить шаурму из хороших продуктов и соблюдая технологию — вы получите очень вкусное и сытное блюдо, которое к тому же и очень удобно есть, даже на ходу.

Собственно, шаурмой это блюдо называют в Москве. В Санкт-Петербурге используют название «шаверма», а в Твери, находящейся между этими двумя столицами, — «шаварма». На Урале шаурмой зовут блюдо, завернутое в тонкий лаваш, а шавермой — блюдо в половинке питы. В Азербайджане для него есть свое название — денер-кебаб или денер, а шаурмой кличут исключительно блюдо с белым кисло-сладким соусом в лаваше. Армяне предпочитают



слова «шавурма» или «шашлык по-карски» (карси-хоровац). Это большой кусок мяса на вертеле, который обрезают по мере приготовления, а кусочки заворачивают в лаваш. В Израиле это шаварма (или шварма), а живущие в этой стране арабы называют ее шуармой. Чехи употребляют греческое слово «гирос», болгары — «дюнер», румыны — «шаорма» или «шоорма», бельгийцы — «пита-дюрум» (может быть и просто «дюрум», если блюдо завернуто в лаваш, или просто «пита», если его кладут на половинку питы). И это далеко не полный перечень имен этого угощения.

Мясо для него поджаривают в вертикальных грилях по специальной технологии. Его нанизывают на вращающийся вертел, вдоль которого расположены беспламенные газовые горелки. По мере того как мясо прожаривается, его срезают длинным ножом тонкими кусочками. Мясо берут разное. На Востоке (в Израиле, Иордании, Сирии, Палестине, Ливане) больше всего распространены варианты с индюшатиной, хотя в дорогих заведениях можно отведать шаурму с бараниной или верблюжатиной. В других местах ее готовят и с телятиной, и с курятиной, и со свининой.

Принцип приготовления всегда одинаков: мясо перед поджариванием маринуют, используя смесь корицы, кардамона, гвоздики, кориандра, перца, красного уксуса, оливкового масла, зелени. Собственно, жарить мясо не обязательно на вертеле. Дома можно использовать и обычную сковороду.

К шаурме полагаются овощные салаты и соусы. Состав салатов может быть весьма разнообразным, а вот классическим соусом считается чесночный. Знатоки уверяют, что шаурма с другим соусом — это совсем другое блюдо. Возможность сравнить у вас есть: ниже вы найдете рецепт этого классического соуса.

Помните: правильно приготовленная шаурма всегда вкусна и, главное, не причинит вашему желудку никакого вреда!

Домашняя шаурма



В книгу также включены рецепты классических пит и начинок для них, так как это блюдо очень близко шаурме как по виду, так и по предназначению. Пита — это пресный круглый плоский хлеб. Греческая пита — плоская, у арабской есть «карман», который при выпекании образуется водяным паром. С помощью плоских пит удобно готовить слоеные бутерброды, а питы с «карманами» принято заполнять разнообразными начинками: овощами, рыбой, мясом, морепродуктами, салатами, фаршами. Их едят и холодными, и горячими.

Кроме греческой и арабской есть и другие разновидности питы: грузинский лаваш (пышный хлеб без «кармана»), иракская лафа (тонкий лаваш), друзская пита (очень тонкая и очень большая лепешка), индийская чапати (хлебная лепешка, кусочки которой макают в соусы или используют как ложечку).

СОУСЫ ДЛЯ ШАУРМЫ



Классический соус для шаурмы

500 мл ряженки, 200 г сметаны, 200 г майонеза, сок $\frac{1}{4}$ лимона, 8–10 зубчиков чеснока, по $\frac{1}{2}$ ст. ложки хмели-сунели и молотого черного перца, по 1 ст. ложке сахара и соли.

Смешать ряженку, сметану и майонез. Хорошо перемешать. Добавить соль и сахар, влить свежесжатый лимонный сок.

Чеснок очистить, раздавить в прессе, добавить в соус. В последнюю очередь положить черный перец и приправу хмели-сунели. Все тщательно перемешать.

Готовый соус желателно поместить на несколько часов в холодильник.



Чесночный соус для шаурмы

6 *$\frac{1}{2}$ стакана сметаны 20% -й жирности, $\frac{1}{2}$ стакана кефира 3% -й жирности, $\frac{1}{2}$ стакана майоне-*