



АРУТЮНЯН МАРСПЕД

# ВАХ, МАМА-ДЖАН!

гриль, мангал, барбекю



Издательство АСТ  
г. Москва



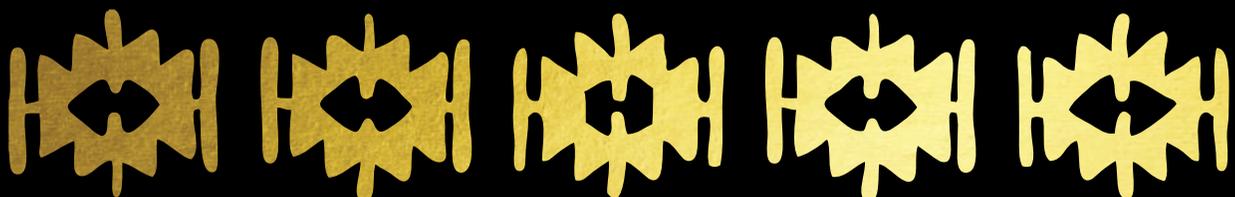


## ДОРОГИЕ МОИ ДРУЗЬЯ-ДЖАН!

С большим удовольствием хочу представить вам самую вкусную и сочную книгу. С этого момента ваш дом будет всегда полон гостями, друзьями, родственниками, никто не сможет устоять перед таким вкусом, таким ароматом! Даже соседи прибегут на запах. Друзья, клянусь, слов нет, чтобы описать, какая будет красота, вах, мама-джан!

Со мной ваше мясо получится суперсочным и нежным, что будет таять, как масло, во рту. Все: и барашек, и говядина, и кролик, и свининка, и курочка с рыбкой — станет украшением, да что там, венцом вашего, друзья-джан, домашнего стола. Ребрышки, корейки, ножки, шейки, кебаб, шашлык никогда не покинут вашу кухню. Блюда, которые вы раньше готовили, станут еще сочнее, еще вкуснее.

По моим рецептам у вас все получится, так что готовьте со мной, а главное, с душой. Вам понравится!





# САМОЕ АРМЯНСКОЕ БЛЮДО

## ХАШ

классическое армянское блюдо



**Дело занимает много времени. Зато потом аппетитно кушаем. В конце — хорошо!**

Держим ноги 1 час в холодной воде, затем тщательно чистим ножом. В процессе постоянно ополаскиваем. Их цвет должен стать нежно-белым. После этого делим каждую на три части. Режем немного выше копыта — нужно попасть точно между косточками, тогда нож пройдёт без труда. Затем разрезаем оставшийся большой кусок между половинками копыта. Колени и голяшки режем на крупные куски, требуху — как угодно.

Всё замачиваем на 3 суток в холодной воде отдельно друг от друга. Воду меняем не менее шести раз. К требухе подливаем уксус. Всё это нужно для того, чтобы из мяса ушла кровь и оно стало мягким, а требуха потеряла неприятный запах.



**Как нужно кушать: иметь хорошую водку, хороший лаваш, хорошую закуску, и главное — хороший хаш!**

В большую кастрюлю кладём колени, заливаем водой так, чтобы они полностью погрузились. Варим 1,5–2 часа на среднем огне. В другой кастрюле варим требуху. Поварив 1 час, промываем её и варим в новой воде ещё полчаса. Ноги в это время снова чистим.

Когда колени сварятся, вынимаем их, снимаем мясо с костей, возвращаем в бульон. Сверху выкладываем ноги. Доливаем воды. Варим 1,5 часа. Огонь сначала делаем средний, а когда вода закипит — убавляем до минимального. Наконец, подкладываем голяшки. Доливаем воды, солим. Варим ещё 1 час.

По традиции, хаш и требуха подаются отдельно друг от друга. Желающие подкладывают её в свою порцию. Хорошо будет покрошить к хашу лаваш, подсыпать чеснок.



**Все уже зубы заточили и ждут, когда кушать!**

### Для основного блюда

Ноги телячьи с копытом — 4 кг

Колени телячьи на кости — 4 кг

Голяшка говяжья

на кости — 4 кг

Требуха говяжья — 2 кг

Уксус столовый — 100 мл

на один раз

Вода — необходимое количество

Соль — по вкусу

### Дополнительно

Лаваш — по вкусу

Чеснок — по вкусу







# ТОЛМА НА МАНГАЛЕ

традиционное армянское блюдо



## Для основного блюда

Фарш говяжий с жиром – 1,5 кг

Рис круглозёрный – 400 г

Листья винограда свежие –  
необходимое количество  
(рассчитать точно трудно)

Лук репчатый – 1 шт.

Лук зелёный – 1 пучок

Листья чеснока – 1 пучок

Петрушка – 1 пучок

Кинза – 1 пучок

Укроп – 1 пучок

Помидоры, консервированные  
в собственном соку – 500 г

Паста томатная – 140 г

Масло подсолнечное – 100 мл

Вода – необходимое количество

Базилик измельчённый – по вкусу

Перец чёрный молотый – 1–2 ч. л.

Перец красный полумолотый –  
1 ч. л.

Перец чили молотый – 1 ч. л.

Соль – по вкусу

## Для соуса

Чеснок – 2 зубчика

Лук зелёный – несколько стрелок

Мацони – 500 мл

Вода – 60 мл

Соль – по вкусу



«Вах, мама-джан!» —  
и в путь!

Варим виноградные листья в кипящей подсоленной воде 1,5–2 минуты. Их цвет должен поменяться.

Рис варим и высыпаем в фарш. Добавляем консервированные в собственном соку помидоры, томатную пасту, подсолнечное масло, измельчённые лук и зелень, специи. Хорошо перемешиваем.

Заворачиваем фарш в виноградные листья.



Вот тут нужно терпение...  
Но оно вознаградится!

Выкладываем толму в кастрюлю в несколько слоёв. Заливаем водой. **Она должна достичь верхнего слоя, но не покрыть его.** Кладём сверху тарелку (как гнёт, чтобы верхние листья не развернулись) и накрываем крышкой.

Ставим кастрюлю на мангал или плиту. Жар должен быть средний. Когда вода закипит, немного убавляем его. Вариться толма будет 1 час.

За это время приготовим к ней хороший соус. Измельчаем лук, давим чеснок. Сыпем их в мацони, солим. Добавляем воду, хорошо перемешиваем.

Когда толма будет готова, аккуратно вынимаем её из кастрюли **по одной** (чтобы не развалилась).



Как это может быть  
невкусно?!





# ГОВЯЖИЙ СТЕЙК НА МАНГАЛЕ



## Для основного блюда

Вырезка говяжья – 2,5 кг  
Перец чёрный молотый –  
по вкусу  
Соль крупная –  
по вкусу

## Для соуса

Чеснок – 3–4 зубчика  
Чабер – пучок  
Масло оливковое – 60–80 мл

## Дополнительно

Щепа для копчения  
Вода



**Думаю, вам очень понравится это приготовление.**

Режем мясо на стейки толщиной в 2 см.  
Снимаем лишний жир.

Для соуса мелко нарезаем чабер, добавляем к нему чеснок и давим пестиком. Подливаем оливковое масло и ещё немного давим.

Сильно солим и перчим мясо, смазываем его соусом. Так – с обеих сторон.

**Не тратьте весь соус, он ещё понадобится.**



**Представляете, какой вкус у нас будет? Обалденный. Без базара.**

Выкладываем стейки на разогретую решётку. Жар должен быть средний. Если можете точно отрегулировать температуру — сделайте 200 °С. Через 15 минут переворачиваем стейки и смазываем соусом поджарившуюся сторону. Ещё через 15 минут — вторую. Держим над углями до желаемой степени прожарки.



**И копчёный.  
И жареный. Отличный стейк.**

## Кстати

Чтобы добавить мясу аромата, перед тем, как отправить его на мангал, можно подбросить к углям щепу для копчения. Перед этим вымачиваем её в маленьком количестве воды около получаса.



# ФОРЕЛЬ, ЗАПЕЧЁННАЯ В КРУПНОЙ СОЛИ



**Форель – рыба, которую нельзя испортить...  
И мой рецепт поможет приготовить её хорошо!**

Перемешиваем соль с белками двух яиц. Так она будет клестись. Форель не нужно резать и чистить — только выпотрошить. Выстилаем половиной соли противень, кладем сверху рыбу. Другой половиной равномерно покрываем её. Старайтесь, чтобы соль не попадала к ней внутрь.



**Вы учтите:  
будет вкусно.**

Ставим рыбу в разогретую до 220 °С духовку на 25 минут. Жар должен идти сверху и снизу.

Достаём, ломаем затвердевшую соль — осторожно, чтобы не повредить форель. Снимаем с рыбы чешую — она с лёгкостью отойдёт. Выкладываем мясо на тарелку. Всё готово!



**Супер —  
класс — вкус!**

## Нам потребуются

Форель целая – 1,3 кг

Яйцо – 2 шт.

Соль крупная – 3 кг



