

## **РУССКАЯ КУХНЯ**

### **ВЗВАРЫ**

Взварами, подливами в старину на Руси назывались густые, кисловатые подливки гарниры к русским национальным блюдам. Традиционными считались луковый, капустный, клюквенный, брусничный взвары.

Взвар — специальное сладкое блюдо для Рождественского и Крещенского сочельника. Взвары и компоты из сухофруктов и меда, как и рецепт блинов, были привнесены в русскую кухню IX веке завоевателями-варягами. «... В Сочельник, под Рождество, — бывало до звезды не ели. Кутью варили из пшеницы, с медом; взвар — из чернослива, груши, шепталы... Ставили под образа, на сено. Почему?.. А будто — дар Христу...».

Взвары луковые подавали к домашней птице, баранине, рыбе; капустные — к гусю, утке, рыбе; клюквенные — к поросенку, окороку, индейке, дичи, а иногда им обливали и сметков жареных; брусничные — к дичи, лещу жареному. Кроме того, готовили взвары типа пряных подливок (с шафраном, гвоздикой, перцем). Были и соусы с вином («бастрой»). Взвары с шафраном подавали к блюдам из кур, баранины, а с гвоздикой — к дичи, блюдам из рубцов, сердца и других субпродуктов.



#### ***Взвар луковый***

Луковиц больших нарезать ломтиками, смочить много уксусом, подсластить медом, приправить перцем и упарить в сковороде, пока уксус сгустеет. Этот взвар подается к жареным индейкам, гусю, а иногда и баранине.



#### ***Взвар капустный***

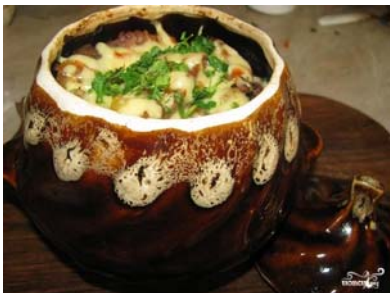
К сему употребляется шинкованная, то есть в виде лапши нарезанная капуста и квашеная. Оную отжав, обжарить в масле коровьем или с гусиным салом и многими ломтиками накрошенным луком. Когда ужарится, накатать уксусом, подслащенным медом, проварить и приправить перцем. Подают оный к гусю.



#### ***Взвар клюквенный***

Из клюквы выдавить сок и проварить с медом до сгущения, бросить щепоть муки. Этим взваром обливают жареного поросенка, окорок свинины и индейку.

## БЛЮДА В ГОРШОЧКАХ



### **Жаркое в горшочке**

Мякоть говядины нарезают кусочками, обжаривают, кладут в горшочек, добавляют нарезанный и обжаренный лук, специи, соль, добавляют воду и тушат до готовности.

*Говядина 120 г, картофель 120 г, лук 30 г, сало 15 г.*



### **Цыпленок в сливках**

Тушку цыпленка обрабатывают, рубят на куски, обжаривают, кладут в горшочек, заливают сливками, горшочек закрывают крышкой или заклеивают тестом и ставят в духовку (печь) на 25-30 мин. Отдельно подают припущенный рис или рассыпчатую гречневую кашу.

*Цыплята 200 г, сливки 150 г, масло топленое или жир 20 г.*



### **Язык отварной в горшочке**

Язык отваривают, очищают от кожицы под струей холодной воды, нарезают кусочками, кладут в горшочек, добавляют нарезанную кубиками морковь и репу, нарезанную квадратиками капусту, петрушку, лук, нарезанный дольками картофель, специи, заливают водой и варят до готовности. Часть картофеля вынимают, разминают и кладут

обратно.

*Язык 100 г, картофель 75 г, морковь, капуста, репа — по 50 г, лук 20 г.*



### **Картофельная баба**

Сырой картофель чистят, моют и натирают на терке. Добавляют яйца, соль, все хорошо перемешивают выкладывают на сковороду, смазанную жиром, разравнивают. Запекают в духовке. При подаче сверху кладут поджаренные лук и кусочки шпика.

*Картофель 10-12 шт., яйца 2 шт., лук 1 головка, маргарин 1 ст. ложка, шпик 60 г, соль.*



### **Картофляники**

Картофель варят в кожуре, очищают и протирают. В подготовленную массу добавляют муку, масло, яйца, перец, соль и хорошо вымешивают. Формуют из массы шарики, кубики, ромбики весом 15-20 г. подготовленные картофляники кладут на противень или лист и запекают в духовке. При подаче заправляют сметаной или маслом, пассированным репчатым луком и припускают 5-7 мин. При подаче

посыпают зеленью.

*Картофель 8-10 шт., мука 4 ст. ложки, яйца 2 шт., сливочное масло 4 ст. ложки, сметана 4 ст. ложки, лук 1 головка, соль, перец.*

## **МОРДОВСКАЯ КУХНЯ**



### ***Шонгарям (пшенная каша)***

Пшено промыть несколько раз в холодной воде, затем обдать кипятком и варить до полуготовности (10 — 15 мин), чтобы не разварилось в воде, после чего жидкость слить, в кашу залить молоко, в котором уварить ее до густоты. Готовую кашу заправить маслом, мелко накрошенными кусочками мяса (зайчатины, свинины, говядины — любого) или курицы, рублеными яйцами и измельченным луком и тщательно размешать. После этого добавить в кашу небольшие кусочки верхней корки от свежесыпеченного черного домашнего хлеба (для этого срезается только сухая, зазубренная часть корки, совершенно без мякоти). Если домашнего хлеба нет, то покупной для этой цели лучше не использовать — он лишь испортит вкус каши, в то время как корка домашнего хлеба придаст ей особое вкусовое своеобразие (в этом случае каша должна постоять перед подачей 5-10 минут, чтобы корка упрела).

*1 стакан пшена, 0,5-1 л молока, 50-75 г сливочного масла, 150-200 г обрезков любого отварного мяса, 1-2 крутых яйца, 1-2 луковицы.*



### ***Полбяная каша***

Полбу замочить на 4-6 часов (или на ночь) в смеси простокваши (или скисшего молока и кипяченой холодной воды), затем промыть в холодной воде и отварить на слабом наплитном огне в молоке или смеси молока с водой до готовности (каша не разваривается, каждое зернышко остается целым, готовность проверяется пробой на вкус после полного выкипания жидкости). Кашу укутать и дать выстояться 30-40 минут, после чего заправить ее маслом и подать к столу.

*1 стакан полбы, 8,5 л простокваши, 0,5 стакана воды, 0,5 л молока, 100 г масла.*



### ***Паренки (брусника или клюква с репой)***

Для приготовления этого распространенного национального блюда используются только так называемые паренки, т. е. брюква, репа или редька, выпеченная в печи, а потому сухая, с особым приятным вкусом. Репа, отваренная обычным способом, в воде, не годится. Приготовление паренков: Овощи тщательно очистить от повреждений, кожуру снять, крупные клубни разрезать на 3-4 куса, плотно уложить в чугунок или горшок. Отверстие сверху плотно заткнуть чистой соломой (ржаной, овсяной, ячменной), чугунок перевернуть дном вверх на лист,



который поместить в духовку. Все это должно томиться на умеренном огне до появления приятного запаха, сигнализирующего о готовности (примерно через 35-50 минут).

Горячие паренки можно подать как самостоятельное блюдо, на гарнир к мясу или как горячую закуску со сливочным маслом. Для сладкого блюда паренки остужают и натирают на мелкой терке, после чего смешивают с сахаром и ягодой.  
*1 стакан ягод, 0,5-1 стакан тертой репы (редьки), 3-4 ст. ложки сахара или меда.*

## **ЧУВАШСКАЯ КУХНЯ**

### ***Шыртан***



Обработанный бараний желудок наполняют сырой бараниной, нарезанной кусочками и заправленной чесноком, лавром, солью, отверстие зашивают, изделие натирают солью, кладут на противень швом вниз и запекают 3-4 часа до появления золотистой корочки. Подают в горячем виде. Для длительного хранения шыртан запекают повторно в теч. 1,5 часов, охлаждают и вновь запекают 1 час. При такой

обработке блюдо можно долго хранить в прохладном месте.

*Желудок бараний 500г., баранина 1950г., чеснок 10г., перец, лавр, соль.*



### ***Колбаса домашняя по-чувашски***

В кипящую подсоленную воду кладут баранье сало, рубленый репчатый лук, пшеничную или рисовую крупу и варят до полуготовности. Этой массой наполняют обработанные кишки. Колбасы отваривают до готовности. Подают в горячем виде.

*Лук репчатый 50 г., крупа пшеничная 200 г., сало свиное или баранье 15 г., кишки 300 г., вода 360 мл.,*

*соль.*



### ***Колбаса крупная***

Крупу отваривают до полуготовности, остужают и добавляют нарезанный кубиками внутренний жир (свиной, бараний), нарезанный чеснок, соль, перец и все тщательно перемешивают. Кишки набивают полученной массой не плотно с тем, чтобы при доведении колбасы до готовности оболочка не лопнула. Сворачивают колбасу кольцами, кладут на

противень с бортами и доводят до готовности в духовом шкафу.

*Крупа пшеничная или пшеничная 250 г., жидкость для варки крупы 800 мл., внутренний жир (свиной 265 г.), чеснок 23 г., черева (говяжьи) 90 г., жир для смазки противня 25 г.*



### ***Каша пшенная с грибами***

Сухие грибы промыть, замочить в теплой воде на 1 час, затем отварить в той же воде, в которой они были замочены. Готовые грибы изрубить ножом или

пропустить через мясорубку с крупной решеткой, соединить с процеженным грибным бульоном, посолить, прокипятить и всыпать промытое пшено. Кашу варить на слабом огне до загустения, затем поставить упревать на водяной бане. Подать к столу с поджаренным на растительном масле с нашинкованным луком.  
*50 г. сушеных грибов, 1,5 стакана пшена, 2—3 луковицы, 3 ст. ложки растительного масла, соль по вкусу.*



### ***Рулет из желудка***

Обработанный желудок наполняют фаршем, приготовленным из молотых субпродуктов, заправленных чесноком и перцем. Свернутое рулетом изделие перевязывают шпагатом и отваривают. Подают в горячем виде, нарезанным на порции.

*Сердце 400 г., желудок 300 г., легкие 380 г., рубец 1000 г., перец молотый черный, соль.*



### ***Говядина, тушенная с брусникой***

Говядину нарезать на кусочки по 25 30 г, обжарить, добавить нашинкованный лук, томат-пюре и жарить еще 7—10 мин, в конце положить муку. Затем залить мясным бульоном или водой, положить предварительно ошпаренную бруснику, соль, черный молотый перец, лавровый лист и тушить до готовности на плите или в духовке.

*500 г. говядины, 2 ст. ложки топленого или растительного масла, 250 г лука. 1, 5—2 стакана брусники, перец, лавровый лист, соль.*



### ***Свинные ножки с калиной и горохом***

Свинные ножки обработать, тщательно промыть, залить небольшим количеством воды и сварить до готовности. Затем ножки вынуть, а в бульон положить квашеную капусту (очень кислую предварительно промыть холодной водой), хорошо промытую калину, мелко нашинкованный лук, соль, лавровый лист и потушить. Отварить горох, пропустить его через мясорубку, заправить сливочным или

растительным маслом. На тарелку положить гороховое пюре, сверху — вареные свиные ножки, полить соусом из калины и квашеной капусты.

*800 г свиных ножек, 200 г квашеной капусты, 150 г калины. 2 луковицы, 500 г гороха, 50 г сливочного или растительного масла, лавровый лист, соль.*

### ***Картофельная запеканка с рыбой***

Вареный картофель протереть через сито, заправить сметаной, сливочным маслом и сырыми яичными желтками. Подготовленное филе сельди мелко нарубить, припустить на сливочном масле и смешать с пассерованным репчатым луком. На сковороду, смазанную сливочным маслом и посыпанную сухарями, положить слои картофельного пюре, а на него ровным слоем подготовленную





сельдь и накрыть вторым слоем картофельного пюре, придав ему форму горки. Сверху посыпать сухарями, полить сливочным маслом и запечь.

*10 шт. картофеля, 150 г сельди, 3 луковицы, 2 яйца, 3 ст. ложки масла, 2 ст. ложки панировочных сухарей, 1 ст ложка сметаны, соль.*



### ***Тултармыш с рыбой***

Рыбу разделяют на филе с кожей без костей и режут на кубики размером 10x10 мм. Лук репчатый шинкуют кубиками и пассеруют на масле. Соединяют творог, пассерованный лук, подготовленную рыбу, массу солят по вкусу и все тщательно перемешивают. Промытые кишки набивают подготовленным фаршем, сворачивают кольцами и укладывают на противне, смазанном жиром. Поверхность накалывают в нескольких местах. Запекают в духовом шкафу до готовности.

*Минтай неразделанный 118 г., творог 590 г., лук репчатый 238 г., масло сливочное 50 г., черева (говяжьи) 59 г., жир на смазку противня 25 г.*

### ***Птица в кокотнице***



Мякоть вареной птицы и колбасу или ветчину шинкуют соломкой. Грибы перебирают, промывают, шинкуют и обжаривают. Мясо птицы и колбасу смешивают с подготовленными грибами и частью тертого сыра.

Кокотницы слегка смазывают жиром и наполняют полуфабрикатом. Заливают сметанным соусом, посыпают тертым сыром и сбрызгивают маслом, запекают до образования румяной корочки. Подают в той же посуде. При отпуске можно посыпать зеленью.

*Курица 115 г., бройлер-цыпленок 108 г., колбаса вареная 20 г. или ветчина в оболочке 20 г., шампиньоны свежие 33 г. или грибы свежие 20 г., маргарин столовый или масло сливочное 10 г., соус сметанный 50 г., сыр 20 г.*

### ***Жаркое в горшочке***

Свинину нарезают по два кусочка на порцию, картофель и лук нарезают кубиками. В глиняный горшок кладут ряд картофеля, половину нормы репчатого



лука, кусочки свинины, затем снова картофель, лук, соль, специи, заливают мясным бульоном, сверху кладут жир и тушат в жарочном шкафу до готовности. Готовое жаркое подается в горшочке, в котором оно тушилось. При подаче жаркое можно посыпать зеленью.

*Свинина (лопаточная, шейная часть) 129г., картофель 200г., лук репчатый 48г., жир животный*

*7г., соль 5г., перец 1,5г.*

## **ТАТАРСКАЯ КУХНЯ**



### ***Плов из баранины с лапшой***

Баранину нарезать на порционные куски, обжарить и тушить с добавлением пассированного репчатого лука.

Рис и лапшу отварить по отдельности, затем смешать их и заправить топленым маслом.

При подаче готовую баранину положить на смесь риса с лапшой и посыпать мелко нарубленной зеленью укропа.

*Баранины 500 г, риса 400 г., лапши 250 г., топленого или сливочного масла 100 г., репчатого лука 75 г., зелень укропа, черный молотый перец, соль по вкусу.*



### ***Тутырма с субпродуктами***

Обработать субпродукты (печень, сердце, легкие), мелко нарезать, добавить лук и пропустить через мясорубку (можно нарубить). Положить перец, соль, выбить яйцо и тщательно все перемешать, затем разбавить молоком или остуженным бульоном, добавить рис (или гречневую крупу) и, перемешав, начинить кишку, завязать. Начинка для тутырмы должна быть жидкой. Варить так же, как и тутырму с говядиной. Можно тутырму готовить только с одной печенью и с крупой. Тутырма из субпродуктов считается деликатесом, она подается как второе блюдо. Обычно ее нарезают кружочками и красиво укладывают на тарелку. Подавать тутырму к столу в горячем виде.

Субпродукты – 1 кг, рис – 100 г. или гречневая крупа – 120 г., яйцо - 1 шт., лук репчатый - 1,5 шт., молоко или бульон - 300-400 г., соль, перец - по вкусу.

*Субпродукты – 1 кг, рис – 100 г. или гречневая крупа – 120 г., яйцо - 1 шт., лук репчатый - 1,5 шт., молоко или бульон - 300-400 г., соль, перец - по вкусу.*



### ***Фаршированная баранина (тутырган тэкэ)***

Для приготовления тэкэ берется грудинка молодой баранины или мякоть задней части окорока. Реберную кость отделить от мякоти грудинки, а мякоть с задней части подрезать таким образом, чтобы образовался мешочек. Отдельно в глубокую посуду разбить яйца, добавить соль, перец, растопленное и остуженное сливочное масло и все хорошо перемешать.

Полученную начинку залить в заранее приготовленную баранью грудинку или окорок, зашить отверстие. Готовый полуфабрикат положить в неглубокую посуду, залить бульоном, посыпать шинкованным репчатым луком, морковью и варить до готовности. Когда тутырган тэкэ будет готова, поместить ее на смазанную жиром сковороду, сверху смазать маслом и на 10-15 мин поставить в духовку. Фаршированная баранина разрезается на порции и подается на стол в горячем виде.

*Баранина (мякоть), яйцо - 10 шт., молоко – 150 г., лук (жареный) – 150 г., масло – 100 г., соль, перец - по вкусу.*