Ариса

практически каша из дзавара (пшеничная крупа) и  курицы (или баранины)

Наши предки ее варили  и забирали с собой, когда уходили пасти скот, далеко в горы.

Состав:

 1  кг дзавара (пшеничной крупы)

1 шт курица(примерно 1,5 кг)

Соль и перец по вкусу

Подается с топленым маслом,в каждую порцию наливают в согретом виде по середине.

Некоторые, любят ее есть с корицей, при этом подсластив ее.

Способ приготовления:

Заранее замочить дзавар (пшеничную крупу).  Тем самым, сократив время на его приготовление. После чего, налить в 2-3 раза больше воды, чем ее обьем и поставить на сильный огонь. Наши предки,варили ее вместе с курицей, постоянно мешали и после того, как курица переварится по- одному снимали из нее косточки. Это блюдо обычно не солят.

Каждый солит сам себе, я позволяю себе вольность и солю в самом конце. По опыту, когда ты этого не делаешь и каждый солит сам себе, то в итоге,он использует гораздо больше соли. Но наши предки считали иначе, да и южные народы используют больше соли, чем северные народы. Едят не только более соленую еду, но и более острую. Это необходимо, чтобы выводить шлаки из организма. Вы знаете, что соль задерживает влагу в организме, а в жарких странах,наверное это важно.

Я предлагаю вам варить пшеницу в одной кастрюле, а курицу в другой. Так вот, курицу можно поставить варить следом, после того, как вы поставили дзавар (пшеничную крупу). Предварительно помыв и разрезав на куски, чтобы облегчить ей процесс варки. Это тот самый случай, когда не надо заливать курицу кипятком. Нам надо, чтобы она разварилась и из костей вышли бы галогены (те вещества,которые находятся в наших костях и придают им эластичность). Именно по этой причине,нам не надо солить,до тех пор пока не закончим процесс. Нам надо, чтобы вся эта клейковина вышла бы в бульон.

Тот же принцип используется при приготовлении холодца или хаша.

Здесь не используют никаких специй, даже лаврового листа. В таком варианте приготовления, мы свободно можем заниматься другими делами. После того, как мы сняли пенку с куриного бульона, мы понизим огонь под ним. Тоже самое можно  сделать и с дзаваром, т. е снизить огонь под ним. До тех пор, пока нам не придется делать дальнейшие действия. Обычно приготовление этого блюда, занимает практически всю ночь. Утром люди его ели и шли на весь день в поле работать. В нашем варианте, через часа два,после того, что мы поставили дзавар, мы ее снимаем с огня и с помощью блендера, дробим зерна. Курицу,можно снять с огня,гораздо раньше. Очистить ее от костей и если Вам не нравится кожа, которая выделяется, вы ее можете размельчить с помощью блендера.  Курицу разрезать на мелкие кусочки и перемешать с дробленным дзаварем. Поставить на огонь перемешать и довести до кипения. Все готово, можете подавать.

|  |  |
| --- | --- |
| https://lh5.googleusercontent.com/fhmXIKIq7gAj4tNZl1PG-YGFwAhsshRFaLfy4oMDhNBwtQxb2C0EJZeMqtb0AjAB88zAQBs0M4jYTDUCKpZ1AR4Mf7YHhAxahT_77q9eTc-RHLUtY-0rkeRKf_6AYuvOxP3pg-RL | https://lh6.googleusercontent.com/3zA2VbADXRhiskVQ6oUEQt8xS7tahJVBCGJhr9IFe96HLJJT0UQhwmPTvyIjWbH1mCO7DeIHfh8ywPo6bymAHJC-8BJcYYGrJt1oG4TNNRbo5xtsyk1EpCAAjQNqu1laS5S1NR8U |
| https://lh5.googleusercontent.com/ysMiQk0aK1vK7Q-FLGwyJQ_aYPTHIuZqonPSRNWPdThNYUMXMHo4ZL9o87K4jQebJXLfSykuEwBa4mPUXm5aqBMv-g5NuJjkkxuJrAP0G9ketfwYbWtdVHfuz9YzqoCfDZKC8aXr | https://lh5.googleusercontent.com/COgY3Gcm2yXh2SUI6S3xvJRflsHx1_kpGB8Au4eOYXVavuWvdcW8EEUEl6BLP30eS6_XpydFTrc2koaTUjIIO5caryxUzxNa50OtrIlZGh3MskdqKtIGjnjQNSzPw-R9r_Ksx6c- |
| https://lh3.googleusercontent.com/614zWVW080dmhAl5diMA7FbudJ9F3atZ16es7WG913BRAkR3OXeDsffpceJljUakUcZcHDKY5yDlfhQ48Ka36i9IjlLo46zNkejl724wXPAbiY3RxsoTJhEQn5nMZxa0fdC1bmav | https://lh5.googleusercontent.com/8WkStaH6Ri1pi_s3-adYKfdTUDaT9ZaxJ-0jE8l6quZMW9ggifWevfariool-oBAnJgjAWsSUpBtAZjOTGLdsjZJr_HpMG9C8M5eUTolnML-KJwx3Xob6jMDdj4jxwaef01O5spD |
| https://lh4.googleusercontent.com/J0O44B3Re6JtiBBez8-pPrz_dQSyDV4b17GPU2okKZsqup4mGaxMYF0URezsT850xWpNl3QeXEabyhqsAYC--c6TYIitXRh_SSbYqZbj4E4a2XA3sOD1oNIX9eL5kGdvkCfxOqzq | https://lh6.googleusercontent.com/fA9Kar0fC93MEScmIMUMfmPpBesbaZd_d9gY63YtYTAoOfuMKgJJ62jbCrEmd55F_0S8ufKpCazhlJpkvdWvBmYlhndhD5lWTVyrIZRZi1TFcJL42Qfp0PmOCK4NETwSGjuhs5HI |
| https://lh4.googleusercontent.com/Lzbg7rjXtDfFebZXM0G5sTdqDQfG5grFGr7SkTYdU6gKdfSWN4c7IyHmGenCpixJ101tGwr2sWPeb8u806IxTfxTL1YL-ySFG-c370_OPKV-7dkRDneb3k_a6PuuLc4qwKn75jd2 | https://lh4.googleusercontent.com/9xvN7epGj8tY0L_xIj5z63QSRvBklIYszG6pjxFd3KQShmyJ0g5hJmfa_6MonRjz7jCtf2HUib_QN0M236yygGy6t54UtggyRQhR9LojyIumnBtV-aO9rCq3vaDY1OzZyg3cW7dW |
| https://lh6.googleusercontent.com/kSI_OldKnIKZRpAJA2skc9QdtoLWZT42BLGRv1TGBOMbcVIha5_G03ruN80nZCLZSIKLztRgE-bsiKVjcOXsJplHr5SFTcTZcTCiyjQuGb2ZWAep2nuyKE_sLkGVAsCQOFMWB5LJ | https://lh3.googleusercontent.com/JKvyUoeqvUxjaOdrnc3glhricRAvm96ifZ6UHWgR7A7c0rh7HpopQfJuU7Sj_YFS75Tnn1R_i7qA0AB61MyY4EEd1FMezTc5B30VeELlqZDCx34YTfh_X2VLL8HU1SSsL6wLHUvG |
| https://lh3.googleusercontent.com/RNEf-K15B6lv4vBKPNk6eS0V4BmNgEmQ8EA32SN7pd_-9JCwCvpT6A9frlVtkLme3_mu36L1t8rVMVkhlIXB5An5EJXe6V1j-f32TKRzqrBWbn53k5P6HTCRJvxqtFLk6GiSmWEb | https://lh6.googleusercontent.com/75SsMvcg6nvRlNgIAjig3vuzJW-yt6P1Sn3rwMlKUAYvRAz9lfnD-86KdyPFAUiJFNA-Dm_u_bNk8687Ik5gRHDpH12bvL5eA2koJOY4opZ9UGH-ZbG9dLUVY4RZDkf3pCIV_CEG |
| https://lh3.googleusercontent.com/8AXuWjwQOFQi3oSZIdWB3L8F5Rsj1KVAaX4dKFqajF5CQ-PmlLq-_ZBO5o5fUs5wFzsU7hzeqlc8YqcMZXKWys5jiqASJC31Gdb8fVXr3pwhy5R3AZ0KUGM4DVg_u-NYTJj5HpS9 | https://lh3.googleusercontent.com/dtW_-7CPJFXdqyE5xOW75s2BONR4aqpAi6DjQUAfWFUm4KTZiD27ckRD1je9uad0QKNMwvJBuhVqyn-u0rNBhGrck_Rh5rr4MbI-2ynQcnpx15rr7F5BISl9n_er3DZjbUjm4p-H |
| https://lh3.googleusercontent.com/3tbgT-G0wcgoJj8s0yyqZAYPhZcK6Zvc8dPfYPUL9ulZIq9COPgjQgZ50tTiQ2Z4MSCk-N0PHlxnNBu2Of48AncDYMVX7YP5qcnBRWoq5BE9InkXhrhwtLnBKL6kF-Hia6x8vZxf | https://lh5.googleusercontent.com/0wnL04_E_onnB25kyr3wF-FG8eNz5DOIlWdO78Y9bVVRDpigH9cv5Tp7wf2PrYrXP0ZUrLXVPkN2IyZ8s-zipZJU8zQqWSZFdro_vDqcxmi28df-CYbMVanllmAKDo-sm5e9K3Jj |
| https://lh4.googleusercontent.com/4lcoMsqvlG7cYMia8UbZL9k1jkwfEGf2EUGgFbhgUW9Q9_PF1TPeXy1j4N5F6qjMPqb6pWb91UCXCV4yLQjXpgIXp0wcLAf7DE7DHyS_CpRUDFzFgrwD-Bijg3DoxIM3xBgiE0JY | https://lh4.googleusercontent.com/R35SIYNMOk4fzIXFjOkxEuJYJyX2s0OmCHzi5Mb26jiurSRDLZekbVF7sNjrLsI9QB6wNE37vLlX97AcjM-60OXQkHTEFEqtffVGeG1G-aMvoUiOX367yS8zh7jQ1xLW-19Ol9sq |
| https://lh6.googleusercontent.com/414dL4b2utgvcx8hpzsxCg_mnDkTqWegT2WpBF1GpmKkB1PfeWGCnUWg5B1YW0OsAKdQ8bk6cdRk-LiRHNZGFpkFJbz3gw0texvF6rLsW10-ny1b3XkjoilCtGtz2hM6r4wCMhWm | https://lh5.googleusercontent.com/ENkMVFai1VBg_bV8-9tfyn_9dowyEv7TZbpg1npdfWqC13wBSChYFt6g3JL-bT5V6ne-ZbpotDgXW3t9NbDA2HCRmEN7o-syBjJOJ_ys7K37Qojs-34cgrkGEAc0vDIvrzhN9_8M |
| https://lh4.googleusercontent.com/qxnPFaKmC3rjABLj27Ul90b_kAs2z_dTDn67TTlo0WUf8bS8QJVKhRY7E5p1lvfMonRrwlCHV4TzW_-BqEIAUw2NT6rD7N1Z_rGDcy1TLZ4Tf5WnvPqpSELCJzAf6OMWczg40qRW | https://lh5.googleusercontent.com/Sz5XqUsS4X3l1ocJH5zY0QcSBh35E85VRezoRekVmmCuaH_WnRsS4aXC31QJ7-yIIbkraJxd_iemt-2OMunhp86Qtv6D58NVjcNuHw8JYU75LP-WwGrJ-YaIjYzgalnQ0bRo9OOR |
| https://lh6.googleusercontent.com/OQD2CiOl3qL8b4OV74ii6Jsx1FYKkEd8iBubVmwKGiSVVktZ5US_aNlBijBCzeXkjS09DsLBbjbkdBHIkKJq09VhJ7EE-YrdO_0E8hN0_fEDnsq5JXhXtzlu-_ZIIPGWUqsWjWO2 | https://lh4.googleusercontent.com/H9gBDVFomm_MvnXnRPM6TJTuNg0sq2Wffa6fRfco_EkYuNiTq-xA2y9MQMXy88J0fjVxgKUfOW-YOJY_p4za6vyLjYnvWIBK1V-S0LuNBxS8OLZ91bQ8Bf-JLZ5ICjlMHU0Mxz2q |
| https://lh4.googleusercontent.com/J-hphvVvlYQkz9xQAzV-Cp6ZqykLomqSjRIwqt1PKyEhHdrd-25Id6uJbEQNkLdBOe0ioLH3W9MA0TK8-kaeP2jewZOuCYzip_uDruB5JyWIIhtH9_wJktjsPJfax7l9M3jjIzmx | https://lh4.googleusercontent.com/1ak4tPi83-BhFq53tTqgnWlTaM4SBkXUQSH1doEnfhhbi959-g5b_dhTZeJi6sS0FD5Aex0ryg9bCabi0ijcROP0_kRt7HgIYoRCCVLqPxWaBii54FYOuhsDyTn6N0u4vp4nwkAZ |
| https://lh6.googleusercontent.com/LseyWzpKowjWUGDwU4IO3sWXG2za9WmYrsxYOS_ZHfoBowbVnh-t5p-ICu3211MGBcHPbClUSjD_M5G6k-XcZzMnN9FZfLvauLeOekQadcPP74hltTyCvwJ3BSKqi1kx_8A86fvX | https://lh4.googleusercontent.com/oKQztyFG_oWfxtdxAHHTjV8Sy5GyE-5xCaMq2rSoMfyYuynu8iUsAzaZ0Z52ZEO5cSV1XTIJRHPUx-CLKvnCTVV-Z_t1pGMVW2QUxFD38eFycTcUT9FiE9QBnG47Wnl7lB-tAR68 |
| https://lh4.googleusercontent.com/EOF3tgkJD5_rqOLK6nn9636h5cDS7lVH11VOUr7BSNsIV86GcmZ54Eq-N-cUKFvP4sRPlRqraxyLi_6jBQDpjf7V_nVs18w4GLC36bRZynm2KHH2uhOKSIlGh9JkT_XMkyWAxnMD |  |