



Ш. Г. САЛИХОВ

**БЛЮДА
УЗБЕКСКОЙ КУХНИ**



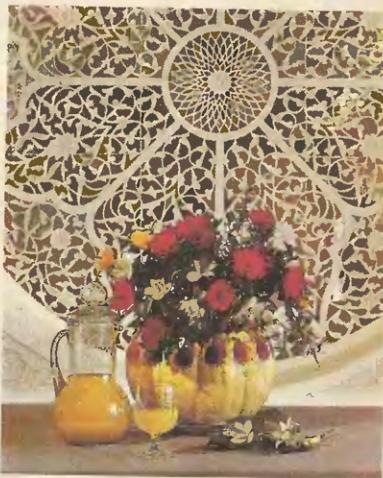
Ш.Г. САЛИХОВ

БЛЮДА УЗБЕКСКОЙ КУХНИ

Альбом

Фото В. Клепко
Составитель Х. Исматов
Художник Г. Жирнов

Автор выражает благодарность поварам-мастерам Зияеву Сайду, Умарову Убайдулле, Халилову Кадыру, повару VI разряда Салимову Закиру, поварам V разряда Некталову Арсену и Буриеву Алиру, а также инженеру-технологу Эмиралиевой Зере, оказавшим помощь в приготовлении показанных в альбоме блюд.



Сколько кулинарных рецептов насчитывает в себе узбекская национальная кухня? Никто не считал — великое множество, они пришли к нам из глубины веков и число их постоянно увеличивается. В эту красочную книгу вошла лишь часть наиболее характерных блюд узбекской кулинарии. Большинство из них исключительно национально по своему происхождению и распространены они в республике повсеместно — в долинах и высоко в горах, как в городе, так и на селе.

Таково, например, кушанье всех кушаний — плов. Существует несколько десятков видов этого блюда: в зависимости от местности — самаркандский, бухарский, ферганский и другие, в зависимости от назначения и времени года — праздничный, обыкновенный, летний, зимний и т. д.

Да, пловы самые разные... Однако классический набор продуктов практически с некоторыми вариациями одинаков — мясо, рис, морковь, иногда изюм, а также три вида пряностей — перец, барбарис и зира. Ну, а вкус — это уже зависит от мастера. Сколько мастеров — столько и видов плова!

Широко применяют в узбекской кухне мучные изделия — их готовят на пару, варят, жарят. Они составляют еда ли не половину всех блюд — это различные лагманы, мампар, самса, манты и многое другое. А лепешки, например, это не просто хлеб. Лепешка может быть самостоятельным блюдом — лепешка с кислым молоком или лепешка с широчком (чай с молоком и маслом) — прекрасный завтрак.

Пища должна быть разнообразна — в этом буклете рассказано, как приготовить всевозможные закуски, вторые блюда, супы... Кстати, о супах. Они также занимают важное место в узбекской кухне. Узбекские

национальные супы вкусны и высокопитательны, от европейских блюд они отличаются тем, что в них намного больше употребляется моркови, репы, лука — таковы шурпа, мастава, угра, различные кисломолочные супы.

Между прочим, в Узбекистане, как и вообще в Средней Азии, нет так называемого завершающего третьего сладкого блюда. Сладости, фрукты здесь употребляют и до еды, и после, и даже во время еды. Сейчас этот обычай начинает исчезать, но тем не менее сладости, свежие и сушеные фрукты — украшение стола с самого начала трапезы. Полезная еда — это такая еда, когдаешь с аппетитом, испытываешь при этом истинное наслаждение — так считал еще великий энциклопедист Абу Али ибн Сино (Авиценна). Так для кого же это издание? И для поваров-профессионалов, и для домашних хозяек — для всех, кто любит готовить. Ведь недаром узбекские блюда пришли по душе многим иностранным гостям. А мэр Сиэтла, города-побратима Ташкента, Чарльз Ройер гордится тем, что сам готовит у себя дома в Америке плов! Научили его этому узбекские повара. Но ведь важно не только вкусно приготовить. Домашний повар старается порадовать гостей своим кулинарным искусством, старается создать неповторимое блюдо, чтобы оно запомнилось, вкладывая в приготовление пищи частичку своей души, проявляя при этом весь свой вкус и фантазию. Ведь от повара зависит ценнейшее качество человека — его здоровье. А в здоровом теле, как гласит пословица, здоровый дух.

Итак, Вы приготовили ароматную шурпу или аппетитные манты, вот мерцает золотыми рисинками плов... Пора приглашать гостей к дастархану.

Приятного вам аппетита!

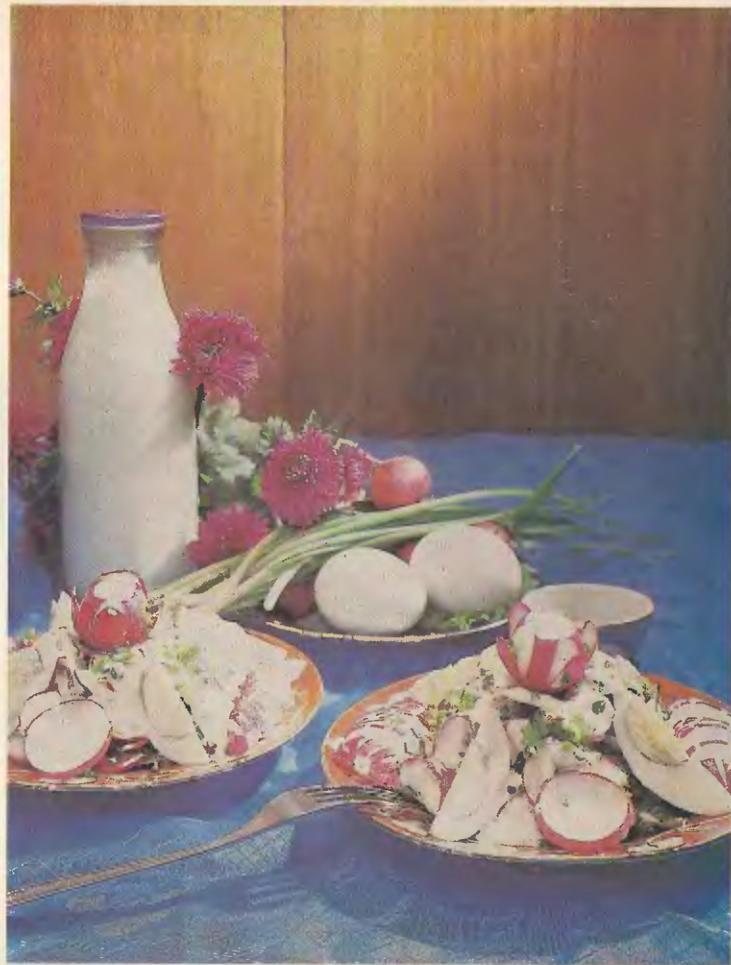


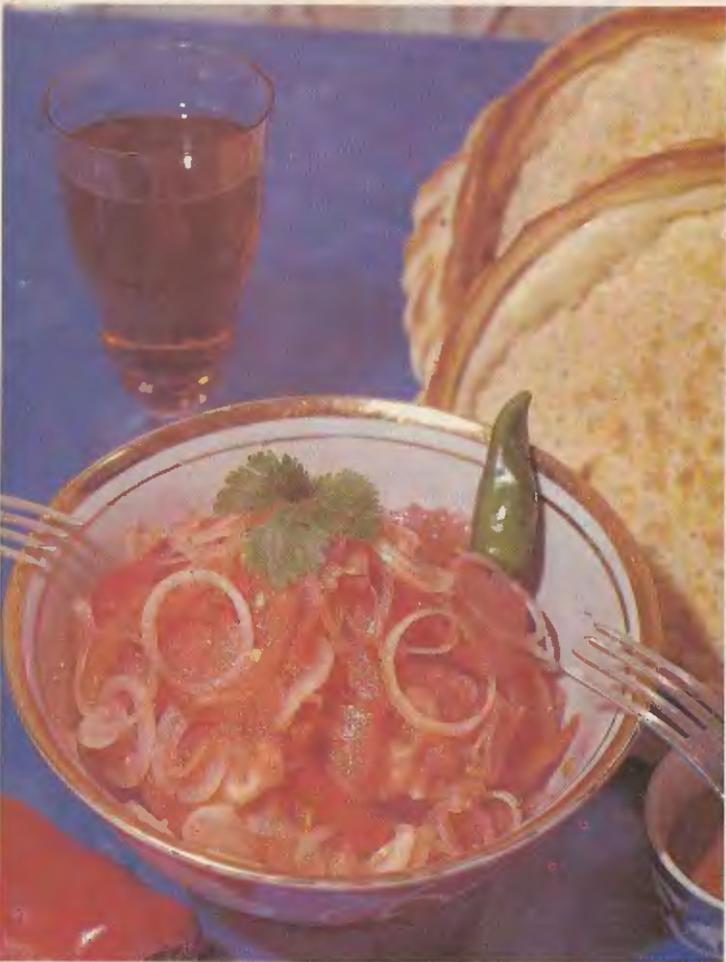
ХОЛОДНЫЕ БЛЮДА

САЛАТ ИЗ РЕДИСКИ

У редиски удаляют ботву, очищают от кожицы, затем нарезают тонкими полукружочками, соединяют с шинкованным зеленым луком и мелконарезанной зеленью. Перед подачей заправляют сметаной, или кефиром, или простоквашей.

Редис красный или белый 580 г, лук зеленый 90 г, сметана или кефир, или простокваша 200 г, яйца 3 шт, укроп (зелень) 20 г.





АЧЧИҚ-ЧУЧУК

[Салат из помидоров и огурцов с луком]

Репчатый лук нарезать тонкими кольцами. Выбрав очень спелые, но не помятые помидоры, вымыть и нарезать ломтиками или дольками. Промытые огурцы очистить от кожицы и нарезать по усмотрению—соломкой, кубиками, кольцами. Соединить все овощи, посыпать солью, молотым перцем и рубленой зеленью, перемешать.

При подаче на стол горкой положить в салатницу или тарелку, вырезать из одного помидора «tüльпан», положить сверху салата, оформить кольцами лука и огурца. Подается как самостоятельная закуска с лепешками и как гарнир к плову, шашлыку и другим мясным и жирным блюдам.

500 г помидоров, 2—3 головки лука, 2—3 огурца, соль, перец — по вкусу.

САЛАТ ИЗ ОГУРЦОВ

Подготовленные огурцы нарезают мелкими кубиками, зеленый лукшиняют, зелень мелко нарезают. Все перемешивают, добавляют соль, красный или черный молотый перец. Оформляют овощами, оставляют для украшения салата.

Огурцы свежие 500 г, лук зеленый 300 г, кинза (зелень) 100 г, укроп (зелень) 100 г.



САЛАТ «ЗЕЛЕНЫЙ»

Подготовленные огурцы нарезают соломкой, лук зеленый и укроп шинкуют, посыпают солью. Все хорошо перемешивают и укладывают горкой в порционную посуду.

Перед подачей поливают сметаной, украшают вареными яйцами и зеленью.

Лук зеленый 300 г, огурцы свежие 250 г, соль 10 г, яйца 2 шт., сметана 150 г, укроп 25 г, зелень 5 г.

САЛАТ «ТОШКЕНТ»

Разогреть салатное масло, спасировать в нем лук, охладить до комнатной температуры.

Очистить редьку, нацинковать гонкой соломкой, промыть в теплой воде или положить в холодную воду на полчаса для удаления специфического запаха и горечи. Затем откинуть в дуршлаг, дать стечь воде.

Вареное мясо нарезать соломкой, соединить с редькой, заправить солью и перцем, добавить пассированый лук и все хорошоенько перемешать.

При подаче на стол уложить в салатницу, полить сметаной или майонезом, посыпать рубленой зеленью и украсить дольками или кружочками круто сваренных яиц. Подать на стол в качестве холодной закуски.

500 г редьки, 150 г отварной говядины, 2 головки лука, 100 г сметаны или майонеза, 2 яйца и 1 пучок зелени (для оформления), 30 г салатного масла, соль, черный молотый перец — по вкусу.







САЛАТ «ГУЛИСТОН»

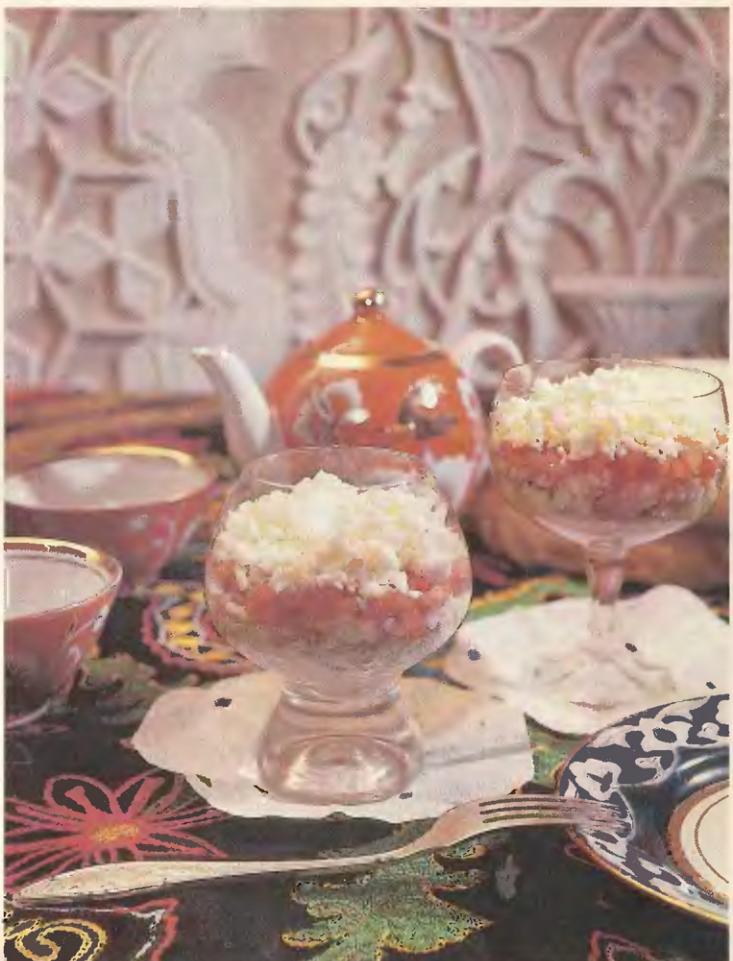
Очищенную редьку нарезают соломкой, замачивают холодной водой на 10—15 минут, воду сливают. Подготовленную редьку соединяют с жареным репчатым луком, отварным куриным мясом, нарезанным соломкой, добавляют отварную айву, зеленый горошек, заправляют солью, перцем, частью майонеза и все перемешивают. При подаче горкой укладывают в салатницу, украшают дольками яйца, кусочкамивареной курицы и нарезанными ломтиками айвы, зеленью, поливают оставшимся майонезом.

Курица 250 г, редька 500 г, айва отварная 250 г, зеленый горошек 100 г, яйцо 2 шт, майонез 100 г, зелень 20 г, лук жареный 25 г.

САЛАТ «КОКТЕЙЛЬ»

Вареное мясо курицы, подготовленные овощи и скумбрию нарезать кубиками. Затем укладывают слоями в подготовленные фужеры, солят, заправляют майонезом и посыпают натертым сыром.

Куры полуфабрикат 250 г, готовая мякоть курицы 100 г, помидоры свежие 100 г, огурцы свежие 100 г, скумбрия (консервы) 100 г, сыр 50 г, майонез 100 г.



ХАСИП

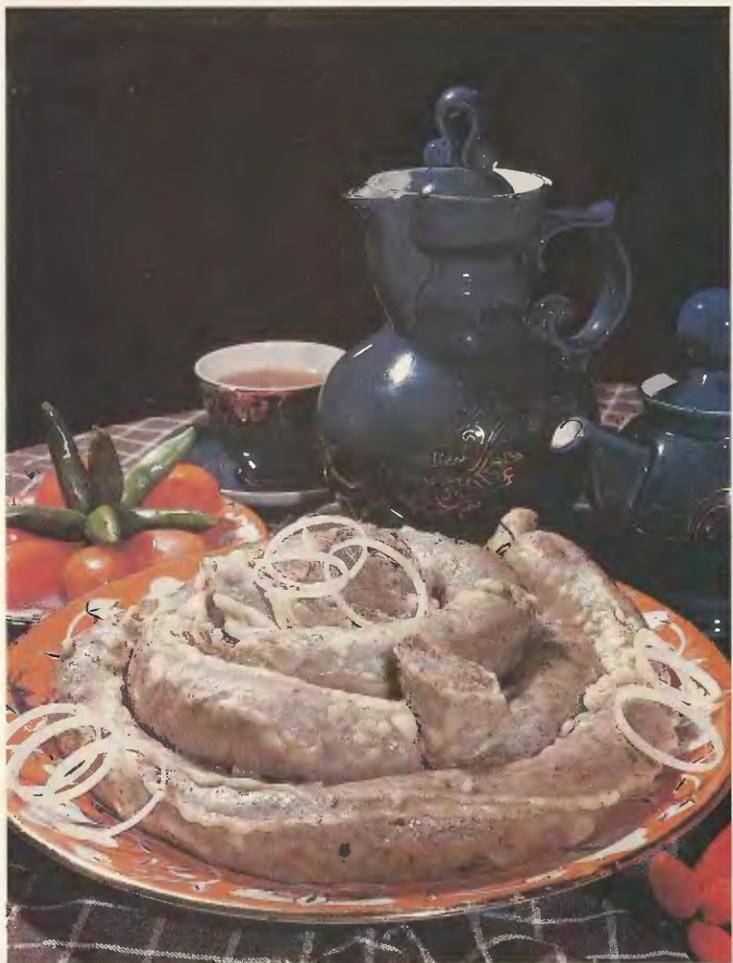
[Домашняя колбаса из сбоя]

Очищенную баранью кишку промыть несколько раз холодной, а затем горячей водой. Завязать один конец сурою ниткой, а в другой вставить воронку и наполнить кишку фаршем. Завязав конец, свернуть получившуюся колбасу и опустить в кастрюлю с кипящей водой. Снова довести воду до кипения и, сделав тонкой иглой проколы в нескольких местах, варить до готовности (1 час), постоянно снимая пену.

Для приготовления фарша мякоть баранины, селезенку, почки, кусок печени и легких пропустить через мясорубку, добавить курдючное или нутряное сало, лук, промытый рис, заправить солью и специями. Чтобы фарш свободно укладывался в кишку, залить водой так, чтобы он стал полужидким и тщательно перемешать.

Перед подачей на стол уложить на блюдо, охладить до комнатной температуры и нарезать кружочками.

На 1 метр баранных кишок: 1 селезенка, 100 г мякоти баранины, 200 г печени, 100 г легкого, 2 почки, 2 головки лука, 1 стакан риса, 3 стакана теплой воды.



КАЛЛА-ПОЧА
[Баранья голова и ножки
отварные]

Баранью голову и ножки вымыть, натереть мукой и опалить на огне. Затем сокоблить ножом опаленную шерсть. С ножек снять копытца. После этого голову и ножки замочить в горячей воде на 40 минут. Затем еще раз тщательно поскоблить ножом, положить в котел. Одновременно с головой и ножками сварить хорошо вымытую требуху, легкое, сердце и печенье.

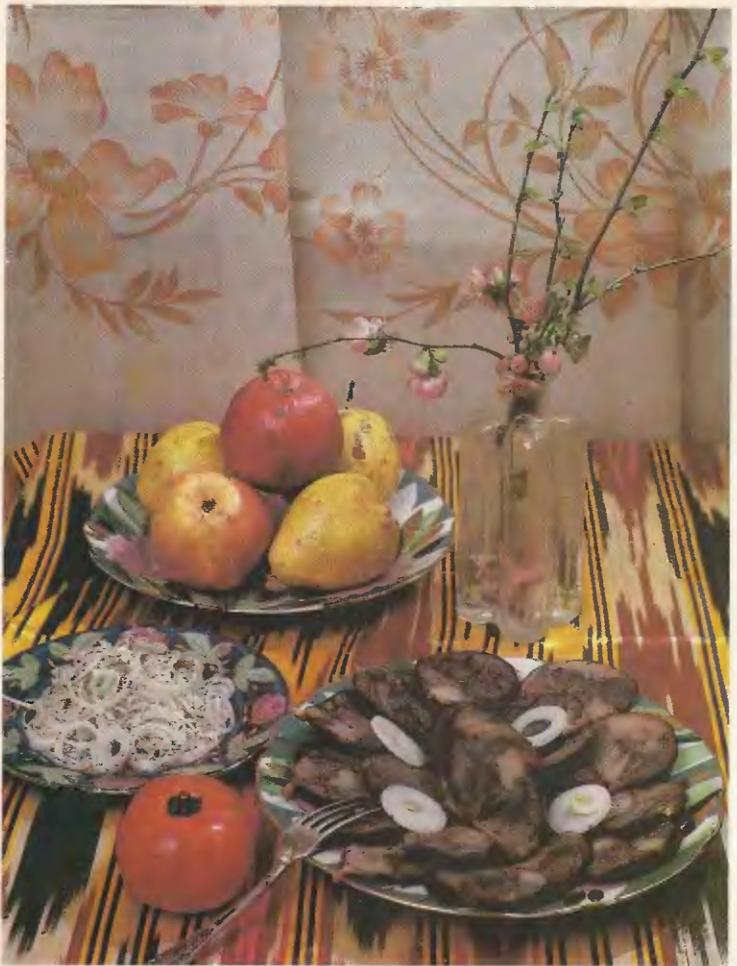
Когда вода закипит, посолить, заправить пряностями, убавить огонь и варить еще 2—2,5 часа на слабом огне. По готовности вынуть содержимое из котла, уложить на подготовленный ляган.

Бульон в горячем виде употребляется как самостоятельное блюдо.

Баранья голова, ножки, сердце, почки, легкие, 500 гр требухи.

Для бульона: 4—5 головки репчатого лука, 1 пучок кинзы или укропа, зеленый лук, соль, зира, барбарис, лавровый лист, черный перец — по вкусу.





КАЗЫ

[Колбаса из конины домашнего приготовления]

Конину и сало нарезать полосками длиной 10—15 см шириной по 3—4 см, положить в эмалированный тазик, псыпать солью, черным молотым перцем и зирой, протереть мясо так, чтобы специи лучше впитались в него. Подготовленные мясо и сало прикрыть марлей и поставить в холодное место для маринования (от 4-х до 24-х часов).

Кишки промыть, вывернуть наизнанку, протереть солью, промыть сначала в холодной воде, затем в горячей несколько раз. Один конец каждой кишки тую завязать, с другого конца руками наполнить начинкой, следя за тем, чтобы полоска мяса равномерно чередовалась с полоской сала. Затем завязать второй конец. Это лолуфабрикат.

Способ хранения: а) если хранить недолго, то надо подвесить в прохладном месте, подальше от насекомых; б) если необходимо хранить несколько месяцев, надо закрыть в муку или отруби, под 10—12 сантиметровый слой; в) если казы надо сохранить несколько лет, то их коптят, подвешивая в дымоходах очага; и там же оставляют. Очень хороший деликатесом считается казы трехлетней сохранности (сур).

Казы используют для приготовления нарына, плова. Подают на стол и как холодную закуску. Для этого кладут казы в кастрюлю с холодной водой и варят на умеренном огне в течение 2-х часов. Как только закипит вода, прокалывают в нескольких местах иглой, бульон используют для приготовления теста.

Перед лодачей на стол казы охлаждают и нарезают кружочками.

На 1 метр конинских кишок 1 кг конины, 500 г конского сала, 1 чайная ложка черного перца, 2 чайные ложки зиры, 1 ст. ложка соли.

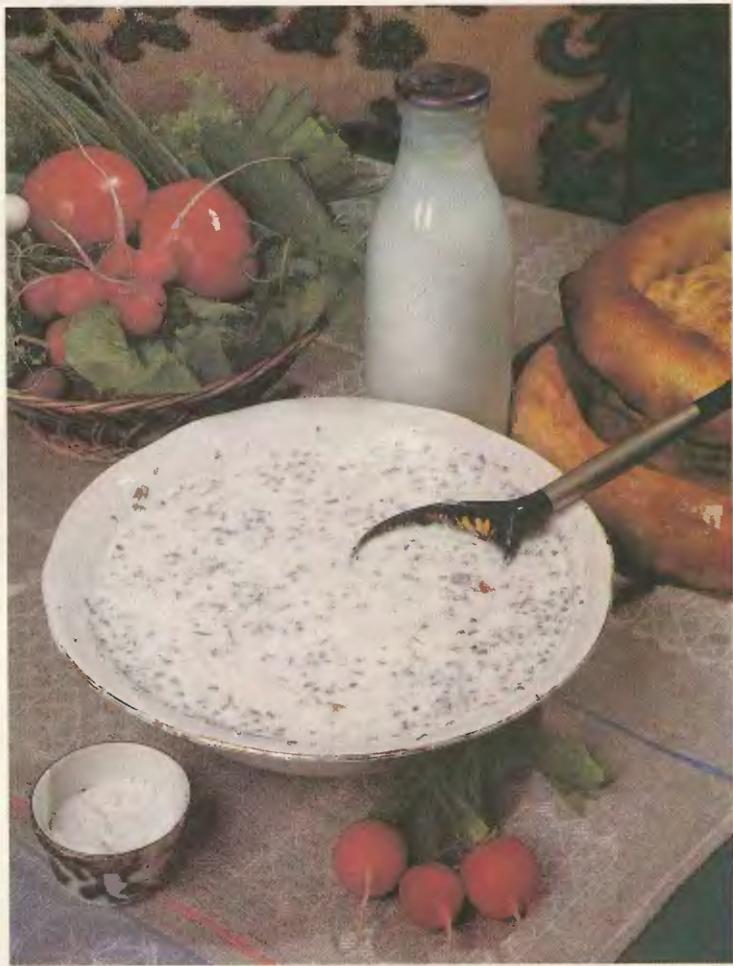
ЧАЛОП

[Кислое молоко с овощами и зеленью]

Развести кислое молоко в охлажденной кипяченой воде, положить в эту жидкость редиску и огурцы, нацинкованные соломкой или нарезанные кубиками, рубленую зелень заправить солью и красным (черным) молотым перцем, охладить или же в каждую касу положить по кусочку пищевого льда.

Весной и в знойные дни лета готовится без редиски — свареной морковью. Подается на стол для возбуждения аппетита и очень хорошо утоляет жажду.

1,5 касы кислого молока, 1 литр воды, 2 огурца, 1 пучок редиски, по 0,5 пучка кинзы, укропа и зеленого лука, веточка райхона, соль и перец — по вкусу.



КОВУРМА БАЛИК [Рыба жареная]

Обработанные куски рыбы, нарезанные из филе с кожей и реберными костями, посыпают солью, перцем, панируют луком, кладут на разогретые с жиром сковородку или противень, с двух сторон жарят до образования румяной корочки и доводят до готовности в жаровочном шкафу.

Гарниры: картофель отварной, пюре картофельное, картофель жареный, овощи отварные с жиром.

Рыба 1400 г, мука пшеничная 75 г, соль 10 г, масло растительное 150 г.



СУПЫ



КАЙНАТМА ШУРВА

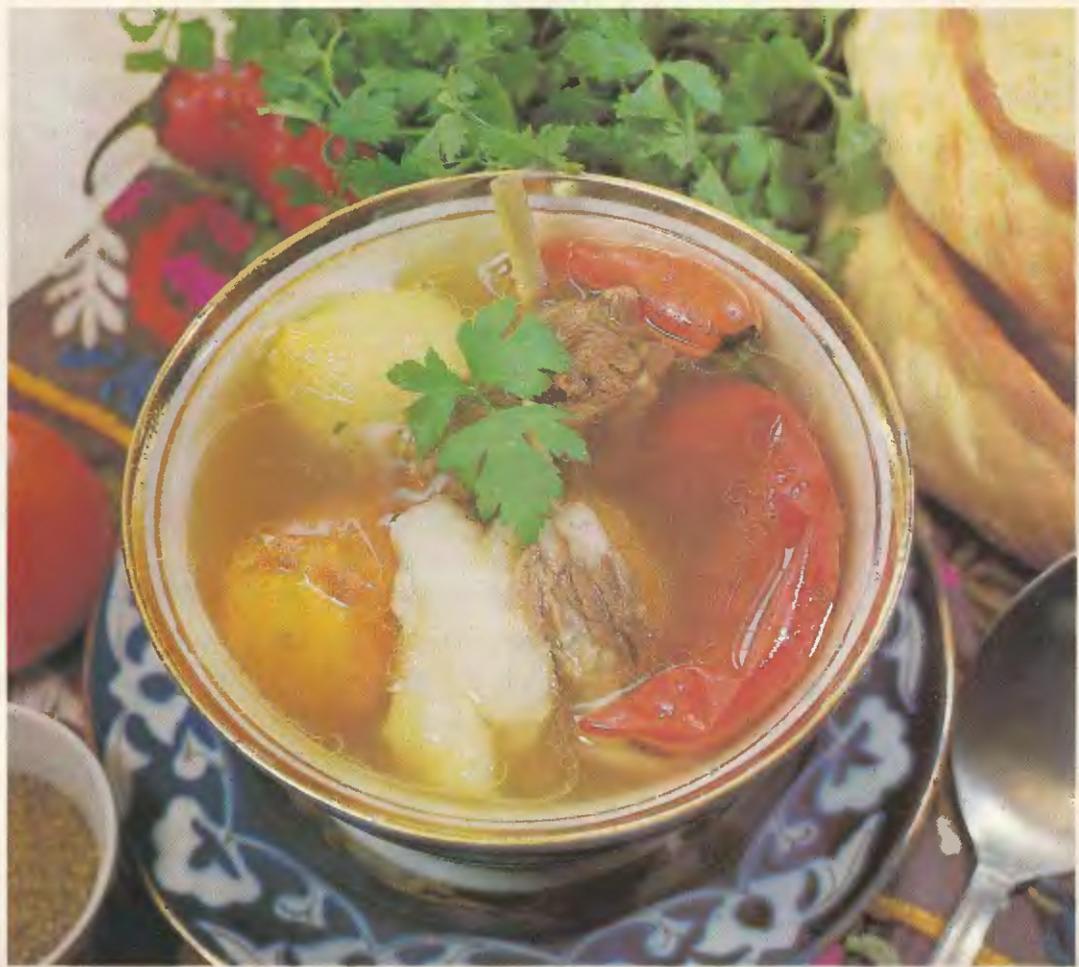
[Бульон с овощами и мясом]

Положить в кастрюлю с холодной водой промытые кости и варить в течение 2 часов на слабом огне, после чего бульон процедить, положить мясо, все овощи, очищенные и нарезанные крупными кусками, и варить до готовности, посолить.

При подаче бульон разлить в каши, овощи с мясом подать отдельно в тарелках. Это и первое, и второе, приготовленные одновременно в одной кастрюле.

500 г репы, 2 моркови, 2 картофелины, 2 головки лука, 2 помидора — все средней величины, 1 стручок красного перца, соль по вкусу. Кости 300 г, мясо 300 г.





КИФТА ШУРВА

Шинкованный репчатый лук пас-сируют до золотистого цвета, добавляют нарезанные дольками морковь, помидоры или томатную пасту и продолжают пассирование.

Пассированные овощи заливают водой, кладут предварительно замоченный в холодной воде на 5—6 часов горох (нугт), доводят до кипения, кладут нарезанный дольками картофель и варят суп до готовности.

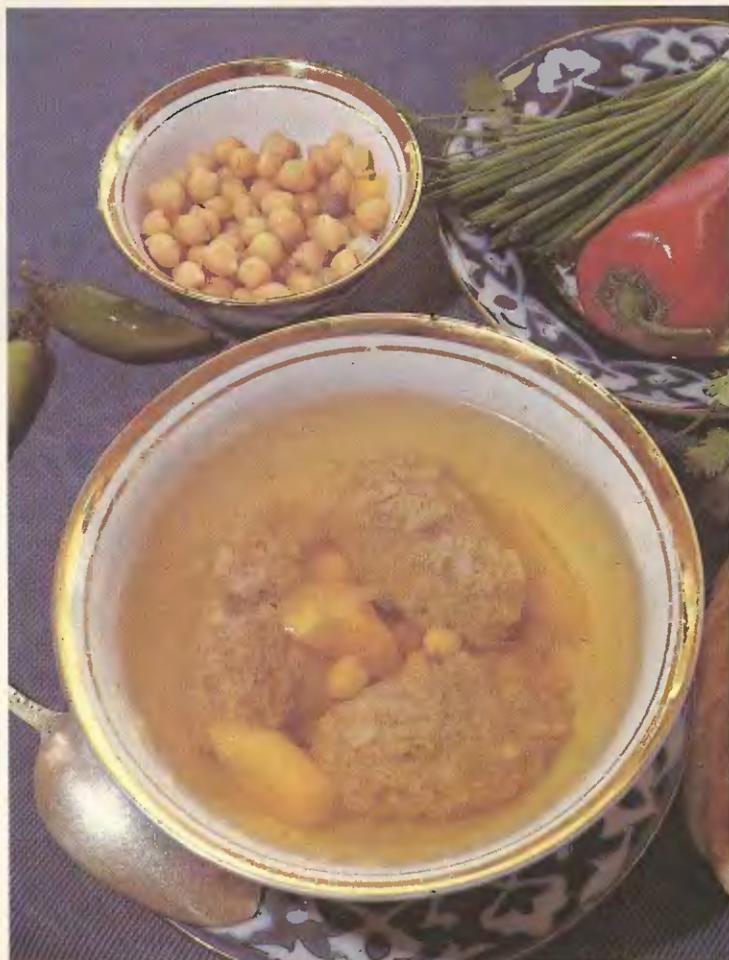
За 5—10 минут до окончания варки супа добавляют соль, специи.

Для кифты: мясо пропускают через мясорубку, соединяют с рисом, яйцом, заправляют солью, перцем и разделяют на кифту в виде сарделек, которую добавляют в суп по готовности гороха.

При подаче кифту шурпу лосыпают мелко нарезанной зеленью.

Лук репчатый 250 г, морковь 250 г, помидоры 200 г или томатная паста 50 г, масло растительное 100 г, горох (нугт) 200 г, картофель 750 г.

На кифту: баранина или говядина 700 г, рис 200 г, яйца 2 шт.



**ТОВУК ГУШТЛИ
УГРА ОШИ**
[Суп куриный с лапшой]

Соль растворить в одной ложке воды, взбить яйца, замесить тесто, тонко накатать и нарезать лапшу, разложить на доске — дать подсохнуть.

Очищенную курятину разрубить на порционные куски, положить в кастрюлю с холодной водой и варить в течение часа вместе с луком, снять пену. Затем добавить морковь, нарезанную тонкой соломкой, лавровый лист. По готовности моркови высыпать приготовленную на яйцах лапшу, картофель, довести варку до окончания.

Перед подачей на стол бульон разлить в касы, положить по кусочку куриного мяса, посыпать рубленым укропом.

На бульон: 500 г курятины, 3 луковицы, 1 морковь, 2 картофелины, соль, перец, лавровый лист и укроп — по вкусу.

На тесто: 300 г муки, 2 яйца, щепотка соли.



МОШ УГРА [Суп с машем и лапшой]

Мясо, нарезанное мелкими кусочками, обжаривают до образования поджаристой корочки, добавляют нарезанные полукольцами репчатый лук, кубиками-морковь и продолжают обжаривание. Заливают водой, добавляют маш и варят до раскрытия зерен, затем кладут нарезанный кубиками картофель, лапшу и варят суп до готовности.

За 5—10 минут до окончания варки добавляют соль, специи.

Для лапши: в воду вводят яйца, соль, перемешивают, добавляют муку и замешивают крутое тесто, которое выдерживают 30—40 минут, нарезают на полоски, шириной 50—60 мм, которые в свою очередь нарезают соломкой.

Подают маш утру с простоквашей или сметаной, посыпают мелко нарезанной зеленью.

Для лапши: мука 260 г, яйцо 1 шт., вода 50 г, соль 10 г. Баранина 550 г или говядина 600 г, лук репчатый 200 г, морковь 150 г, масло растильное 125 г, маш 300 г, картофель 200 г.



БЕДАНА ШУРВА [Суп с перепелками]

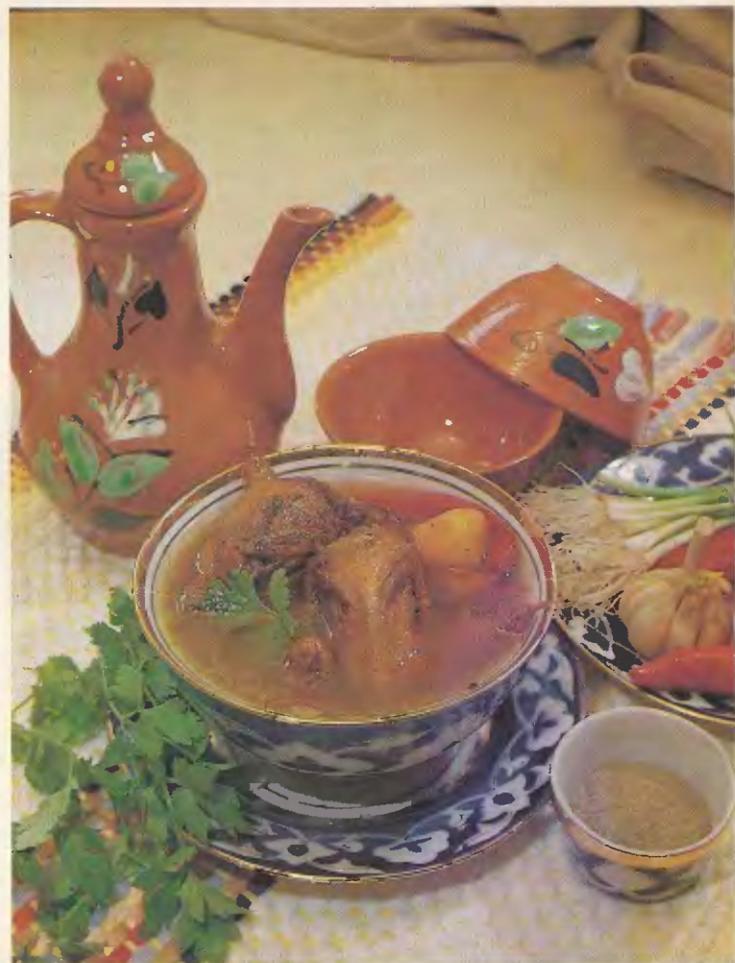
Освежеванные и выпотрошенные тушики перепелок посыпать перцем и солью, оставить на время.

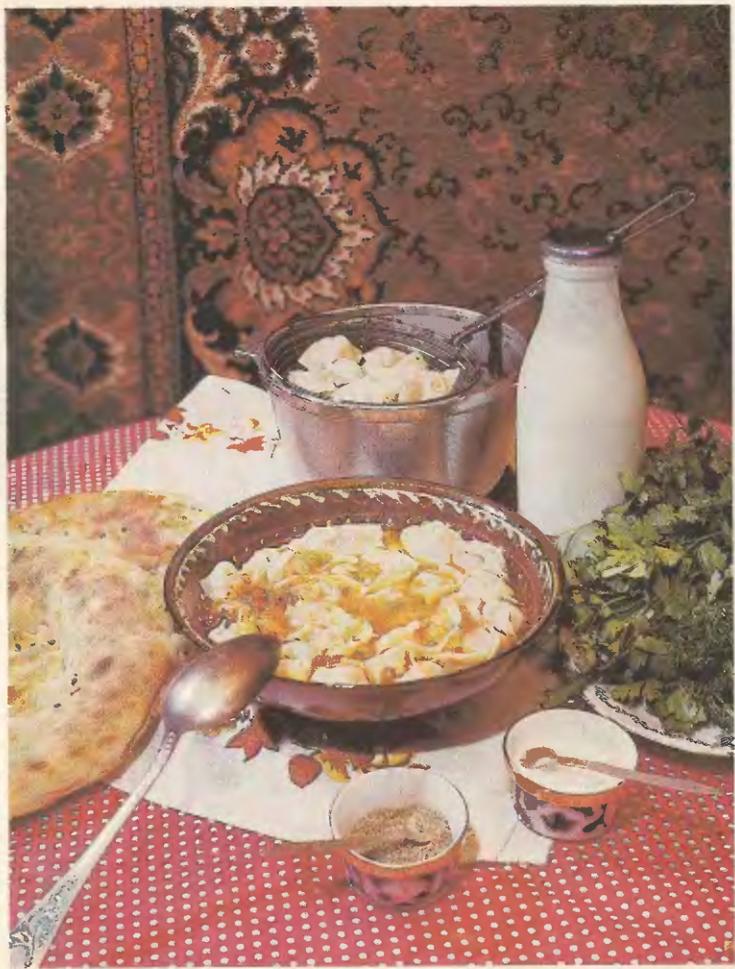
Кастрилю с водой поставить на огонь и перед закипанием положить перепелок, нацинкованный лук, целиком очищенную морковь, картошку и варить на слабом огне до смягчения мяса дичи.

Перед окончанием варки добавить рубленую зелень.

В подготовленные касы уложить перепелку и залить готовым бульоном и украсить зеленью.

На 5—6 перепелок — 1 головка лука, 1—2 моркови, 200 г картофеля, зелень, соль, перец — по вкусу.





ШУРВАЛИ ЧУЧВАРА (Бульон с пельменями)

Приготовить крутое тесто, как для лапши, скатать в шар, положить в миску, накрыть салфеткой, дать расстояться 10—12 минут. Затем еще раз обмять и раскатать большой соченье толщиной в 2 мм и нарезать квадратиками по 4×4 или 5×5 см. На середину каждого квадрата положить по чайной ложке мясного фарша, оформить пельмени. Промытые бараньи или говяжьи кости залить холодной водой и варить в течение 2-х часов, добавить очищенные целиком лук и чеснок. По готовности удалить кости, лук и чеснок, а бульон, процедив через двойную марлю, поставить снова на огонь, ввести лавровый листик, посолить.

В кипящий бульон опустить пельмени. Пельмени будут готовы, когда всплывут на поверхность бульона, тесто немножко сморщится и фарш внутри станет заметным.

Перед подачей на стол готовый суп разлить в касы, посыпать рубленой зеленью и черным молотым перцем. Отдельно подать кислое молоко или сметану.

На бульон: 1 кг костей, 2 головки лука, 1 головка чеснока, 1 лавровый листик, соль — по вкусу.

На тесто: 500 г муки, 1 яйцо, 1 чайная ложка соли, 0,5 ст. воды.

На фарш: 500 г баранины (или 250 г баранины, 250 г говядины), 1 чайная ложка соли, 0,5 чайной ложки черного перца, 4—5 головок репчатого лука.

(Суп с фаршированным перцем)

В кипящую воду кладут крупными дольками морковь, шинкованный репчатый лук, дольками помидоры и варят 15—20 мин., затем добавляют фаршированный перец, нарезанный дольками картофель и варят суп до готовности.

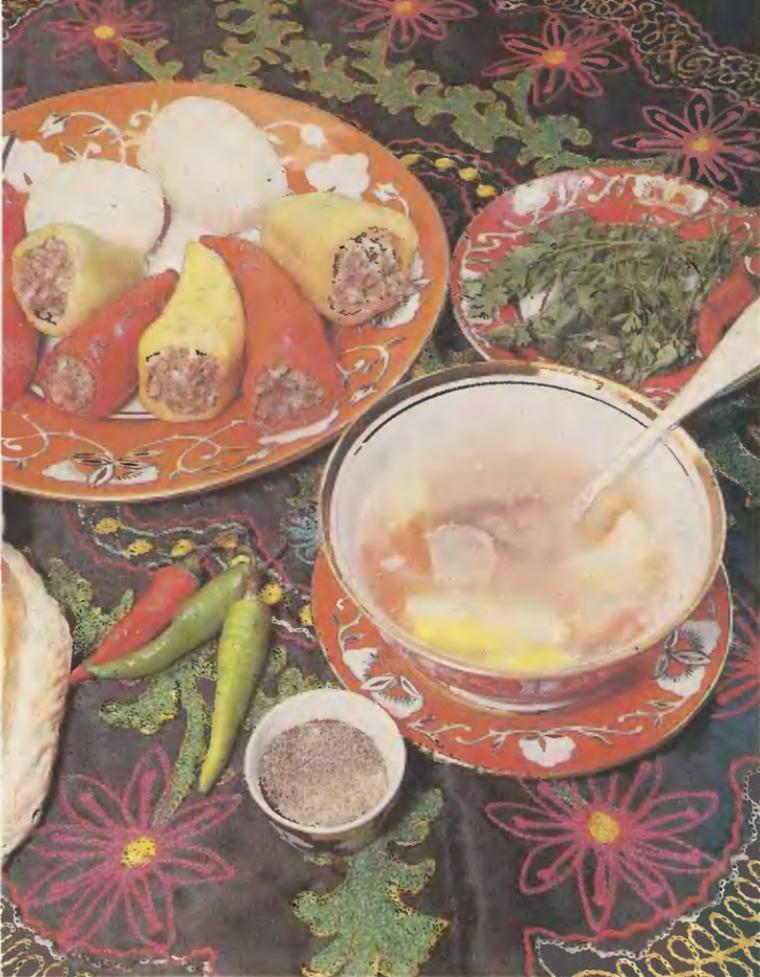
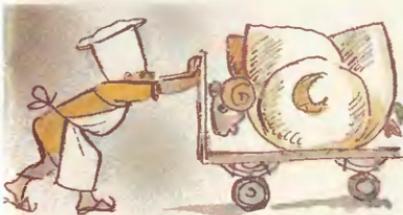
За 5—10 минут до окончания варки добавляют соль, специи.

Для фарша: мясо пропускают через мясорубку, соединяют с рисом, мелкорезаным луком, солью, перцем и перемешивают.

У стручков болгарского перца срезают плодоножку, удаляют семена. Подготовленный перец наполняют фаршем.

Лук репчатый 150 г, морковь 300 г, помидоры 4 шт, масло растительное 50 г, картофель 350 г.

Для фарша: баранина или говядина 400—500 г, лук репчатый 50 г, соль — по вкусу, болгарский перец 650 г.





БЛЮДА ИЗ КАРТОФЕЛЯ, ОВОЩЕЙ, КРУП, БОБОВЫХ И МЯСОПРОДУКТОВ, МУЧНЫЕ, КУЛИНАРНЫЕ ИЗДЕЛИЯ

КОВАТОК ДУЛМА [Голубцы из виноградных листьев]

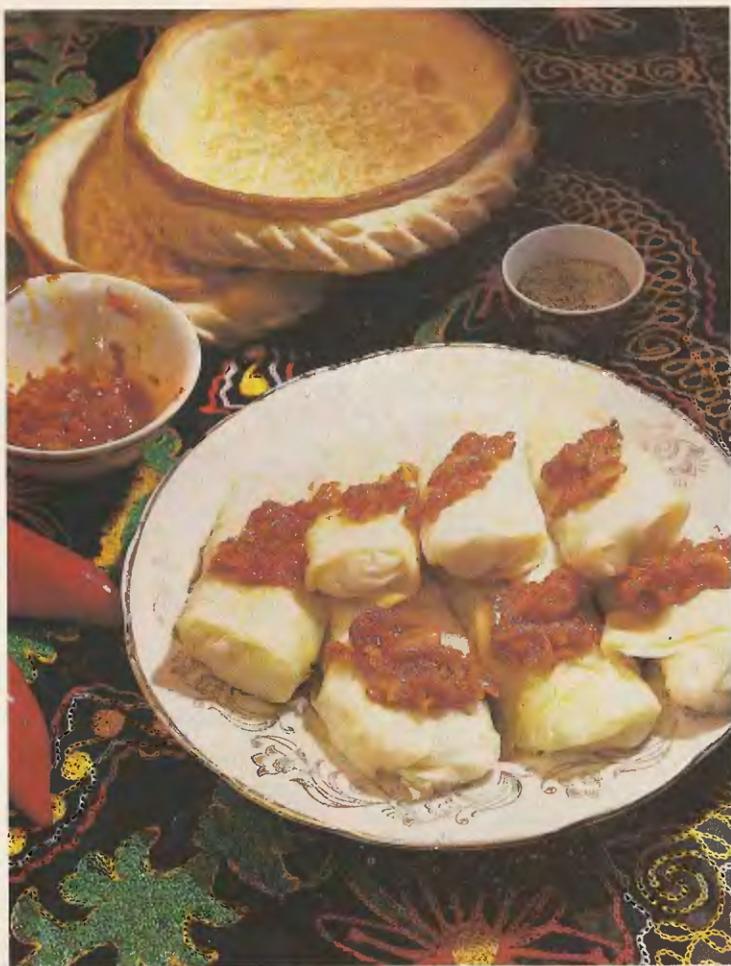
На подготовленные виноградные листья кладут фарш и заворачивают, придавая изделию округлую форму. Укладывают в сотейник, заливают бульоном или водой, покрывая содержимое, доводят до кипения, затем продолжают тушить на слабом огне в течение 30—40 минут.

Для фарша: мясо пропускают через мясорубку, соединяют с рубленым репчатым луком, добавляют сваренный до полуготовности рис, соль, специи и тщательно перемешивают.

Подают голубцы с бульоном, в котором они тушились, и поливают сметаной или простоквашей.

Готовится только весной, в период появления побегов виноградной лозы. Из консервированных листьев готовится зимой. 500 г мяса, 3—4 головки лука, 50 г топленого масла, соль и перец по вкусу. 100—120 шт молодых листьев винограда.





КАРАМ ДУЛМА [Голубцы из капустных листьев]

Кочаны белокочанной капусты (с удалённой кочерышкой) отваривают в подсолёной воде до полуготовности, разбирают на отдельные листья, утолщенные части листьев слегка отбивают. На подготовленные листья капусты укладывают фарш и заворачивают, придавая изделиям цилиндрическую форму. Голубцы укладывают на противень, заливают бульоном или водой и запекают в жаровочном шкафу.

Для фарша: мясо пропускают через мясорубку с крупной решёткой, соединяют с мелкорубленым репчатым луком и зеленью, добавляют сваренный до полуготовности рис, соль, перец, и перемешивают. Подают голубцы с бульоном, в котором они тушились, и поливают сметаной.

Капуста белокочанная, свежая 400 г, баранина или говядина 400 г, крупа рисовая 75 г, лук репчатый 300 г, укроп (зелень) 15 г, бульон или вода 350 г, сметана 150 г.



САБЗАВОТЛИ ДИМЛАМА [Тушеные овощи]

На дно кастрюли укладывают слоями подготовленные однородные картофель, морковь, помидоры, чеснок, болгарский перец, лук (все целиком).

При закладке между слоями продуктов необходимо добавлять понемногу соль, черный молотый перец и зиры. Уложенные продукты залить небольшим количеством бульона, добавить масло сливочное, закрыть плотно крышкой и тушить при слабом кипении до готовности. При подаче укладывают на блюдо и украшают зеленью.

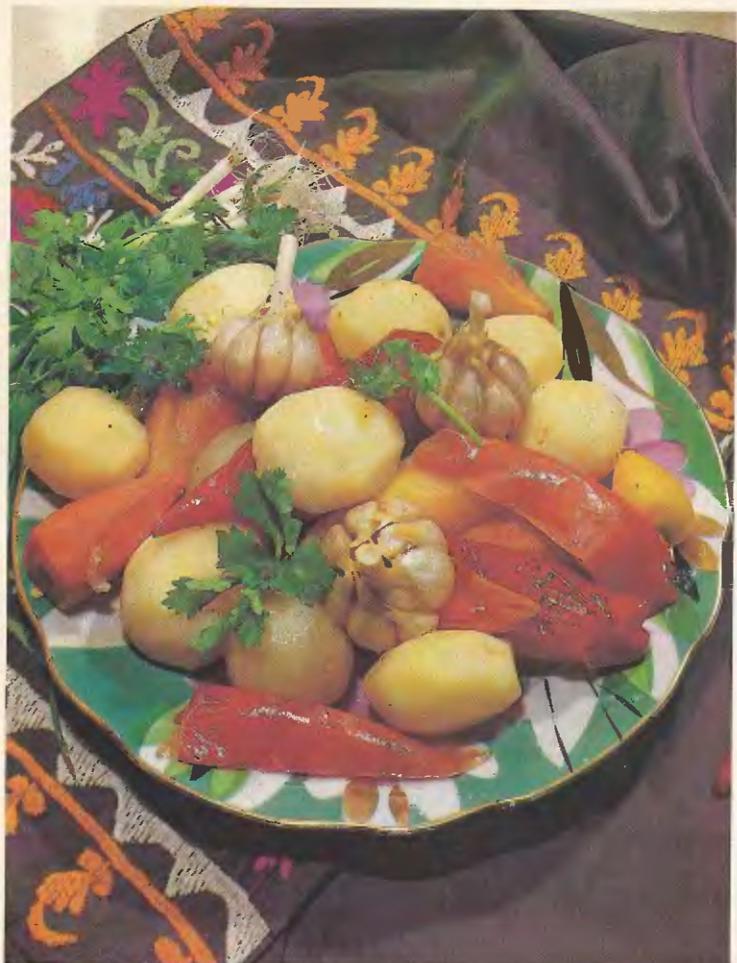
На 4—5 порций — лук репчатый 200 г, морковь 250 г, картофель 250 г, болгарский перец (красный) — 100 г, чеснок — 200 г, масло сливочное 75 г, соль и специи — по вкусу.

ТУХУМ ДУЛМА [Яйца в фарше]

Яйца сварить вкрутую, очистить от скорлупы. Мясо мелко прокрутить. В полученный фарш добавить лук и толченые сухари. Яйца завернуть в фарш, сделать в виде котлет, смочить во взбитых яйцах и обжарить во фритюре до образования румяной корочки.

Готовую дулму уложить по две-четыре штуки в тарелки и подать на стол с салатом или овощами.

10—12 яиц, 800 г мяса, 2—3 головки лука, 50 г толченых сухарей, 1 л хлопкового масла для фритюра. Соль и специи — по вкусу.





АЖАБСАНДА (Овощи с мясом на гарнир)

Мясо нарезают кубиками массой по 20—30 г, картофель и морковь дольками, помидоры свежие (дольками), лук репчатый и перец болгарский (сладкий) — полукольцами, зелень шинкуют, чеснок целиком.

Подготовленные мясо и овощи, зелень кладут в посуду слоями. Варят на гарнир при закрытой крышке в течение часа.

Говядина 400 г, картофель 300 г, морковь 250 г, помидоры свежие 500 г, лук репчатый 300 г, перец сладкий (болгарский) 100 г, укроп, кинза (зелень) 50 г, чеснок 200 г.

ДИМЛАМА «ГУЛИСТОН»

На дно глиняного горшочка кладут нарезанный кольцами репчатый лук, приготовленные из фарша фрикадельки (в виде сарделек). Морковь, картофель, помидоры — дольками, а также чеснок, сливочное масло, зелень. Налить немного воды, закрыть, довести до кипения. Затем поставить в жаровочный шкаф для готовности.

Мясо пропустить через мясорубку, заправить яйцом, солью, перцем и разделать на фрикадельки в виде сарделек.

Баранина или говядина 570 г, яйцо 1 шт, лук репчатый 100 г, морковь 150 г, помидоры свежие 200 г или томатная паста 10 г, масло растительное, сливочное 40 г, картофель 400 г, чеснок 25 г, зелень 40 г.





ДУЛМАЛИ БЕДАНА [Фаршированные перепеки]

Перепел — мелкая дичь с особенно нежным и мягким мясом. Блюдо из перепелов может служить украшением праздничного стола. Перепелов готовят в августе и сентябре, когда они более упитаны.

На 5—6 перепелов — 300 г мякоти баранины, 2 головки лука, 1 яйцо, соль и специи — по вкусу.

Овощеванных и выпотрошенных перепелов окунуть в кипяток, быстро оцишать, промыть, осушить полотенцем, посыпать смесью соли, черного перца и зиры, поставить в прохладное место для маринования. Из жареной баранины приготовить фарш с добавлением мелко нацинкованного лука, кудрячного сала, зелени, кинзы, молотого перца и соли. В подготовленный фарш вбить яйцо сыroе, все тщательно перемешать. Этой начинкой нафаршировать подготовленные перепела. Зафаршированных перепелов положить в разогретую с маслом неглубокую кастрюлю или сковороду и обжарить со всех сторон до образования румяной корочки. После этого кастрюлю поставить в духовой шкаф и дожаривать на слабом огне, периодически поливая маслом, на котором жарится. Время жарки — 10—15 мин.

Готовые перепела вынуть и положить на разогретое блюдо и украсить листьями салата.

Существует и другой способ приготовления:

засыпанных перепелов уложить в манты-каскан и варить на пару 35—40 мин.



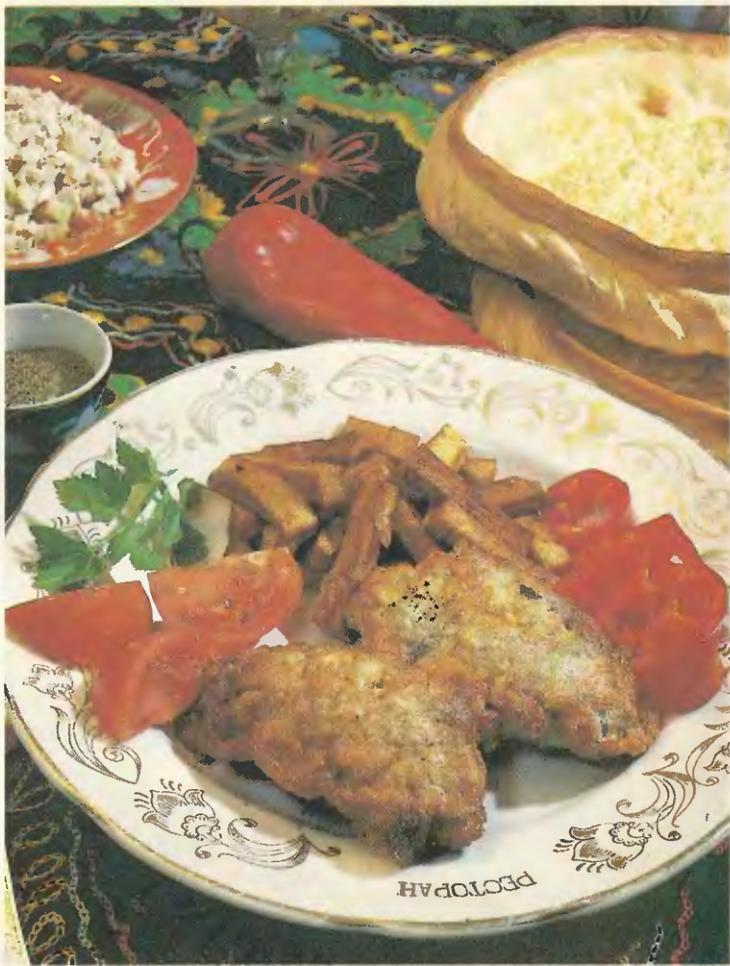
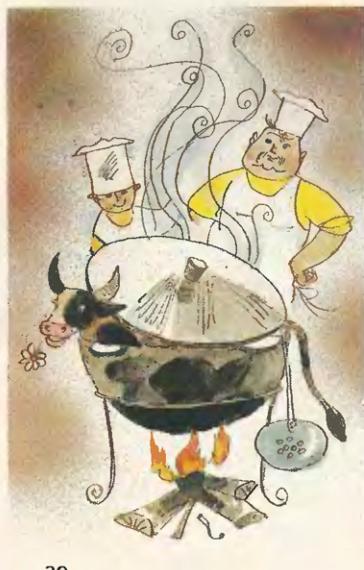
**ЛАНГЕТ
«ТОШКЕНТ»**

Куски мяса отбивают вместе с чесноком и салом. Придают овальнную форму. Смачивают в льюзоне, жарят основным способом. Подают с жареным картофелем и поливают сливочным маслом. Украшают веточкой зелени.

Говядина 550 г (или баранина), сало-сырец 90 г, чеснок 60 г, яйцо 1 шт, маргарин 30 г, масло сливочное 30 г.

Картофель 1 кг, гидрояир 80 г.

Слива маринованная 250 или огурцы свежие 250 г или помидоры свежие 250 г, зелень 10 г.





ШОВЛА

[Каша рисовая с мясом и овощами]

Мясо, нарезанное на кусочки массой 10—15 г, обжаривают на растительном масле, добавляют нарезанный полукольцами репчатый лук, нарезанную соломкой морковь перемешивают, после чего добавляют свежие помидоры или томатную пасту, продолжают обжаривание еще 5—10 минут. Затем заливают водой (соотношение воды и риса 3:1), доводят до кипения, добавляют соль, закладывают рис и варят до готовности. При подаче на стол посыпают зеленью.

Крупа рисовая 600 г, баранина 600 г или говядина 650 г, лук репчатый 150 г, морковь 350 г, помидоры свежие 300 г или томатная паста 50 г, растительное масло 250 г.

МОШКИЧИРИ

[Каша из маша и риса]

Мясо нарезать ломтиками, а морковь соломкой или кубиками. В сильно разогретом жире обжарить лук и мясо, по образовании румяной корочки положить морковь и жарить вместе с мясом до полуготовности. Затем налить воды и до кипения засыпать перебранный, промытый маш и варить на слабом огне, пока оболочка маша не треснет. Затем положить промытый рис и варить, помешивая, заправить солью. Когда обе крупы разварятся и испарится вода, котел снять с огня, закрыть крышкой и дать постоять 10—15 минут.

Машкичири положить на блюдо, посыпать нацинкованным пуком и черным молотым перцем, подать к столу.

300 г маша, 300 г риса, 300 г мяса, 300 г моркови, 300 г масла, 2—3 головки лука, соль и специи — по вкусу.





НУХАТ ШУРАК

(Отварной горох с белым репчатым луком)

Горох (нуг) перебирают, замачивают в холодной воде в течение 5—6 часов. Перед варкой горох (нуг) заливают холодной водой (норма воды 2,5 л на 1 кг гороха) и варят в закрытой посуде при слабом, но не-прерывном кипении до готовности, добавляют соль.

При подаче на стол—посыпают мелко нарезанным белым репчатым луком, зеленью.

Горох (нуг) 600 г, лук репчатый 100 г, укроп (зелень) 25 г.

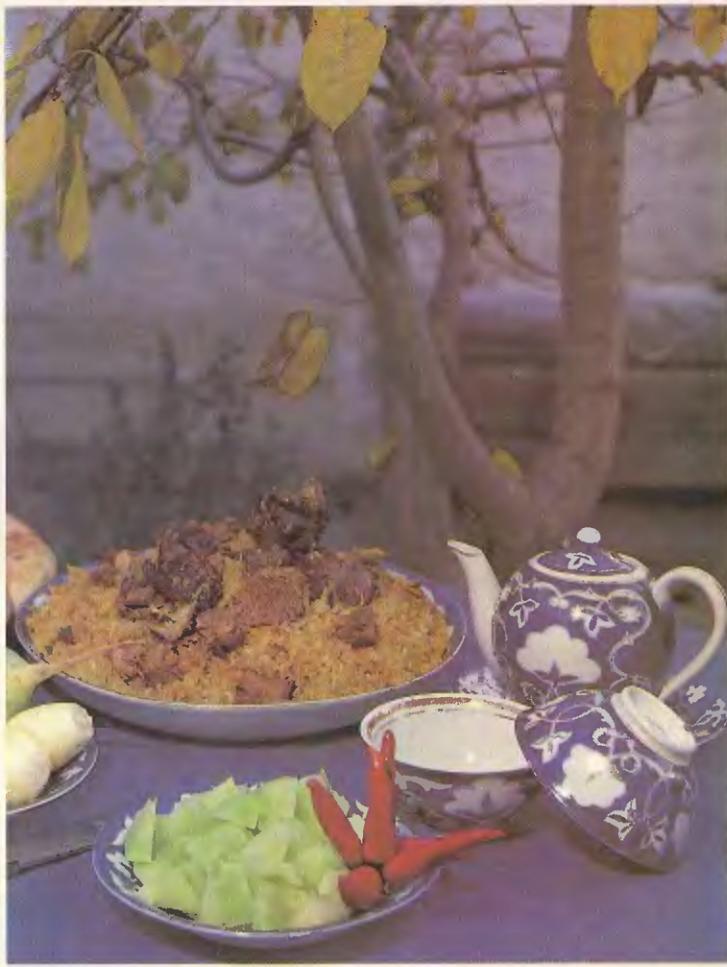
ПАЛОВ [Плов]

Перебранный и перемытый рис замачивают на 1,5—2 часа в подсоленной воде.

Мясо, нарезанное на куски массой 30—40 г, обжаривают на растительном масле, нагретом до температуры 160—170° до образования поджаристой корочки. Затем кладут нарезанный полукольцами репчатый лук, продолжают обжаривание. После чего закладывают нарезанную соломкой морковь, все вместе перемешивают, добавляют воду (соотношение воды и риса 1:1), соль, специи и тушат 25—30 минут. Ровным слоем по всей поверхности котла закладывают рис и варят в открытой посуде до полного выкипания жидкости. Собирают в середину горкой, закрывают и тушат до готовности в течение 30—40 минут.

Готовый плов аккуратно перемешивают. При подаче—на рис и овощи кладут мясо, нарезанное мелкими кусочками.

Баранина или говядина 600 г, крупка рисовая 800 г, лук репчатый 250 г, морковь 650 г, масло растительное 300 г, соль и специи — по вкусу.



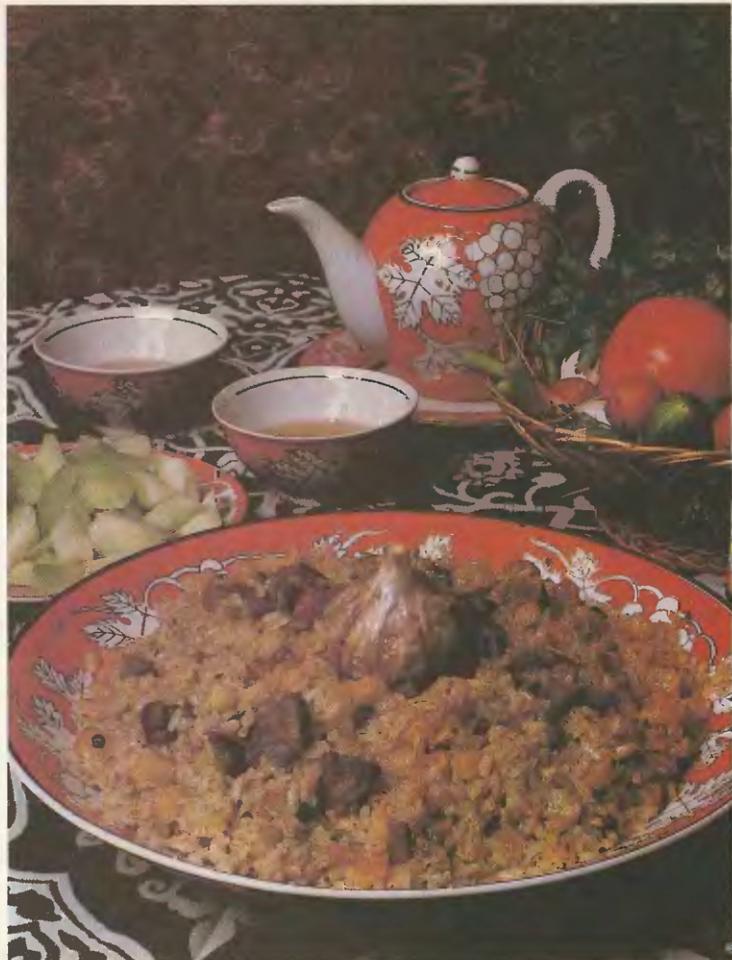
ДЕВЗИРА ПАЛОВ

[Плов с рисом сорта «девзира»]

Промыть лук пять-шесть раз в подсоленной холодной воде и замочить на 2—3 часа в горячей. В пекаленном жире пережарить куски мяса, добавить лук и жарить до тех пор, пока не зарумянится. Нарезанную соломкой морковь положить в котел и тушить вместе с другими продуктами 10—15 минут. Когда морковь и лук достаточно пережарятся, налить воды, добавить специи и варить в течение 20—25 минут. Слив воду из замоченного риса, ровным слоем уложить на морковь. Воду наливаем немногим больше нормы, так как впитаемость этого вида риса выше, чем у обычных сортов. После этого усилив пламя, добиться бурного кипения, время от времени рисовый слой перелопачивать шумовкой, при этом следить за тем, чтобы рис не смешивался с морковью. Когда испарится вся влага и рис сварится, собрать его горкой к середине котла, убрать огонь и накрыть миской на 20—25 минут для упревания. По готовности, смешать содержимое котла, отделить мясо, плов выложить на блюдо горкой, мясо нарезать на мелкие кусочки и положить сверху.

Отдельно подать нарезанную ломтиками или натертую редьку или же салат из сузьмы.

На 800 г риса «девзира», 1 кг баранины, 300 г сала бараньего, 4—5 головок репчатого лука, 1 кг моркови, 1 чайная ложка тмина, специи и соль добавлять по вкусу.



КОВАТОК ПАЛОВ
(Плов с голубцами
из виноградных листьев)

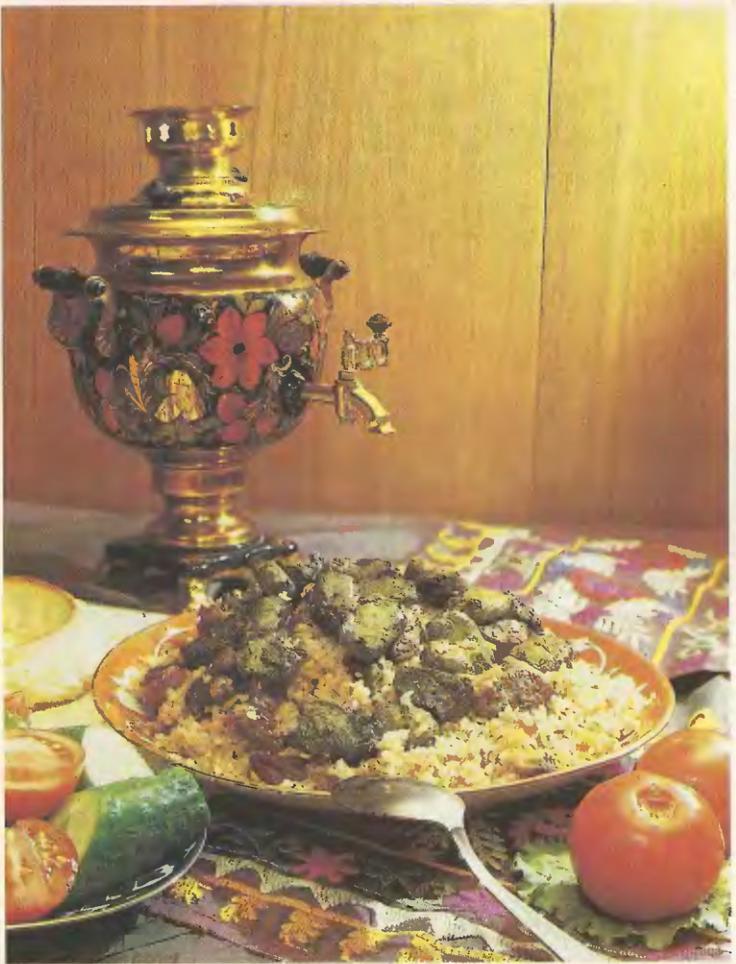
Баранину, предназначенную для плова, разделить на две части, из одной сделать фарш, другую с костями обжарить в раскаленном жире вместе с луком и морковью, залить водой, положить соль, специи и дать закипеть на медленном огне.

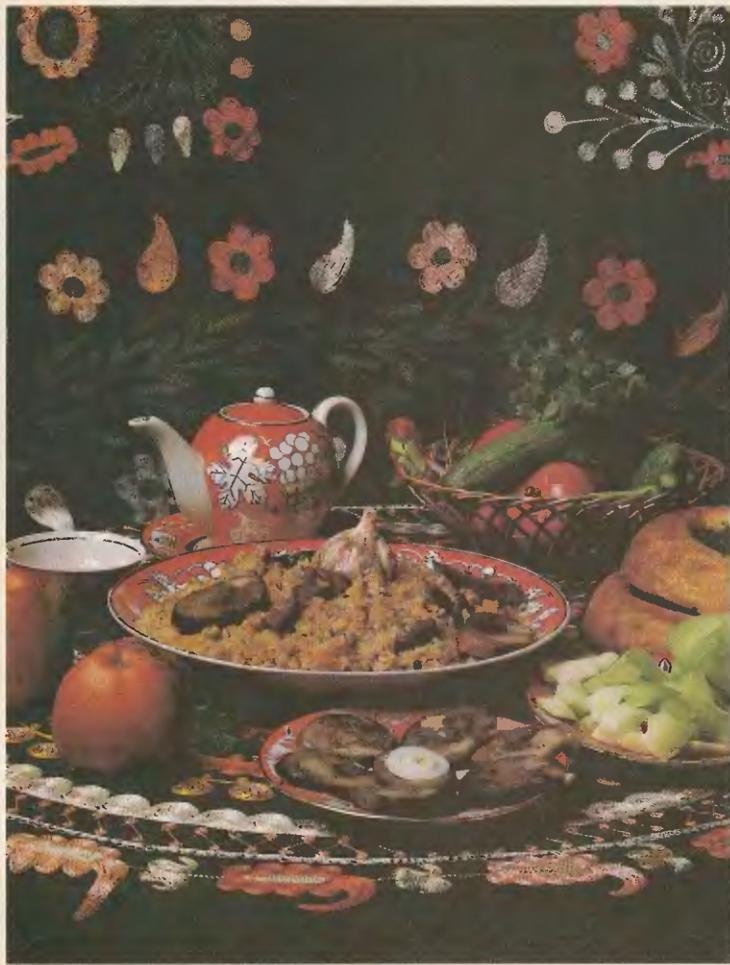
В фарш добавить лук, нацинкованный очень тонкими кольцами, соль, зиру и черный молотый перец хорошо перемешать.

Собрать виноградные листья средней величины и нежности (третий, четвертый от верхушки каждой лозы), удалить черешки, промыть в холодной воде. Положив на каждый листик, оформить круглые голубцы, разложив их на доске вниз швом, слегка придавливая ладонью. После окончания формовки каждой пару голубцов сложить вместе швом друг к другу и нанизать на суревую нитку по несколько штук. Нанизанные голубцы сварить в зирваке. По готовности засыпать подготовленный рис и варить плов, как указано в рецепте димлама «Гулистан» (стр. 26). Накрыть для упревания на 30 минут.

Перед подачей на стол осторожно вынуть голубцы, плов наложить горкой на блюдо, сверху положить голубцы, сняв их с нитки.

Этот один из классических вариантов плова возник сначала среди дехкан, затем такой плов стали готовить везде. Готовят его только весной (в мае). Из консервированных листьев можно приготовить и зимой. В народной медицине этот вид плова рекомендуется людям, страдающим сосудистой дистонией, гипертонией, склерозом и заболеваниями органов пищеварения. Фарш легко усваи-





вается, а нежная клетчатка виноградного листа улучшает перистальтику кишечника. Очень полезен при недостатке в организме витаминов, особенно витамина С.

1 кг риса, 600 г мяса (в т. ч. 300 г на фарш), 300 г лука (в т. ч. 150 г на фарш), 400 г моркови, 250 г зиры, соль и специи — по вкусу. Виноградные листья берутся из расчета 12—15 штук на порцию.

ШОДИБЕК ПАЛОВИ [Плов по шади-бекски]

Мясо (баранина, говядина) нарязать ломтиками, как на шашлык, лук — кольцами, морковь — кубиками по $1 \times 1 \times 1$ см. Айву, взятую в равном количестве с морковью, нарезать тоже кубиками по $2 \times 2 \times 2$ см и положить в теплую воду, иначе она под воздействием кислорода потемнеет. В кotle с шарообразным дном растопить баранье сало или растительное масло, обжарить в нем лук до коричневого цвета, положить кусочки мяса и обжарить до легкой корочки, положить кубики моркови, пожарить вместе с мясом до полуготовности, залить водой, в которой выдергали айву, ввести соль и специи и тушить на медленном огне в течение 50 — 60 минут.

Кубики айвы смешать с промытым рисом и положить ровным слоем в зирвак, залить той же водой, в которой замочили айву и варить при сильном кипении до полного испарения влаги и набухания риса. Накрыть крышкой на 25 минут. По готовности плов смешать, переложить горкой на блюдо и подать на стол без салата.

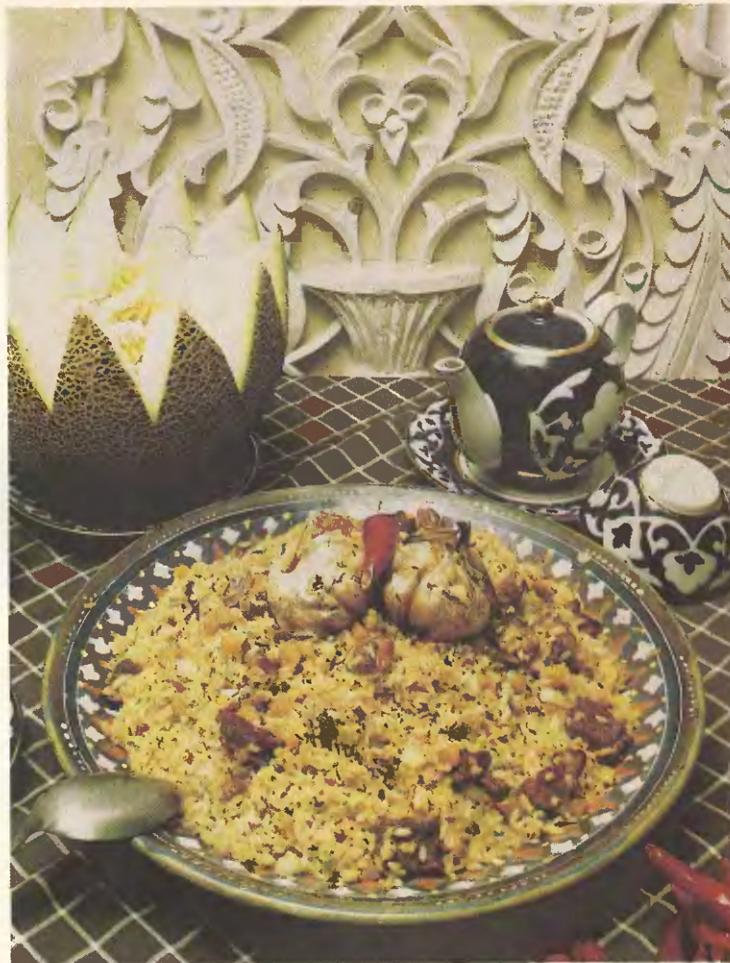
800 г риса, 800 г мяса, 800 г моркови, 250 г айвы, 300 г сала или масла, 150 г лука, соль, специи — по вкусу.

САРИМСОК ПИЁЗЛИ ПАЛОВ (Плов с чесноком)

Перебранный и промытый рис замачивают на 1,5 — 2 часа в подсоленной воде.

Мясо, мелкими кусочками, обжаривают на растительном масле, кладут нарезанный полукольцами репчатый лук, продолжают обжаривание. После чего закладывают нарезанную соломкой морковь. Все вместе перемешивают, добавляют соль, воду (соотношение воды и риса 1×1), специи и очищенные головки чеснока по всей поверхности котла. Закладывают разбухший рис и варят в открытой посуде до полного выпаривания жидкости, закрывают крышкой и доводят до готовности в течение 30—40 минут. Готовый плов аккуратно перемешивают. При подаче на стол сверху кладут мясо, нарезанное мелкими кусочками и чеснок.

Баранина 600 г или говядина 625 г, крупа рисовая 800 г, лук репчатый 250 г, морковь 550 г, масло растительное 300 г, чеснок 125 г.



БАЙРАМ ПАЛОВИ [Праздничный плов «Изобилие»]

В кипящем масле обжарить лук, затем мясо, нарезанное ломтиками, до румяной корочки. Положить нарезанные кубиками морковь и жарить с мясом до полуготовности. Добавить замоченный накануне нухат (горох), очищенную и разрезанную пополам айву, чеснок целиком. Залить водой и варить на медленном огне до размягчения нухата.

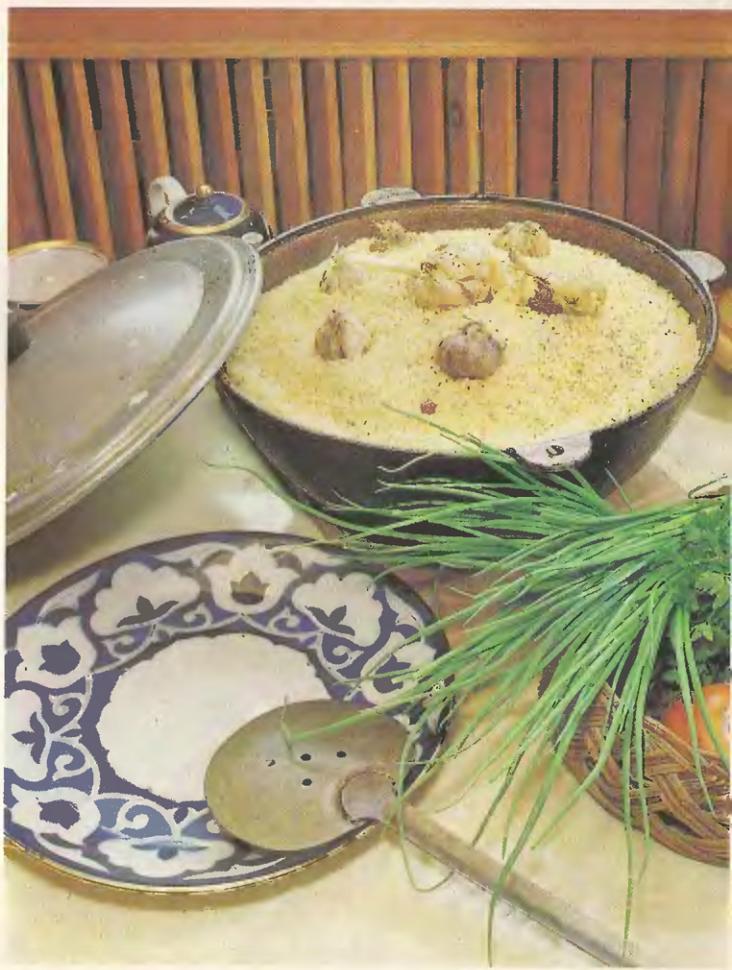
Посолите и поперчите только после готовности нухата, в противном случае сварить его будет трудно.

Убедившись в готовности всех продуктов в зирваке, засыпать рис, залить водой и варить при сильном пламени. Перед накрытием крышкой, плов посыпать перебранным и промытым изюмом. Время выдержки 20—25 минут.

Отдельно сварить яйца вскрутою, морковь целиком, нарезать кружочками и звездочками, треугольниками, лук — розетками, корзиночками.

Готовый плов перемешать. Отделить айву, чеснок — ими украсить плов в лягане. А по краям — подготовленными фигурками, положив сверху вырезанные из лука розетки, наполненные зернами граната, головки чеснока, долЬки яйца и айвы. Желательно наличие всех компонентов для почетных гостей. Этот плов является хорошим украшением банкетного и праздничного столов.

1 кг риса, 800 г мяса, 300 г жира, 400 г моркови, 3—4 головки чеснока, 2 айвы, 150 г гороха (нухата), 50 г изюма, 50 г зерен граната, соль и специи — по вкусу. Для украшения — редька, лук, вареная (целиком) морковь, 2 яйца вскрутою.



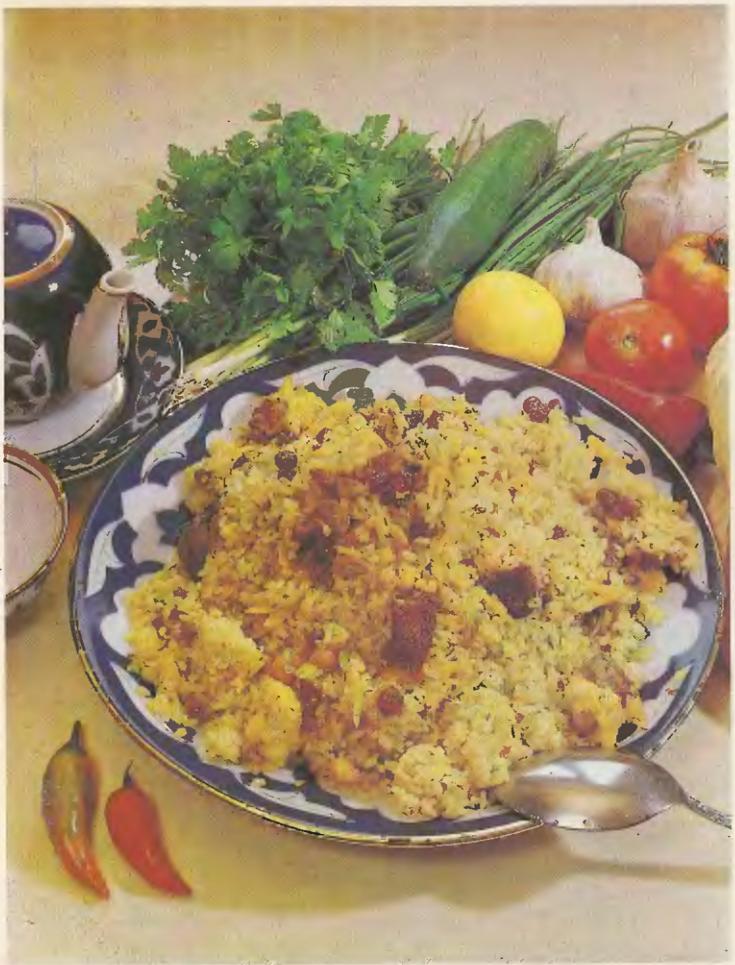
ТУЙ ПАЛОВИ [Плов свадебный]

Перебранный рис промывают в четырех-пяти водах и замачивают вместе с порошком зарчувы на 2—3 часа. Зарчува — пшцевой краситель золотисто-желтого цвета, приготовленный из корня тропического расщепления.

Морковь нарезают крупной соломкой (шпалом), лук — кольцами диаметром 0,5 см. Мясо вместе с костями разделяют на 0,5-килограммовые куски. В большом чугунном котле сильно, до белого дыма, перекаливают хлопковое масло, опускают куски мяса и обжаривают до румяной корочки, затем кладут лук и жарят с мясом до размягчения. После этого ровным слоем кладут нарезанную морковь, предварительно замоченный горох, черный перец и другие специи, заливают водой до уровня содержимого котла и варят в течение 1 часа на умеренном огне.

Когда горох размягчится, вводят соль и сахар. Сливают воду замоченного риса и закладывают над морковью в зирвак ровным слоем. Заливают горячей водой в количестве, достаточном для набухания риса — количество заливаемой воды зависит от коэффициента водопоглощаемости риса, который определяется плововаром при замачивании и варке плова.

После закладки риса из-под котла убирают жар, кладут мелко наколотые дрова и поджигают для образования сильного пламени. По мере бурного кипения и испарения влаги плов перелопачивают капиром (шумовкой) несколько раз, при этом следят за тем, чтобы рис отварился равномерно, стал мягким и одновременно был рассыпчатым. Затем плов собирают в середине котла горкой, делают в нескольких местах проколы, плотно накрывают тазом,



убирают огонь и доводят до готовности на пару в течение 20—40 минут.

По готовности вынимают мясо, нарезают на мелкие куски. Плов перемешивают, перекладывают на большие ляганы, сверху укладывают мясо и подают на стол.

Такой плов готовится для многих людей на свадьбах, тоях, других праздничных угощении, официальных приемах. Рецепт составляется из расчета на 1 человека 200 г риса, 200 г моркови, 200 г мяса, 70 г масла, 20 г лука, 10 г изюма, 20 г гороха, 1 г черного перца горошком, 1 г зиры или другой специи (по усмотрению), 1 г сахара, соль — по вкусу.

НУТ ПАЛОВ (Плов с горохом)

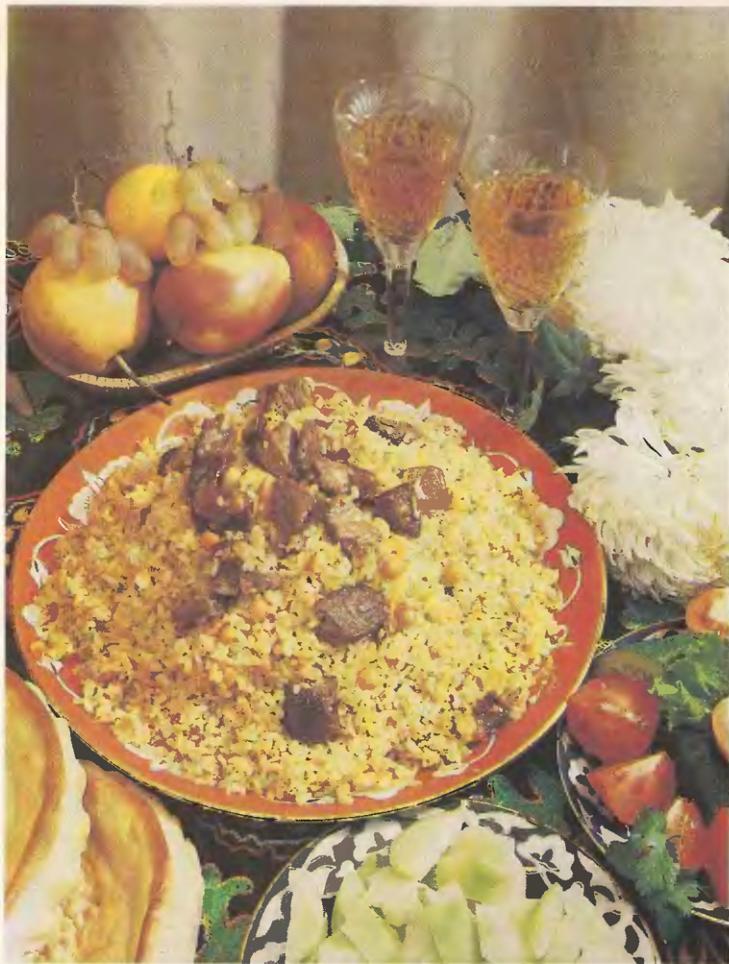
Перебранный и промытый рис замачивают на 1,5 — 2 часа в подсоленной воде. Горох замачивают в холдной воде на 5—6 часов.

Мясо, нарезанное на кусочки массой, 1,5 — 2 кг, обжаривают на растительном масле. Затем кладут нарезанный полукольцами репчатый лук, продолжают обжаривание. После чего закладывают нарезанную соломкой морковь. Все вместе перемешивают, добавляют соль, специи, воду (соотношение воды и риса 1×1), горох (нуг) и тушат до готовности 25—30 минут.

Ровным слоем по всей поверхности котла закладывают рис и варят в открытой посуде до полного выкипания жидкости. Закрывают крышкой и доводят до готовности в течение 30—40 минут. Готовый плов аккуратно перемешивают. При подаче украшают мясом, нарезанным мелкими кусочками.

Баранина 600 г или говядина 625 г, крупа рисовая 600 г, лук репчатый 250 г, морковь 650 г, масло растительное 300 г, горох (нуг) 150 г.

40



БАРРА КАБОБ [Шашлык из баранины]

Мякоть баранины и курдючное сало нарезать кусочками по 15—16 г, посыпать солью, перцем, кореандром, добавить нацинкованный лук. Полить виноградным уксусом. Все хорошоенько перемешать. Чтобы баранина лучше мариновалась, сложить ее в эмалированную посуду, придавить сверху грузом, накрыть марлей и поставить в прохладное место на несколько часов—от 4 до 24.

Затем нанизать на шпажки по 6 кусочеков, последний кусочек — сало. Жарить над горящими углами сначала с одной стороны, затем с другой до выделения сока и образования румяной корочки. Чтобы мясо равномерно пожарилось, время от времени, размахивая веером, увеличивая жар. А если жир стекает и образуется пламя, сбрызнуты угли водой, разбавленной белым уксусом.

При подаче на стол положить шашлык вместе со шпажками на лепешку по 2—4 шт на порцию или несколько порций сразу в большое блюдо. Гарнировать кольцами белого лука, кусочками огурцов или помидор. Можно отдельно подать свежие овощи (помидоры, огурцы, редис, редьку) или салат из них.

1 кг баранины, 200 г сала, 2—3 головки лука, 1 чайная ложка соли, 1 чайная ложка зиры, 2 чайные ложки кореандра (семена кинзы), 1 чайная ложка черного или красного молотого перца, 2 столовые ложки виноградного уксуса.





ДУМБАЛИ КИЙМА КАБОВ [Шашлык рубленый с курдючным салом]

Подготовленное мясо, в которое добавлены сырой репчатый лук, кашнич-дон, зира и красный перец, пропускают через среднюю решетку мясорубки. Добавляют соль, тщательно перемешивают и оставляют на 2—3 часа на холоде для маринования. Замаринованное мясо формуют в виде шариков по 4 шт на порцию, нанизывают на шпажки вперемешку с тонко нарезанным курдючным салом и жарят над углами 10—15 минут. Затем подают с мелко нарезанным луком.

Баранина или говядина 350 г, сало курдючное 100 г, лук репчатый 50 г, перец красный 2 г, зира 0,3 г, кашнич-дон 0,5 г, соль 10 г, лук репчатый 50 г.

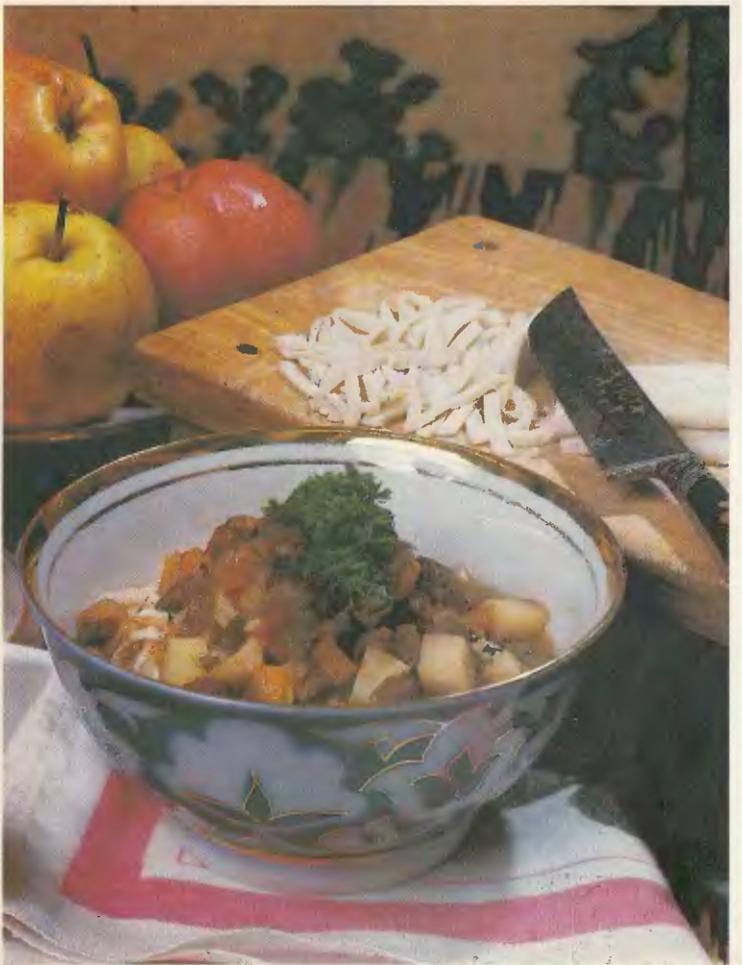
ЖИГАР КАБОВ [Шашлык из печени]

Подготовленную печень нарезают кусочками массой 10—12 г, жир-сырец 5—10 г, посыпают солью, перцем, нанизывают на шпажки и жарят над углами.

При подаче шашлык гарнируют национальным репчатым луком.

Печень баранья или говяжья 500 г, жир-сырец 175 г, перец красный молотый 2 г, соль 10 г, лук репчатый 50 г.





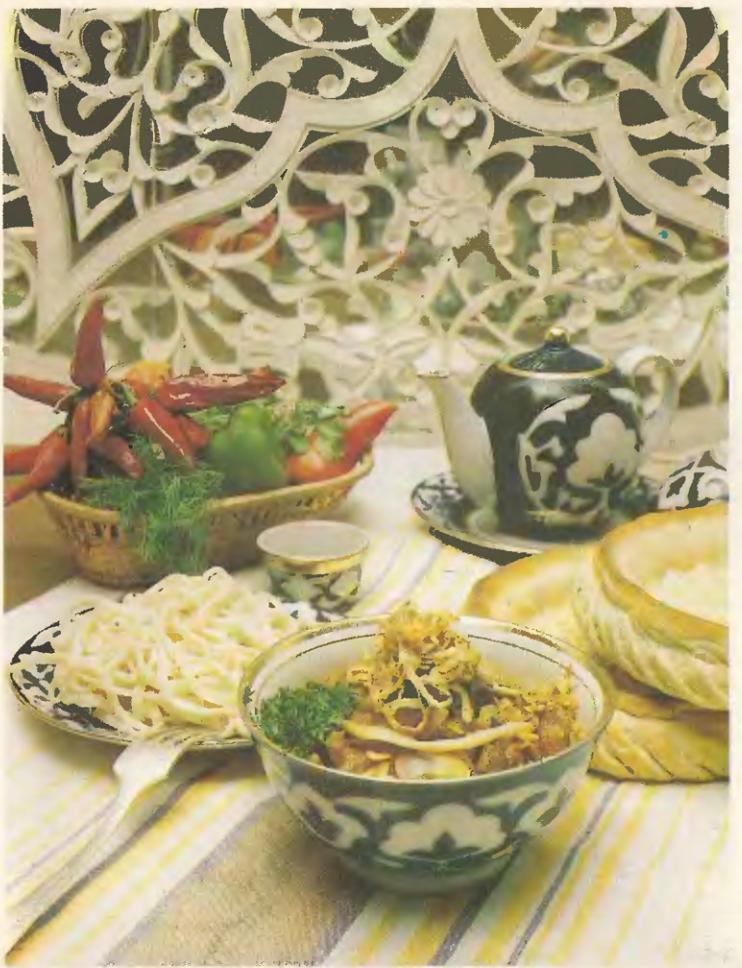
КЕСМА ЛАГМОН [Густая отварная лапша с подливой]

Замесить тесто, как на пельмени, после расстойки раскатать в большой пласт толщиной в 2—3 мм, засыпать мукой, сложить гармошкой и нарезать лапшу шириной в 4—5 мм. Лапшу отварить в кипящей соленой воде, вынуть и промыть 2—3 раза в холодной воде, переложить в дуршлаг, чтобы стекла вся влага.

Приготовить подливу (кайла). Для этого сало и мясо нарезать мелкими ломтиками, картофель — кубиками, морковь, редьку, капусту и болгарский перец соломкой, лук — колышками, помидоры дольками, а чеснок порубить. Растопить жир (баранье сало можно заменить любым другим жиром или растительным маслом), спассировать в нем лук, положить чеснок, помидоры, болгарский перец, морковь и все жарить, часто помешивая, до полуготовности. Залить водой, дать закипеть, попробовать на соль, ввести специи, положить редьку и капусту и тушить на очень медленном огне до полной готовности всех продуктов. Если сильно испарится влага, налить немного бульона, в котором варились лапши. Консистенция подливы должна быть полужидкой. Когда будет готова подливка, лапшу окунуть в кипяток, слоем наложить на блюдо, сверху залить подливой, при этом жидкость просочится вниз, а кусочки мяса и овощей образуют слой. Затем еще положить слоем лапшу и еще подливу.

На тесто: 1 кг муки, 2 яйца, 2 чайные ложки соли, полстакана воды.

На подливу: 500 г мяса, 3—4 картофелины, 3—4 луковицы, 1 редька, 3—4 помидора, 5—6 долек чеснока, 2 болгарских перца, 300 г капусты, соль и специи — по вкусу, 300 г жира для пассирования и тушения.



ЧУЗМА ЛАГМОН [Лагман из тянутого теста]

Замесить тесто средней крутизны, скатать в шар, укутать салфеткой, положить в миску, оставить на 1 час, чтобы расстоялось. После этого тесто смазать раствором соли и соды — чайная ложка соли, пол-ложки соды, полстакана воды.

Обминать пальцами и кулаками, еще раз вымесить так, чтобы соляно-содистый раствор впитался в тесто. Затем его разделить на небольшие ровные кусочки, скатав ладонями, придать им форму шариков величиной с грецкий орех. Потом каждый шарик положить на доску, сверху катая на ладонях, оформить жгутики длинной и толщиной с карандаш и уложить их на тарелку рядами. Чтобы жгуты не прилипали друг к другу и приобрели тягучесть, необходимо смазать их растительным маслом. После этого отдельно каждый жгут вытянуть в более тонкий и длинный жгут — вермишелевидную лапшу. Для этого взять короткий жгут за оба конца и, ударяя его серединой об стол, растянуть. Когда лапша вытянется до 1 метра, сложить вдвое и проделать эту операцию вторично. Сложить еще раз вдвое и вытянуть круглую, как вермишель, лапшу. Таким способом вытянуть все жгуты и отварить в кипящей соленой воде, откинуть в дуршлаг, прополоскать несколько раз холодной водой и оставить. Подливу приготовить, как указано в предыдущем рецепте, но более жидкую. При подаче на стол лапшу обдать кипятком, положить в касы или глубокие тарелки, полить подливой, посыпать нашинкованными зеленью и чесноком, отдельно подать черный молотый перец и виноградный уксус.

На тесто: 1 кг муки, 2 яйца, 1 чайная ложка соли, 0,5 чайной ложки пищевой соды, 1 стакан растительного масла для смазывания.

На подливу: 500 г мяса, 300 г капусты, 2 баклажана, 3—4 головки лука, 1 головка чеснока, 2—3 болгарских перца, 2—3 помидора, лавровый листик. Соль и специи — по вкусу.

ШИМА

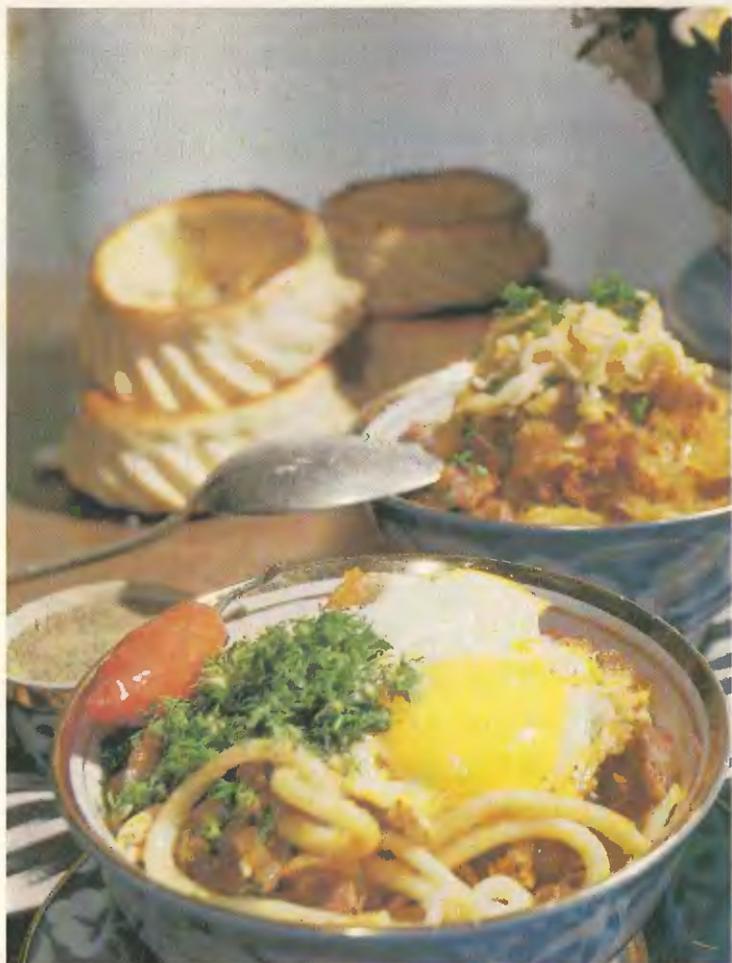
[Лагман из тонкой лапши]

Из муки и воды тесто — томится 1,5 — 2 часа. Дозревшее тесто нарязают небольшими кусочками и раскатывают в жгут, поверхности смазывают маслом, оставляют для отдыха на 5 — 10 минут. Затем жгут теста вытягивают до образования тонких нитей-лапшу вытягивают тоньше, чем на лагман. Подготовленную лапшу варят в подсоленной воде, промывают и смазывают растительным маслом.

Приготовление соуса: нарезанное мелкими кусочками мясо обжаривают с репчатым луком, затем добавляют помидоры свежие или томатную пасту. Через 8—10 минут добавляют воду, чеснок и тушат до готовности.

Яйца взбивают до однородной массы и жарят как омлет. Готовый омлет нарязают соломкой. При подаче лапшу поливают готовым соусом, сверху кладут нарезанный соломкой омлет, посыпают зеленью.

Мука пшеничная 625 г, вода 250 г, масло растительное для смазки лапши 13 г, баранина или говядина 100 г, масло растительное 100 г, лук репчатый 425 г, помидоры свежие 200 г или томатная паста 50 г, вода 750 г, чеснок 50 г, масло растительное 25 г (для приготовления омлета), укроп, петрушка (зелень).



МАМПАР

[Мелкие галушки из теста]

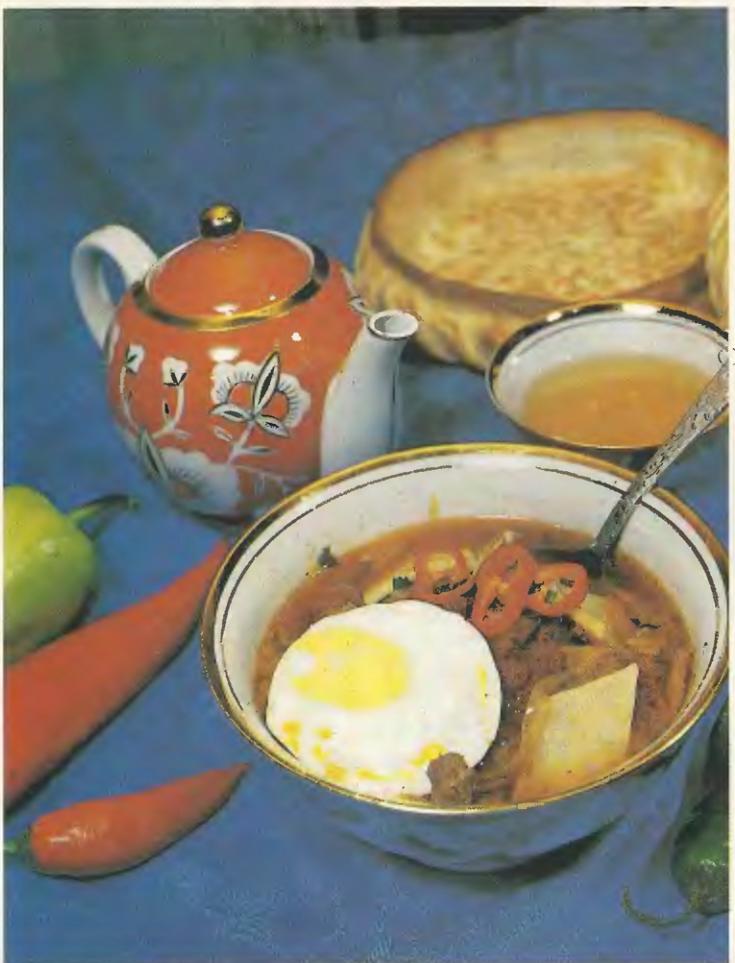
Приготовить не совсем кроткое тесто, скатать в шар, завернуть во влажную салфетку и дать расстаться. Затем разделить тесто на шарики величиной с грецкий орех, скатать руками жгутки размером с толстый карандаш, смазать растительным маслом, чтобы не прилипали друг к другу. После этого их сплюснуть, раскатать в ленты толщиной 2—3 мм и шириной в 2—3 см и, держа за оба конца, вытянуть в более длинные ленты, ударяя серединой о доску. От такой ленты толщиной 1 мм и длиной в 40—50 см отрывать кусочки теста величиной с трехкопеечную монету и бросать в кастрюлю с кипящей подсоленной водой. Когда кусочки теста — мелкие галушки — всплывут наверх, снять их дуршлагом, сполоснуть холодной водой, разделив на порции, положить в касы и залить подливой.

Подлива приготавливается так: мясо нарезать мелкими ломтиками, обжарить в раскаленном масле вместе с кольцами лука, рубленным чесноком, а также с измельченными болгарским перцем, помидорами (летом) или соломкой редьки и томатной пастой (зимой и весной). В подливу добавить виноградный уксус (если готовится без помидоров и томата), соль, перец, лавровый лист, залить водой и варить на медленном огне до готовности всех продуктов.

Перед подачей на стол положить в касу тесто, залить подливой и сверху положить яичницу.

На тесто: 500 г муки, 1 яйцо, 0,5 стакана теплой воды, 1 чайная ложка соли.

На подливу: 500 г мяса, 100 г масла, 3—4 головки лука, 10 болгарских перцев, 5—6 помидор, 1 головка чеснока, соль, перец молотый — по



вкусу. Для оформления: 6 яиц, 1 пучок зелени (укроп, кинза), 1 лавровый лист, виноградный уксус — по вкусу.

КОВУРМА ЛАГМОН (Лагман жареный)

Из муки и воды тесто — оставляют на 1,5—2 часа. Потом подготовленное тесто разрезают небольшими кусками и раскатывают в жгут, поверхность смазывают маслом, оставляют для отдыха на 5—10 мин. Затем жгут теста вытягивают до образования тонких нитей. Подготовленную лапшу варят в подсоленной воде. Вынимают, промывают и смазывают растительным маслом.

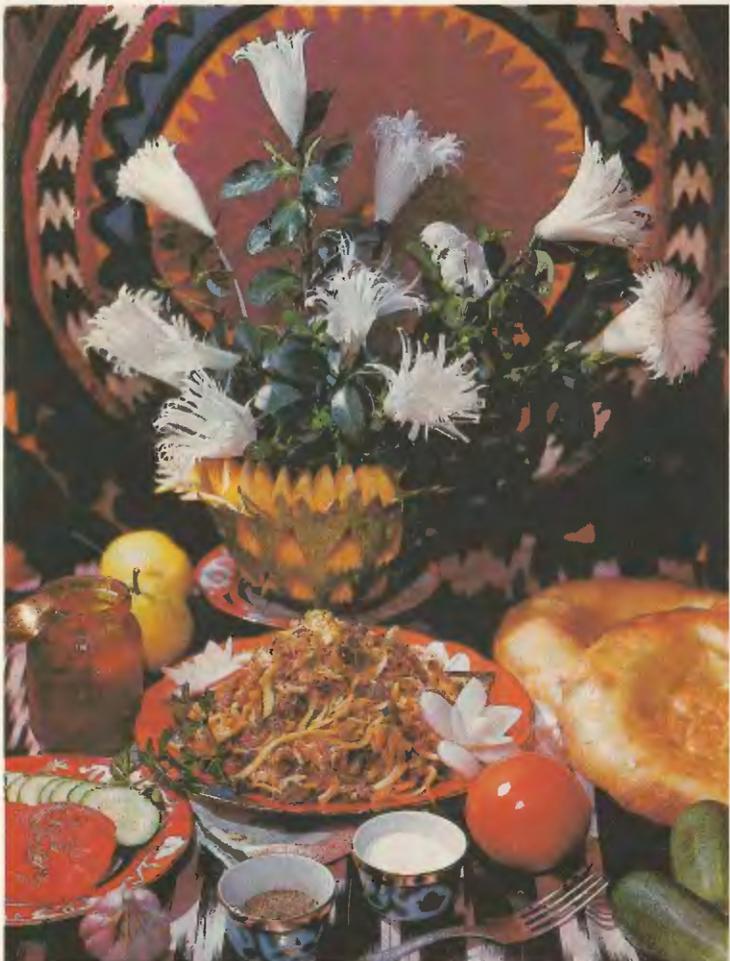
На растительном масле обжаривают лук репчатый, нарезанное мелкими кусочками мясо, затем добавляют свежие помидоры или томатную пасту, чеснок и продолжают обжаривание.

Для приготовления омлета к яйцам добавляют соль, смесь хорошо размешивают, слегка взбивают до появления пены. Затем тонким слоем выливают на сковородку с растопленным маслом и обжаривают с двух сторон, нарезают мелкими кусочками.

К готовому омлету добавляют отварную лапшу и жарят 7—10 минут, после добавляют готовое мясо с овощами и обжаривают еще 5—7 минут.

При подаче на стол блюдо посыпают зеленью.

Мука пшеничная 750 г, вода 300 г, масло растительное для смазки лапши 15 г, баранина или говядина 600 г, масло растительное 150 г, лук репчатый 600 г, помидоры свежие 400 г или томатная паста 100 г, чеснок 40 г, яйца 5 шт, укроп, петрушка (зелень). Все это — на 5 порций.



ШИЛПИЛДОК

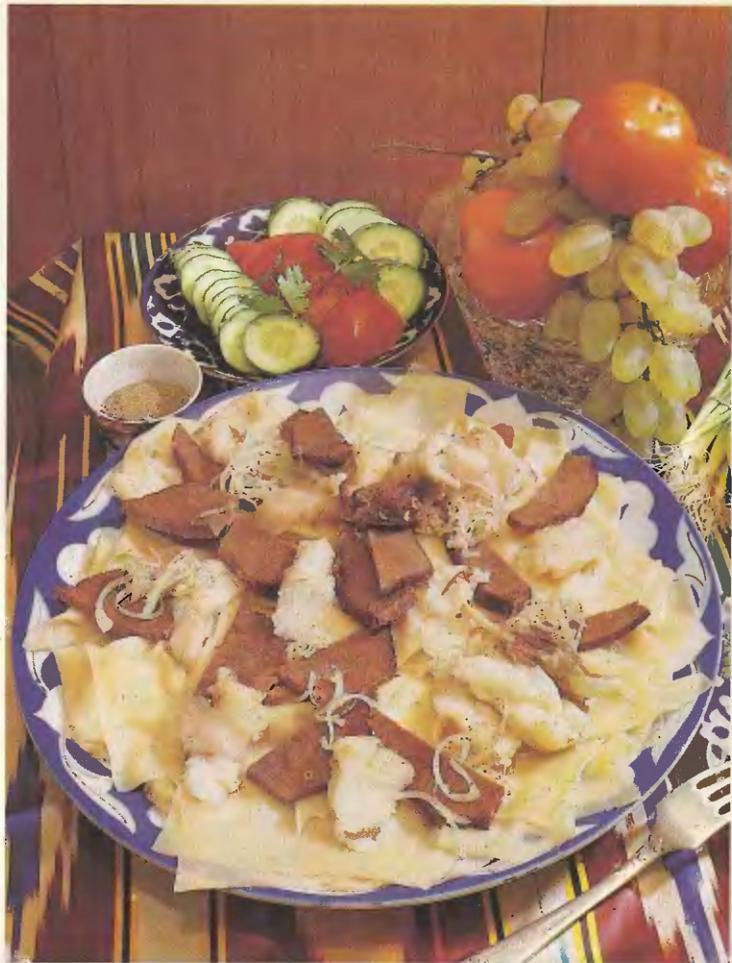
(Отварное тесто с мясом и овощами)

Отварное мясо нарезают ломтиками. Из муки и воды с добавлением яиц и соли замешивают тесто и оставляют на 30—40 минут для расстойки. Затем раскатывают в пласт толщиной 1—2 мм и нарезают на квадраты 8×8 см, отваривают в бульоне.

Для соуса: лук пассируют до полуготовности, добавляют нарезанный полуночными сладкий (болгарский) перец, нарезанные дольками помидоры, обжаривают 5—8 минут, добавляют отварной нарезанный кружочками картофель и обжаривают в течение 5 минут.

При подаче на стол — в касу укладывают тесто, мясо, овощи, заливают бульоном и посыпают зеленью.

Баранина или говядина 400 г, мука пшеничная 250 г, яйцо 1 шт, вода 100 г, лук репчатый 125 г, перец сладкий (болгарский) 125 г, помидоры свежие 250 г, картофель 150 г, бульон 700 г.



ЧУЧВАЛА [Пельмени]

Приготовить круглое тесто, как для лапши, скатать в шар, положить в миску, накрыть салфеткой, дать расстояться 10—12 мин. Затем еще раз обжарить и раскатать большой срез толщиной в 2 мм и нарезать квадратиками по 4×4 или 5×5 см. Положить на середину каждого квадратика по чайной ложке мясного фарша, оформить пельмени, для которых в воду бросить немногого соли, опустить пельмени и сварить. Пельмени будут готовы, когда всплынут на поверхность бульона, тесто немного спирится и фарш внутри станет заметным.

При подаче на стол снять их дуршлагом, дать хорошо стечь влаге, положить на блюдо, сверху посыпать рубленой зеленью. Отдельно подать виноградный уксус или кислое молоко.

На тесто: 500 г муки, 1 яйцо, 1 чайная ложка соли, 0,5 стакана воды.
На фарш: 500 г баранины (или 250 г баранины и 250 г говядины), 1 чайная ложка соли, 0,5 чайной ложки черного перца, 4—5 головок репчатого лука.



ОШ КУКАТЛИ ЧУЧВАРА [Пельмени из зелени]

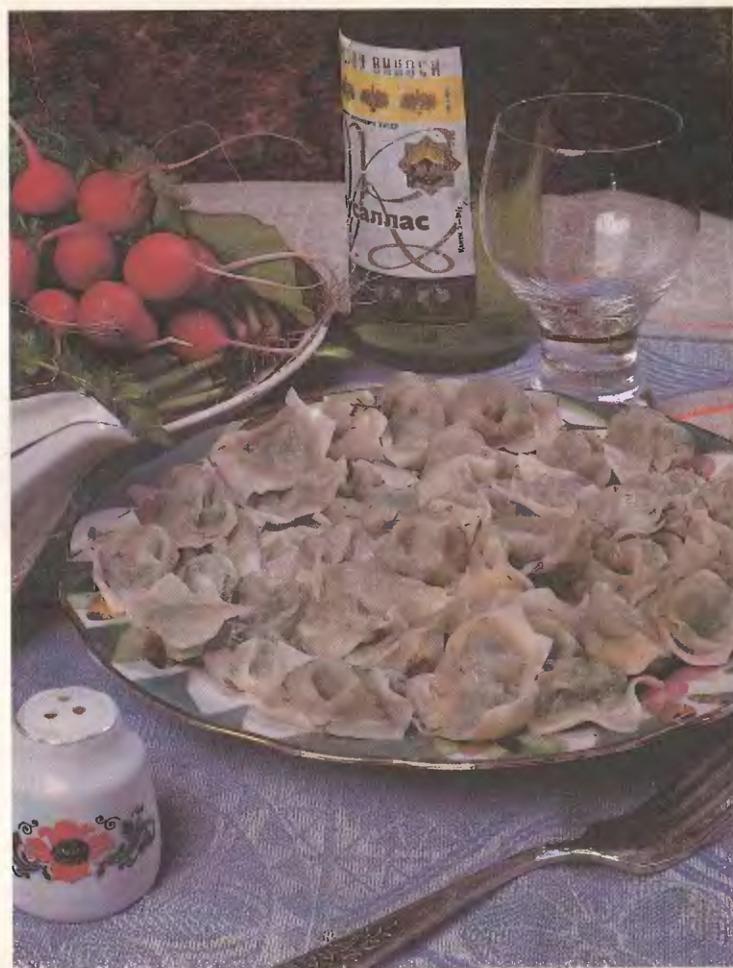
Из муки и воды с добавлением яиц замешивают тесто и оставляют на 30—40 минут для отдыха. Затем тесто раскатывают в пласт толщиной 1—2 мм, нарезают кусочками квадратной формы (50×50 мм), на них кладут фарш, свертывают с угла на угол, защищая края.

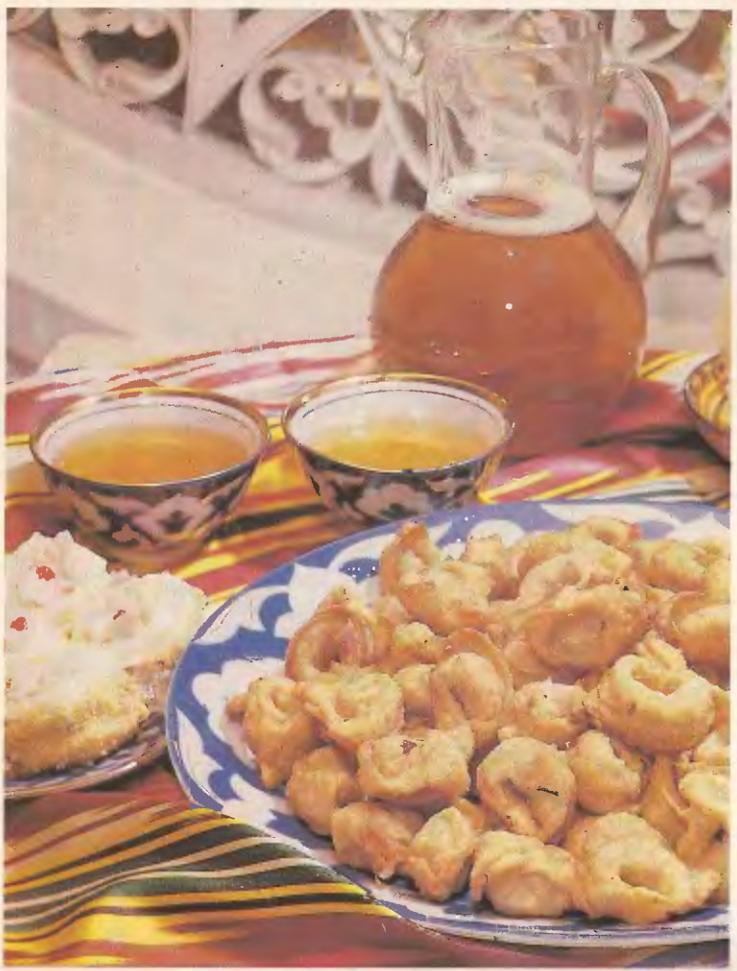
Пельмени отваривают в подсоленной воде, подают с простоквашей или со сметаной, посыпают перцем. Можно чучвару подавать с бульоном, каймаком или со сливочным маслом.

Фарш готовится в следующем порядке: разные виды зелени очищают, промывают и шинкуют. Поджаривают на курдючном сале с добавлением репчатого лука. После поджарки добавляется мелкорубленое яйцо, соль и специи—по вкусу.

Для теста: 500 г муки высшего сорта, 1 шт яйцо, полстакана теплой воды, одна чайная ложка соли.

Для фарша: 1 кг разной зелени, 3—4 головки репчатого лука, один пучок зеленого лука, один пучок чеснока, 150 г бараньего сала, 1 стакан выжарки курдючного сала, 2—3 яйца, соль и перец по вкусу.





КОВУРМА ЧУЧВАРА (Пельмени жареные)

Яйцо влить в тазик, добавив воду и соль, взбить до однородной массы, всыпая частями муку, замесить тесто. Хорошенько обмешать, скатать в шар, покрыть салфеткой и оставить на 10—15 мин. Затем при помощи длинной тонкой скалки раскатать соченье толщиной в 2 мм, нарезать квадратиками по 4×4 см.

Приготовление фарша: мясо пропустить через мясорубку, лук нашинковать тонкими кольцами, соединить с мясом, заправить солью и перцем. Поставить на огонь котелок со сферическим дном, разогреть примерно до 100° , затем положить фарш и пережарить, постоянно помешивая шумовкой, до выделения сока. Закрыть крышкой и охладить фарш в той же посуде при комнатной температуре.

На каждый нарезанный кусок теста положить по 1 чайной ложке фарша, приготовить пельмени, полуфабрикаты обжарить во фритюре.

На подаче на стол жареные пельмени положить на вазу, посыпать сахарной пудрой.

На тесто: 500 г муки, яйцо, чайная ложка соли, полстакана воды.

На фарш: 500 г мяса (мякоти), 400 г лука, по чайной ложке соли и черного молотого перца, 1 кг масла для фритюра.

ГУШТЛИ МАНТИ [Манты с мясом]

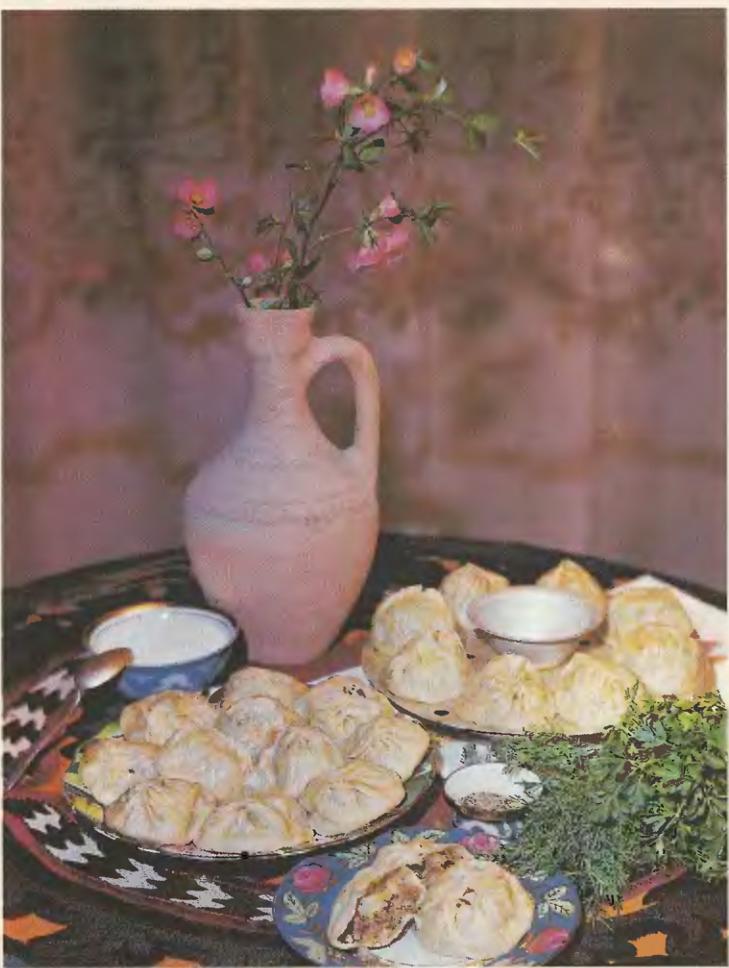
Приготовить края тесто, скатать в шар, завернуть в салфетку и дать рассстаться минут 10—15. Затем обмять еще раз, опять скатать в шар и, придавливая ладонью, кулаками, придать форму круглой лепешки и тонко раскатать при помощи длинной скалки в пласт, затем разрезать на квадратики размером 10×10 см. Или же тесто разделить на шарики с грецкий орех и каждый шарик раскатать при помощи короткой скалки на тонкие (в 2 мм) сочники. Положить в каждый соченье или квадратик теста по столовой ложке мясного фарша и кусочек сала, офорить манты.

Приготовление фарша: выбрать жирную мякоть баранины, пропустить через мясорубку, через крупную решетку, или обычно мясо нарезают мелкими кусочками (воробышными языкчиками), а сало в обоих случаях нарезают квадратиками или ломтиками величиной с миндаль.

В рубленое или нарезанное мясо добавить лук, нацинкованный кубиками или колышками. Фарш заправить черным молотым перцем, раствором соли, хорошенко перемешать.

Ярусы паровой кастрюли — мантыкасан — смазать жиром, уложить на них полуфабрикаты так, чтобы они не соприкасались друг с другом, обрызгнуть холодной водой и варить на пару в течение 40—45 минут.

При подаче на стол манты положить в касы по 2—4 шт., на порцию, полив бульоном или кислым молоком. Или же несколько порций положить на большое блюдо (ляган), сверху посыпать молотым перцем. Отдельно подать кислое молоко, сметану или виноградный уксус.



На тесто: 500 г муки, 1 яйцо, 1 чайная ложка соли, полстакана воды.
На фарш: 1 кг мякоти баранины, 100 г курдючного или нутряного сала, 500 г лука, чайная ложка черного перца, чайная ложка соли (растворить в полстакана воды).

ОШКОВОКЛИ МАНТИ [Манты с тыквой].

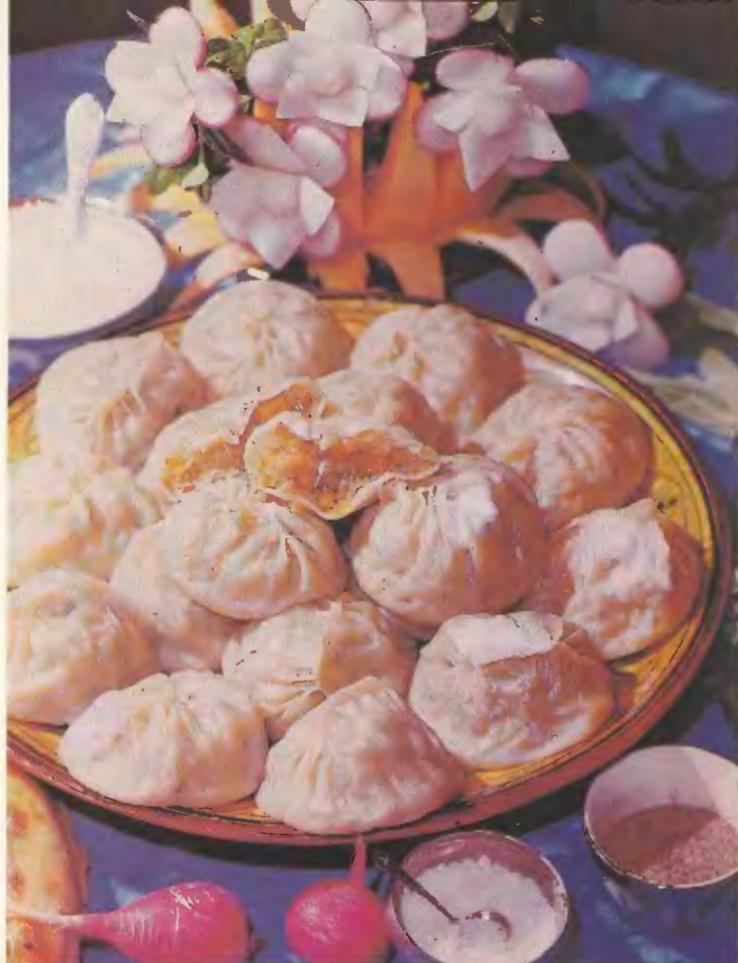
Из муки, яиц, воды с добавлением соли замешивают тесто, выдерживают 30—40 минут, затем нарезают его на кусочки массой по 50 г, раскатывают в виде тонких лепешек, на середину которых кладут подготовленный фарш. Края теста соединяют, защищивая и придавая изделию круглую форму так, чтобы фарш был виден.

Для фарша: тыкву пропускают через мясорубку с крупной решеткой, лук репчатый нарезают кубиками, смешивают с топленым жиром, перцем, сахаром, солью и всё перемешивают.

Приготовленные манты укладывают на решетку каскана, смазанную растительным маслом. Варят на пару 30 минут.

Подают, поливая простоквашей или сметаной.

Мука пшеничная 200 г, яйца 1—2 шт, вода 70 г, соль 2 г, тыква 550 г, лук репчатый 200 г, жир топленый 50 г, перец черный молотый 1 г, сахар 25 г, соль 4 г, масло растительное для смазки каскана 10 г, простокваша 150 г или сметана 75 г.



НОРИН

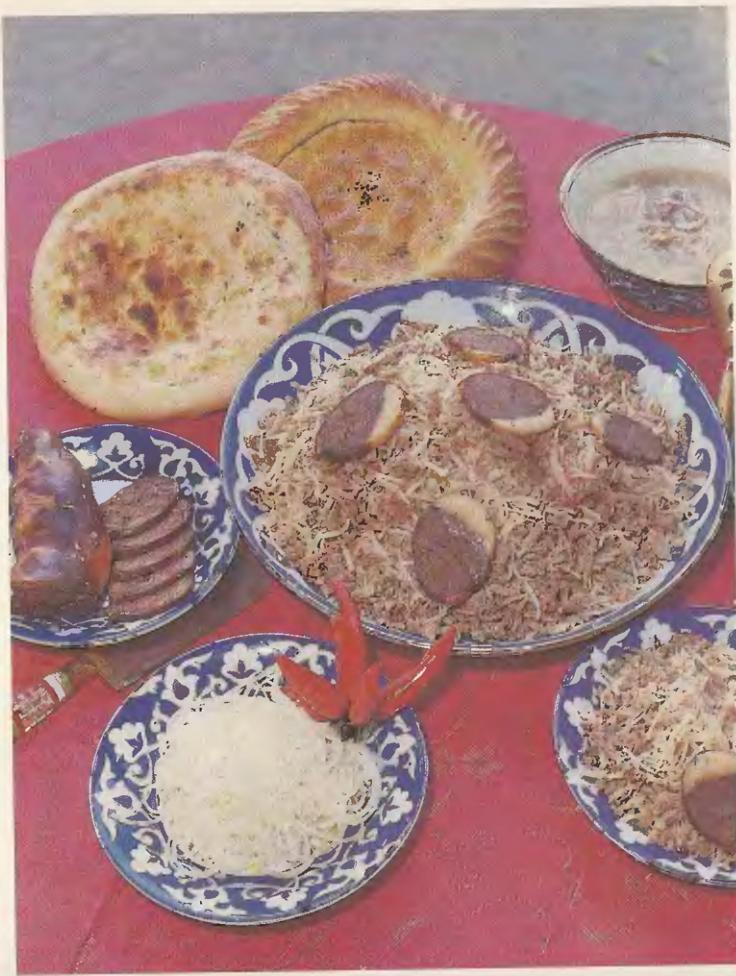
[Рассыпчатая холодная лапша по ташкентски]

Из муки и воды с добавлением соли замешивают крутое тесто, оставляют на 30—40 минут для расстойки. Затем раскатывают пласт толщиной 2—3 мм и нарезают на полоски 20—10 см, отваривают в бульоне и охлаждают, смазывают растительным маслом и нарезают соломкой.

Оваренное мясо нарезают соломкой, соединяют с лапшой, добавляют зиру и перемешивают.

При подаче нарын укладывают горкой и посыпают шинкованным репчатым луком с перцем.

Мука пшеничная 350 г, вода 140 г, соль 10 г, масло растительное для смазки теста 30 г, баранина 310 г или говядина 320 г, лук репчатый 60 г, перец черный молотый 0,02 г, зира 0,02 г.



УРАМА, КУШ ТИЛИ. (Хворост)

Из муки, яиц, молока или воды с добавлением соли замешивают тесто и выдерживают 30—40 минут.

Готовое тесто раскатывают на подпыленном мукою столе в пласт толщиной 1—1,5 мм и нарезают специальным гофрированным резцом на полоски шириной 5—6 см и длиной 45—50 см, свертывают каждую полоску в рулон и обжаривают во фритюре.

Из обрезков раскатанного теста нарезают куш тили ромбиками 4×4 см, обжаривают во фритюре.

Подают к чаю, посыпав сахарной пудрой.

Мука пшеничная 630 г, яиц 5 шт., молоко или вода 90 г, соль 2 г, масло растительное для жарки 480 г, сахарная пудра 60 г.

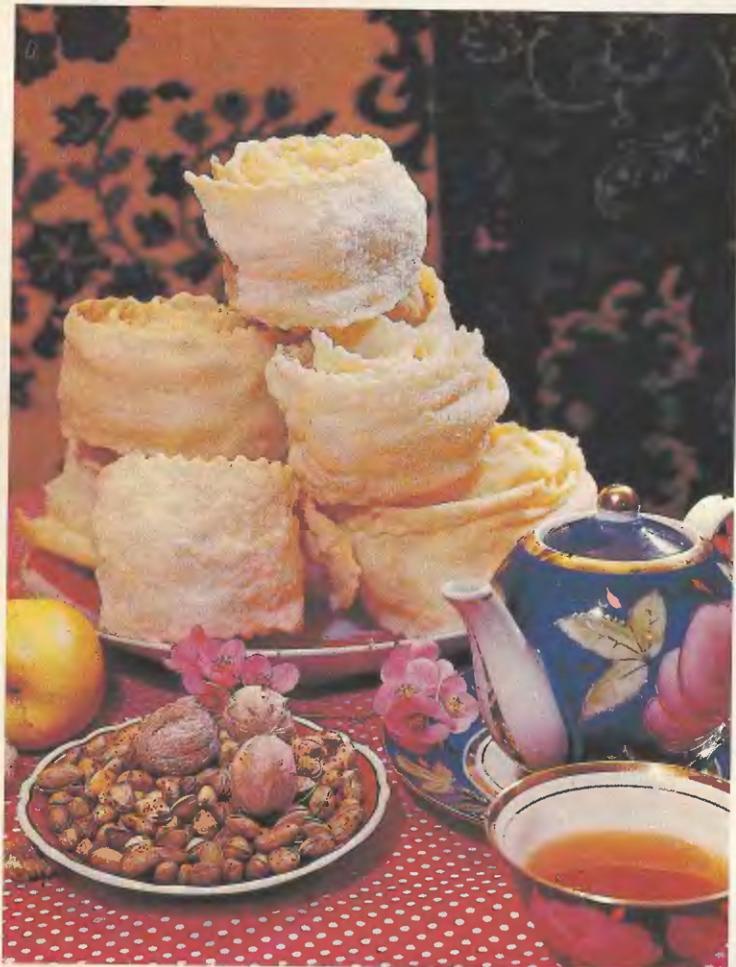
СОМСА-«КАПАК»

Из муки и воды с добавлением соли замешивают крутое тесто и оставляют для расстойки на 30—40 минут. Затем тесто разделяют в жгуты, делят на кусочки массой 70 г, и раскатывают лепешки, на середину которых укладывают фарш массой 90 г, края зажимают и придают изделию округло-овальнную форму.

Для фарша: мясо пропускают через мясорубку, соединяют с рубленым луком репчатым, нарезанным кубиками, жиром-сырцом, солью, молотым черным перцем.

Полуфабрикат лепят на раскатанные и сбрызнутые соленой водой стенки тандыра, сверху сбрызгивают водой, выпекают в течение 25—30 минут.

Мука пшеничная 470 г, вода 240 г, соль 25 г, баранина или говядина 420 г, лук репчатый 420 г, жир-сырец 70 г, соль 8 г, перец черный молотый 0,8 г.







КОНФЕТЫ

СОМСА «ПАРВОЗ»

В воду добавляют растопленный маргарин, яйцо, соль, просеянную муку и замешивают тесто.

Готовое тесто разделяют на шарики весом по 30 г и ставят на расстойку. После чего раскатывают лепешки, на середину которых кладут фарш, придавая изделию круглую форму, при этом края защищают так, чтобы фарш был виден.

Самсы укладывают отверстием вверх на лист, предварительно смазанный растительным маслом.

Поверхность самсы смазывают яйцом и выпекают при температуре 200—250°.

На 10 шт — мука 180 г, маргарин 40 г, яйцо 2 шт, яйцо для смазки.

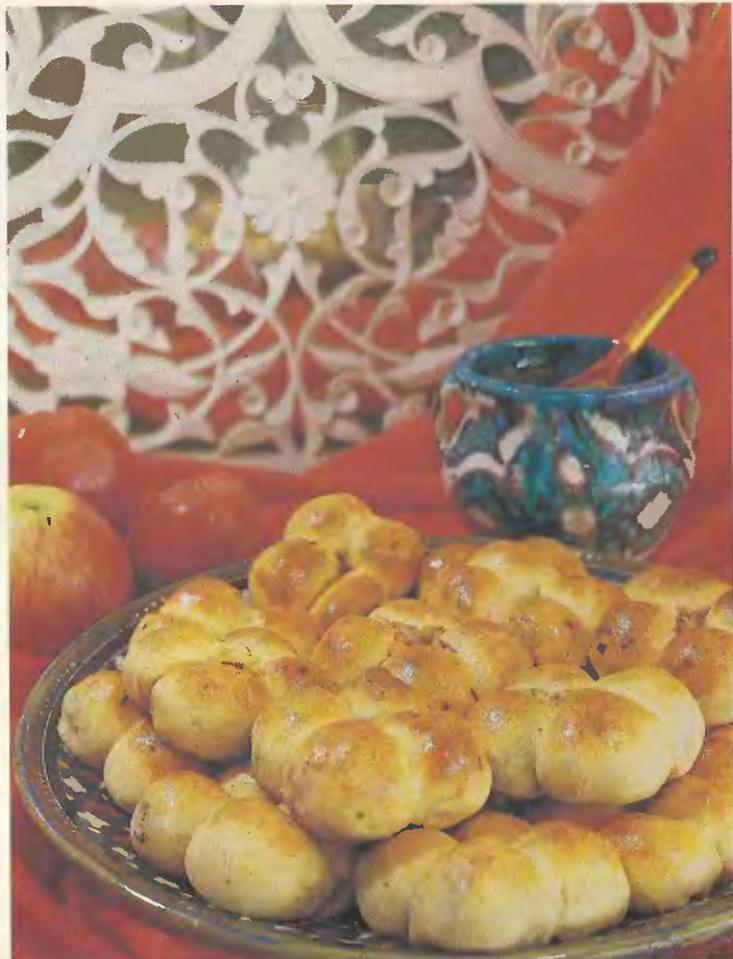
Для фарша: мясо 200 г, лук 90 г, сало 50 г, соль, перец — по вкусу.

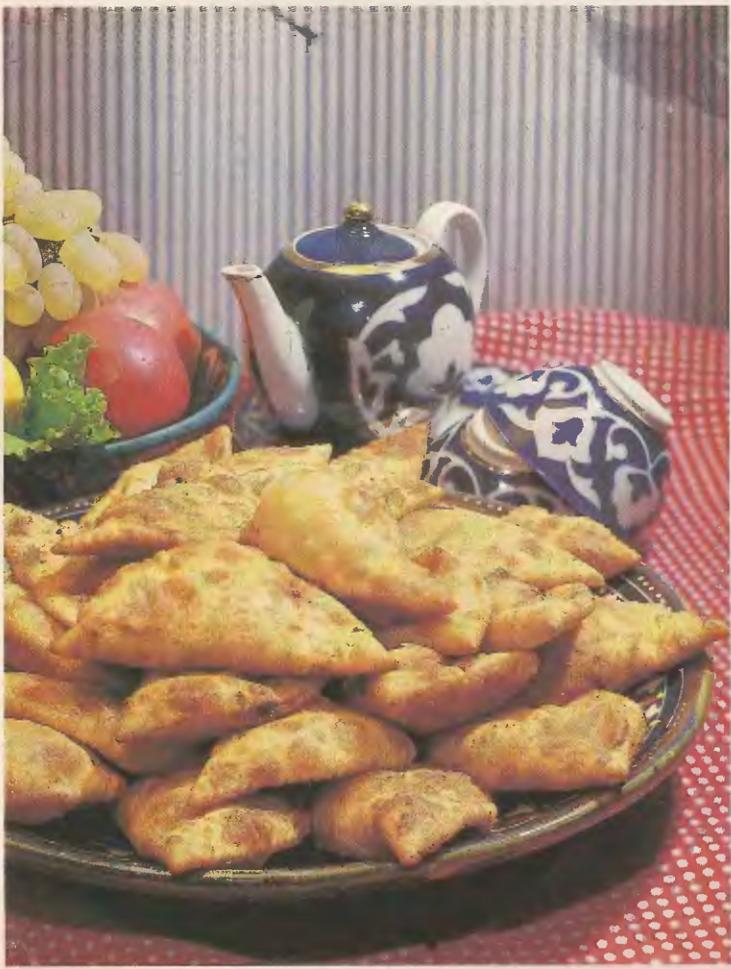
СОМСА «ПАРМУДА»

Из муки и воды с добавлением соли и яиц замешивают тесто, оставляют на 30—40 минут для расстойки. Готовое тесто делят на кусочки массой 15 г и раскатывают лепешки с утонченными краями, на середину которых кладут фарш массой 30 г, края защищают, придавая изделию круглую форму. Боковые стороны смачивают водой и соединяют по 4 шт. Поверхность полуфабриката смазывают яйцом.

Для фарша: мясо пропускают через мясорубку, соединяют с рубленым луком репчатым, нарезанным кубиками, жиром-сырцом, добавляют соль, перец, зиру и хорошо перемешивают. Самсы выпекают в течение 40—50 минут.

Мука пшеничная 430 г, яйцо 1 шт, вода 160 г, соль 10 г, баранина или говядина 510 г, лук репчатый 580 г,





жир-сырец 140 г, соль 10 г, зира 0,8 г, перец черный молотый 0,8 г, яйца для смазки самсы 1—2 шт, масло растительное для смазки листов 3 г. На одну самсу — 160 г.

ГУШТЛИ ВАРАКИ СОМСА [Самса жареная с мясом]

Приготовить тесто на яйцах, дать расстояться 12—15 минут, разделить на кусочки по 25—30 г, скатать в шары, затем раскатать на круглые мелкие сочни толщиной в 2 мм, положить на каждый сочень по 1-й чайной ложке мясного фарша, свернуть вдвое, защепить края и оформить полумесяцеобразные вараки, обжарить с двух сторон на топленом масле.

Приготовление фарша: выбрать жирную говядину (баранину), пропустить через мясорубку. Разогреть на сковороде топленое масло, спасировать в нем лук, положить мясо, посыпать солью и перцем и жарить до извлечения мясного сока, снять с огня, охладить и начинять вараки.

На тесто: 1 кг муки, 10 яиц, 500 г лука, соль, перец — по вкусу и 50 г топленого масла для обжарки фарша. 150 г масла для обжарки изделия.



УЧБУРЧАК СОМСА [Треугольные пирожки]

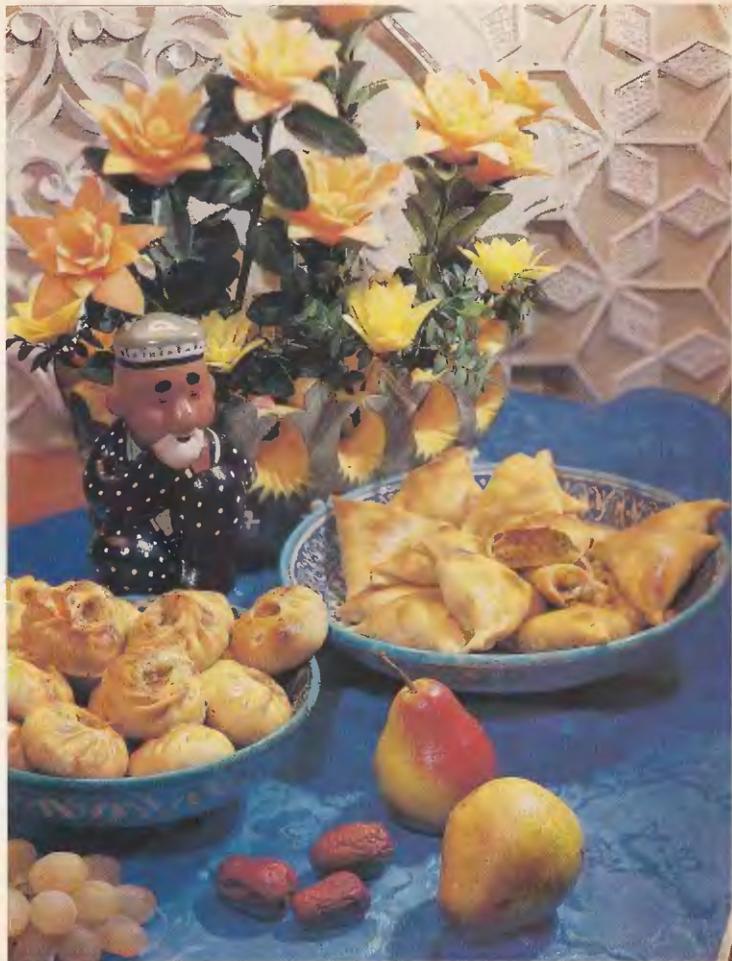
Жирную баранину мелко рубят, добавляют мелко нацинкованный репчатый лук, воду солят, перчат и тщательно перемешивают.

Из муки и воды с добавлением соли замешивают пресное крутое тесто и раскатывают из него круглые лепешки. На середину каждой лепешки кладут приготовленный фарш и кусочек курдючного сала, тесто завертывают в виде треугольника, защищают и смазывают яйцом. Самсу укладывают на лист швом вниз и выпекают в течение 20—25 мин.

Самсу можно приготовить и с тыквой: для этого подготовленную тыкву нарезают кубиками, добавляют нарезанное кубиками курдючное сало, рубленый репчатый лук, сахар, соль, перец и перемешивают.

Выход 200 г (2 шт) — баранина 110 г, репчатый лук 30 г, сало курдючное 10 г, вода 10 г, перец черный и соль — по вкусу.

Для теста: мука пшеничная 60 г, вода 20 г, жир для смазки 3 г.



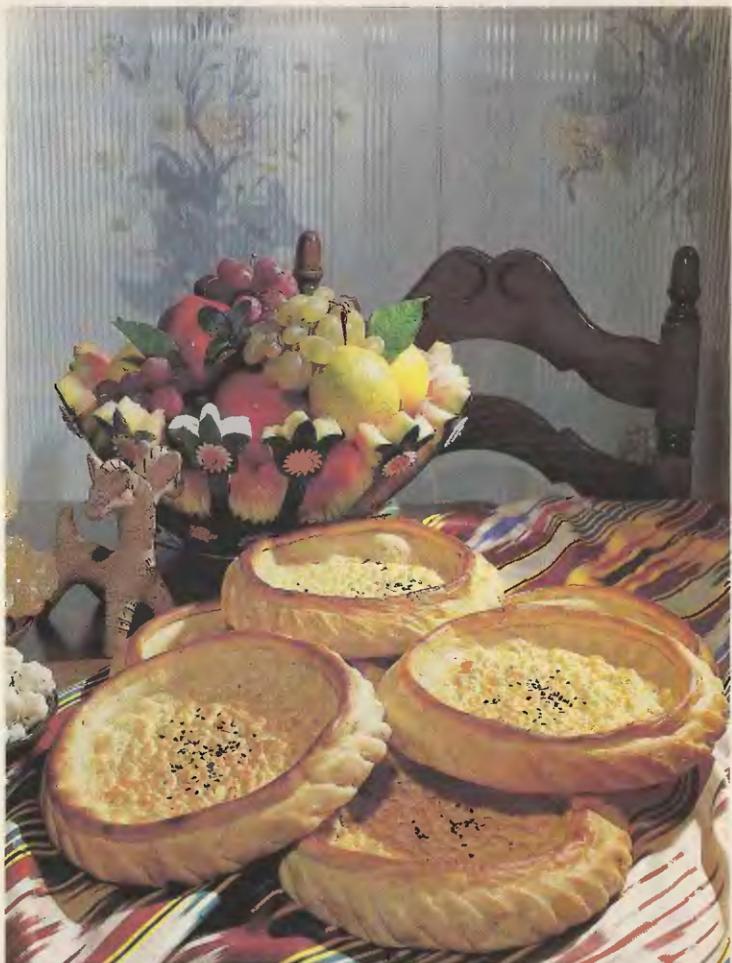
ЕГЛИ ПАТИР
[Лепешка сдобная]

В теплой воде растворяют дрожжи и соль, растопляют и добавляют баранье сало, смешивают до однородной массы, затем, всыпая частями муку, замешивают тесто на воде и оставляют для расстойки.

Когда тесто подойдет, выкладывают его на стол, делят на куски, придают форму шара, делают подрезы ножом по краям. После этого из этих шариков раскатывают лепешки, толщиной по краям 1,5 см, а посередине 0,8 см, делают проколы чекичом.

Приготовленные лепешки накрывают салфеткой и оставляют на 15—20 минут. Выпекают в тандырах, жарочных шкафах.

Мука пшеничная 1700 г, дрожжи 25 г, соль 25 г, сало баранье 130 г, масло хлопковое на смазку 25 г, вода 800 г — на 10 лепешек.



ШИРМОЙ НОН (Лепешки сдобные).

Для приготовления лепешек «ширмой» опару готовят на горохово-анисовом настое.

Горох лущеный перебирают и измельчают в ступке. Семена аниса заливают водой, доводят до кипения, настаивают около 10—15 мин., настой процеживают. Затем этим настоем заливают размолотый горох и настаивают около одного часа. В настое с горохом (температура не выше 35°) добавляют дрожжи и хорошо перемешивают.

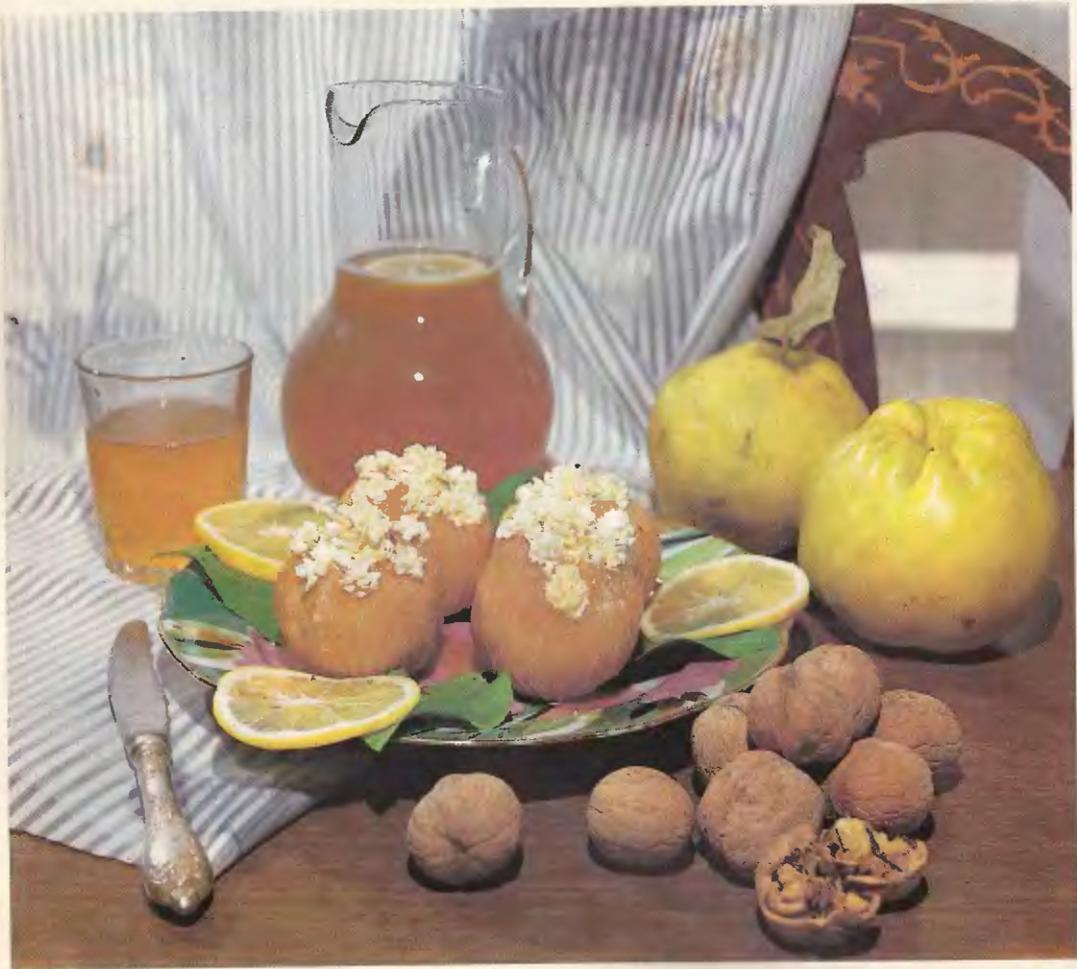
Затем на выбраженной опаре замешивают тесто.

Готовое тесто разделяют на куски, формовывают лепешки, толщина которых по краям 2,5 см, по середине 1 см. Наносят узорные наколы чекицом, а края лепешек подрезают ножом. Выпекают в тандырах.

Мука пшеничная 1900 г, дрожжи 30 г, соль 20 г, сахар 90 г, сало баранье 70 г, масло хлопковое на смазку 3 г, анис 1 г, горох 6 г, вода 630 мл

На лепешку — 220 г.





СЛАДКИЕ БЛЮДА

КРЕМЛИ ДИМЛАМА БЕХИ [Айва десертная]

Айву очищают от кожицы и вынимают сердцевину. Масло сливочное с медом взбивают до однородной массы и фаршируют этой смесью айву. Затем варят на пару 35—40 минут.

Потом охлаждают и кладут начинку, приготовленную из распаренного кишмиша и ядра ореха.

Из сливочного масла и сгущенного молока приготавливают крем, которым и отделяются охлажденную айву.

Айва: 550 г, масло сливочное 25 г, мед 25 г. Начинка: миндаль очищенный 90 г, кишмиш 50 г, сахар песок 5 г. Крем: молоко сгущенное 40 г, масло сливочное 50 г.

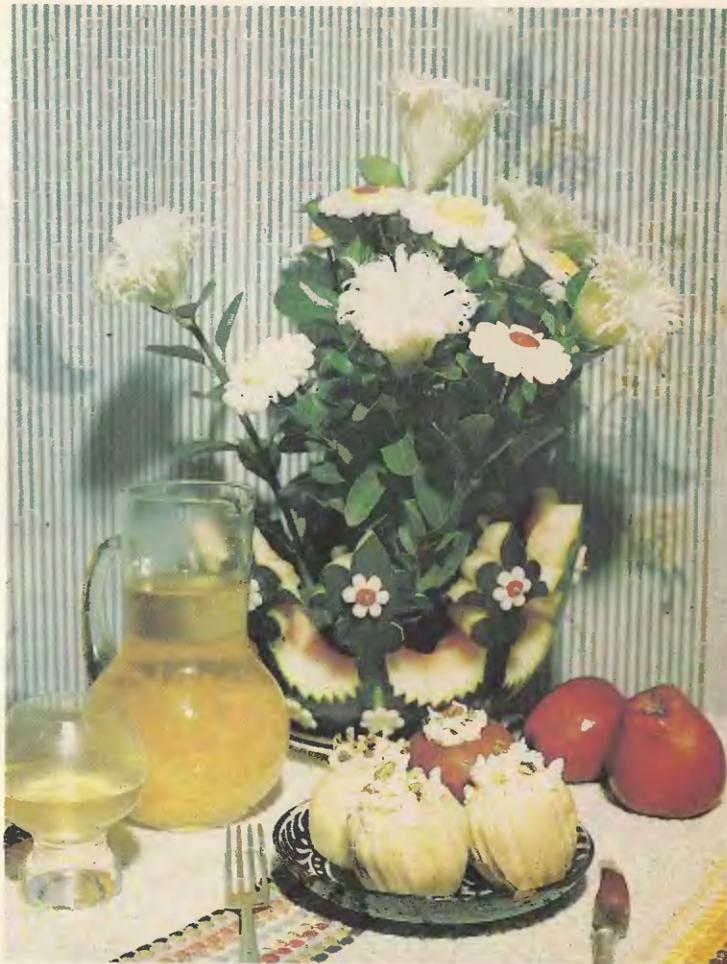
ШАРБАТЛИ ОЛМА [Яблоки с сиропом]

Яблоки очищают от кожицы, удаляют семенные гнезда, варят 6—8 минут в сахарном сиропе, подкисленном лимонной кислотой. Плоды вынимают, сироп процеживают, добавляют в него подготовленное виноградное вино, вновь заливают им плоды и охлаждают.

При подаче на стол поливают сиропом.

Быстро разваривающиеся сорта яблок не варят, а кладут в кипящий сироп, прекращают нагрев и оставляют в нем до охлаждения.

Яблоки 625 г, сахар 200 г, вода 275 г, кислота лимонная 0,5 г, вино виноградное 50 г.



ЧАК-ЧАК [Восточные сладости]

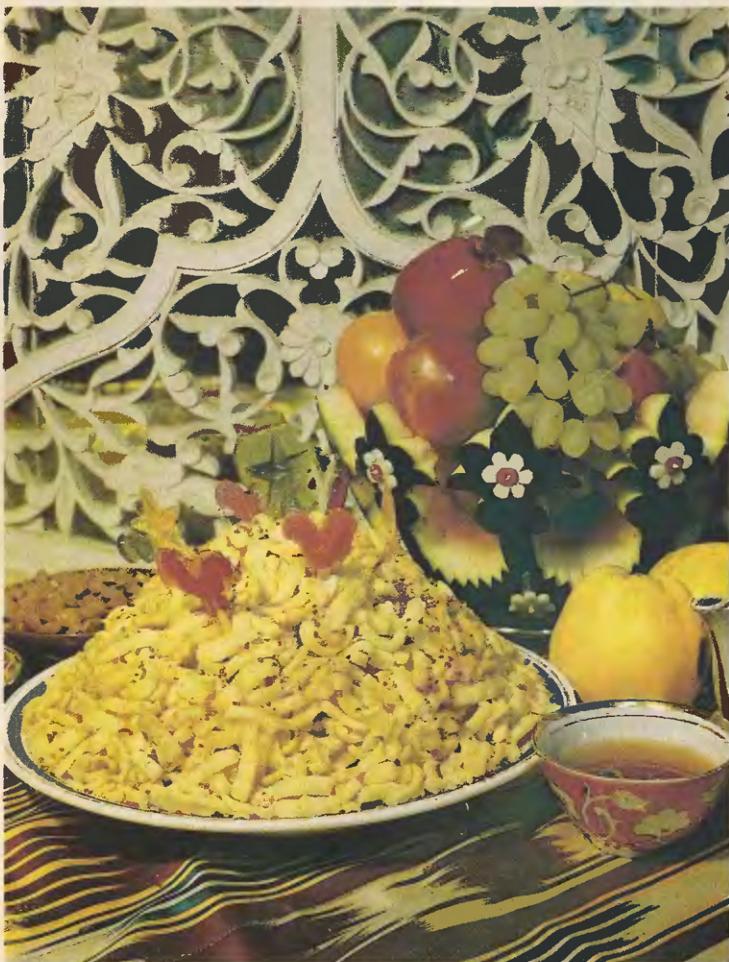
Из муки, яиц, соды (погашенной уксусом) и соли замешивают тесто и выдерживают 20—30 минут. Потом готовое тесто кладут на стол, посыпанный мукой, и раскатывают на пласт толщиной 2—3 мм, который разрезают на полоски шириной 2—2,5 см. Подготовленные полоски теста шинкуют соломкой и обжаривают во фритюре.

Мед уваривают с сахаром до пробы на средний шарик.

Обжаренное тесто выкладывают в широкую посуду и поливают горячим уваренным сиропом, энергично перемешивая.

Готовый чак-чак выкладывают на смоченный холодной водой поднос и придают разную форму — круглую, овальную, в виде пирамиды и т. д.

Мука пшеничная 350 г, яйца 7 шт., сода 0,5 г, уксус 9 %-ный — 5 г, соль 3 г, масло растительное для жарки 200 г, мед натуральный 360 г, сахар 100 г. на килограмм чак-чака.



ШАРК ШИРИНЛИКЛАРИ (Восточные сладости)

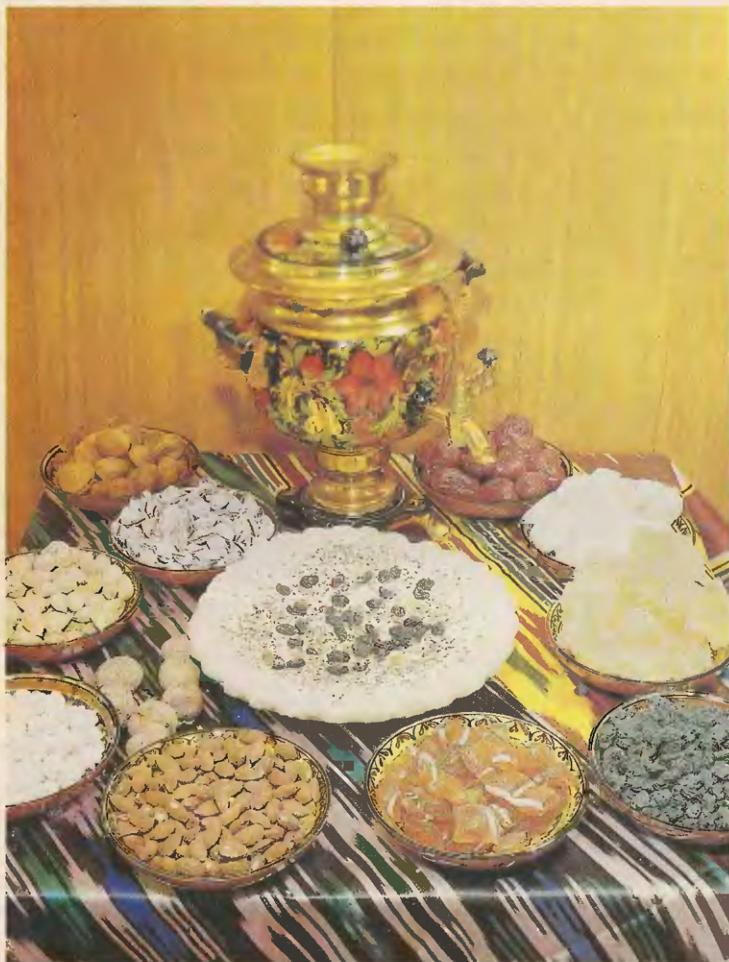
Замечательным украшением узбекского дастархана (стола) являются сладости, кондитерские изделия и сушёные фрукты.

По узбекскому национальному обычаям, гостям подают сладости до и после обеда, чем и завершается трапеза. Даже самый вкусный обед с тщательно продуманным меню будет неполным без сладостей.

Восточные сладости славятся своим внешним видом и высокими вкусовыми качествами.

Обязательно надо подавать на стол несколько видов сладостей — нишалду, халву, навват, парварду, бекмесы и т.д. Сушёные фрукты — урюк, кишмиш, фисташки, миндаль, джибу, орехи и т.д. И конечно, — чай, который в Узбекистане очень любят и ценят. Наслаждаясь чаем, надо помнить, что чёрный чай поднимает тонус, давление, повышает частоту пульса, зелёный — снижает давление, является хорошим желчегонным средством.

Вот уж действительно: чаю не попьешь — откуда силы возьмешь!



ТУЙ ХОЛВАСИ
[Свадебная халва]

Приготовление карамельного сиропа.

В варочный котел периодически загружают процеженный остаточный сироп и уваривают до достижения температуры кипения 130° — 132° . За 15 минут до конца уваривания вводят лимонную кислоту.

Приготовление пенообразной массы

Охлажденные до 1° — 2° яичные белки загружают в обивальный котел и взбивают, постепенно увеличивая частоту вращения до 240 — 230 об/мин в течение 15—20 минут.

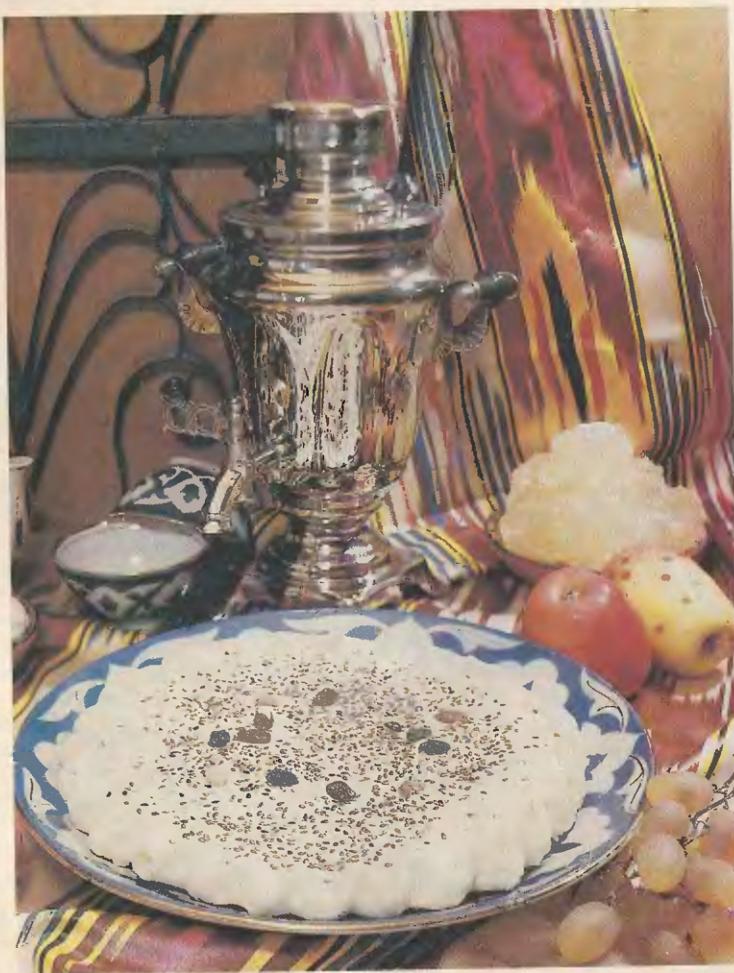
Во взбитые белки постепенно вливают отвар мыльного корня и продолжают взбивание 7—8 минут до получения устойчивой пены.

Соединение пенообразной массы с карамельным сиропом, получение сбитой массы.

В готовую пенообразную массу тонкой струй вливают охлажденный до $+100^{\circ}$ карамельный сироп при непрерывном взбивании до получения однородной массы.

Приготовление жиро-мучной смеси.

В котел заливают хлопковое масло и прокаливают, затем добавляют бараний жир и продолжают нагревание. После полного растворения твердого жира постепенно вводят муку и кунжут. Полученную смесь пассируют при постоянном перемешивании до образования коричневого цвета и свойственного аромата.



Охлажденную до 70—80° жиро-
мучную смесь перемешивают со
сбитой массой до получения одно-
родной консистенции и разливают в
подготовленную форму.

Сироп 750 г, мука 211 г, масло
растительное 127 г, бараний жир 84 г,
яичный белок 50 г, кунжут 50 г, лимонная
кислота 0,07 г, отвар мыльного
корня 10 г.

НИШОЛДА

{Национальная сладость}

«Нишолда» представляет собой
сахаристое изделие кремообразной
консистенции белого цвета.

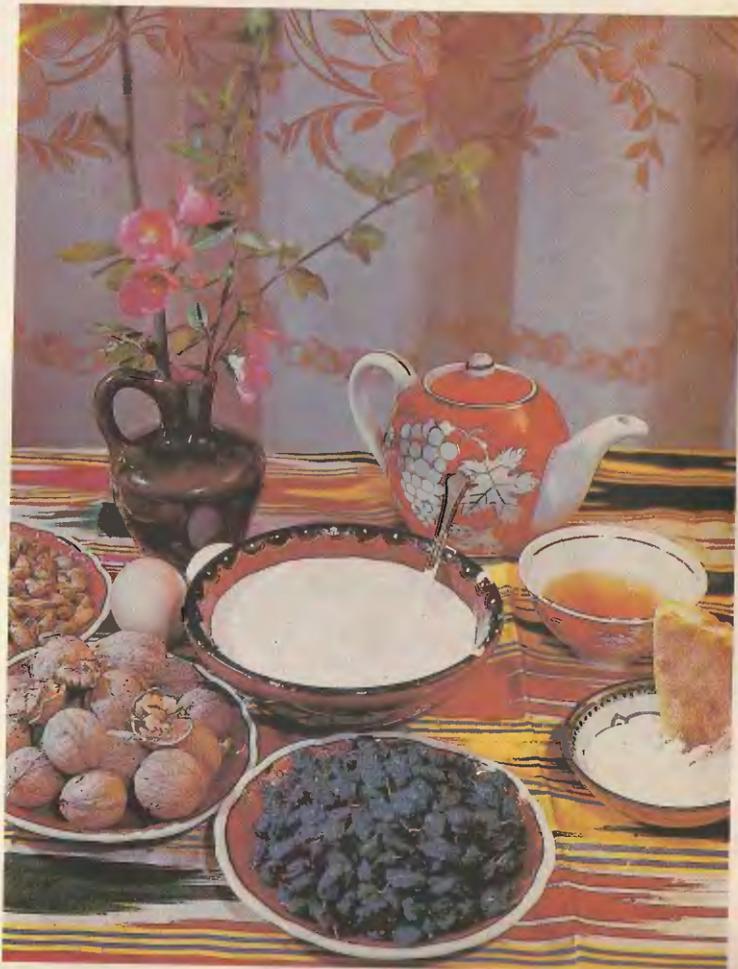
Сварить сахарный сироп и, сняв с
огня, дать остыть. Корни колючеч-
листика метельчатого (так назы-
ваемый етмак или бех) очистить, на-
резать на маленькие кусочки и по-
ложить в чайник, налить воды, прокипятить. Затем процедить через мар-
лю и сливь воду, немного охладить,
ввести яичные белки и взбить до об-
разования белой пены.

Затем белки смешать с приготов-
ленным сиропом, продолжать по-
мешивать до тех пор, пока не обра-
зуется густая белая тягучая сметано-
образная масса. При пробе ощу-
щаются кристаллы загустевшего са-
хара.

У хорошо взбитой нишолды си-
роп не должен отделяться от белой
пены и оседать на дно.

Для аромата в нишолду при взби-
тии можно добавить лимонную
кислоту и ванилин.

На 0,5 кг сахара — 0,5 л воды, на
кончике ножа — лимонную кислоту,
ванилин. Для пены — 2 яичных бел-
ка, 20 корней колючелистника.





СУМАЛАК

(Блюдо из проросшей пшеницы)

Это вкусное и, без преувеличения можно сказать, лечебное блюдо, напоминающее коричневого цвета мучную кашицу, готовили жители Средней Азии и более 3000 лет тому назад. И как правило варили сумалак весной, перед началом полевых работ, чтобы укрепить ослабленный от нехватки витаминов свой организм. Еще в 1936 году два немецких ученых Эмерсон и Эванс, занявшись исследованиями этого чудодейственного кушанья, раскрыли такие его свойства, которые превзошли все ожидания. В проросшей пшенице, из которой готовится сумалак, ученые обнаружили элемент, названный ими «токоферол», который растворяется в жирах, а при кипении до температуры 170 градусов не теряет своих питательных свойств. Оказывается, что сумалак обладает целебными

свойствами: лечит от гипертонии, улучшает состав крови, функции желудочно-кишечного тракта, нормализует сон. Не случайно служители культа исламской религии объявили сумалак священной пищей.

Для приготовления сумалак берется богарная или местный сорт пшеницы.

Перебрав зерно, необходимо вымыть в холодной воде, положить в фарфоровую посуду, налить воду так, чтобы она покрывала зерно, и оставить на 3 дня. За это время оно набухнет и прорастет. После этого нужно выпить воду, а зерно разложить толщиной 1—1,5 см на доску (дощечку) и закрыть сверху марлей. Затем доску нужно поставить на такое место, где светло, но чтобы не падали прямые солнечные лучи. В течение 3—4 дней ежедневно по разу надо брызгать водичкой, и оно прорастет, даст корни. Когда зеленые побеги достигнут высоты 5—

6 см, весь проросший участок надо порезать ножом на квадратики по 10×10 см и измельчить, а затем обмолотить в ступе или же пропустить через мясорубку. В полученную массу необходимо добавить немного воды, помешать и процедить через марлю. Полученную белого цвета жидкость (чуть жиже молока) отфильтровать в отдельную посуду. К оставшейся массе еще добавить воду; хорошо перемешав, получившуюся жидкость отфильтровать во 2-ю посуду. То же самое следует повторить и в 3-й раз. Отфильтровать в 3-ю посуду.

В кotle прокаливается растительное масло, остается примерно на 1 час для остывания. К остывшему маслу добавляется мука и сок из 1-й посуды. Чтобы не образовались комочки, необходимо постоянно перемешивать содержимое котла. Полученную в виде кашицы массу надо прокипятить и добавить сок из 2-й посуды. Как только кипение возобновится, следует налить в котел сок из 3-й посуды и продолжать кипятить, не прекращая при этом постоянно перемешивать деревянной ложкой. Чтобы сумалак не подгорел, на дно котла кладут гладкие камушки величиной с греческий орех. Естественно, их нужно заранее приготовить, то есть отобранные камушки хорошо отмыть и прокипятить. В момент приготовления сумалака они на дне котла сильно нагреваются и при перемешивании поднимаются наверх, образуют конвекционное движение, помогают быстрому приготовлению сумалака.

В сумалак можно добавить и вымытые греческие орехи.

Сумалак кипятят примерно 10—12 часов. Если вода в нем испарится и он очень загустеет, можно добавить немного кипятка и продолжать варить до полной готовности. Если начинать процесс приготовления полупродукта (то есть молоть, це-

дить, прокаливать масло и т. д.) с 10 часов утра, то в 12 часов можно начинать кипятить и это продолжается примерно до 24 часов. То есть время варки — 12 часов. Когда блюдо готово, снимают котёл с огня и его содержимое плотно закрывают чашкой или крышкой, укрывают теплым одеялом и оставляют так до утра. Только утром, на завтрак, подается сумалак в пиалах и касушках (в холодном виде).

По данному рецепту, увеличивая компоненты в нужном количестве, сумалак можно готовить в больших котлах для нескольких семей, например, для одной махалли.

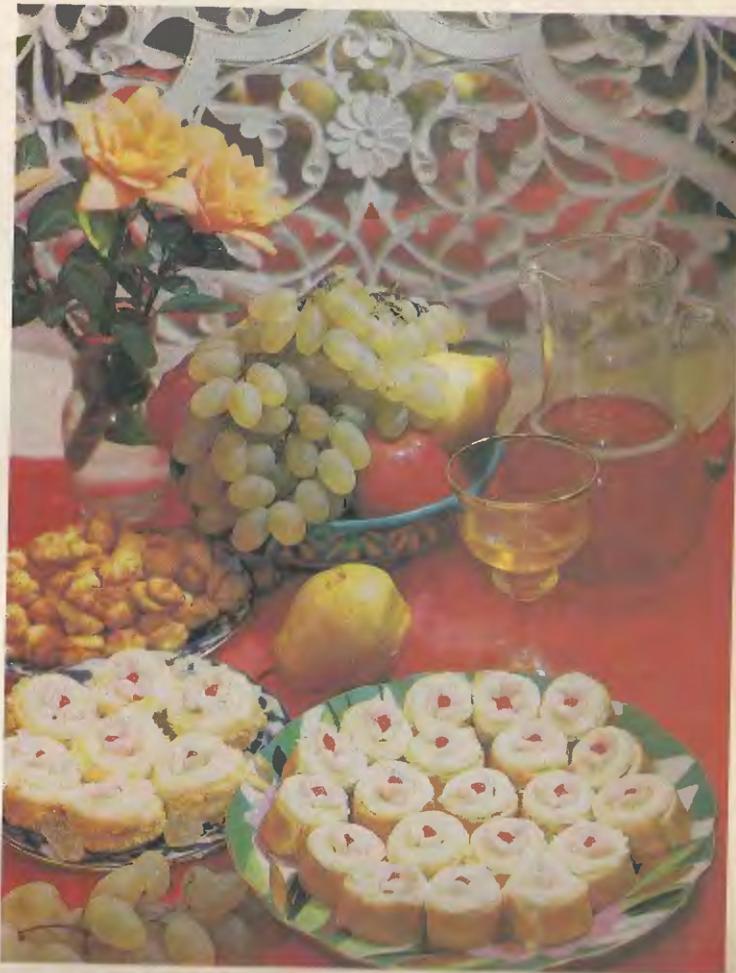
Для недельного употребления одной семье нужно: 0,5 кг зерна, 2 кг муки, 1 л хлопкового масла, 10—15 шт. гладких камушек или 10—12 шт. гречих орешек. Орешки потом вынимают, их ядра подают вместе с сумалаком.

ПИРОЖНОЕ «ПАРВОЗ».

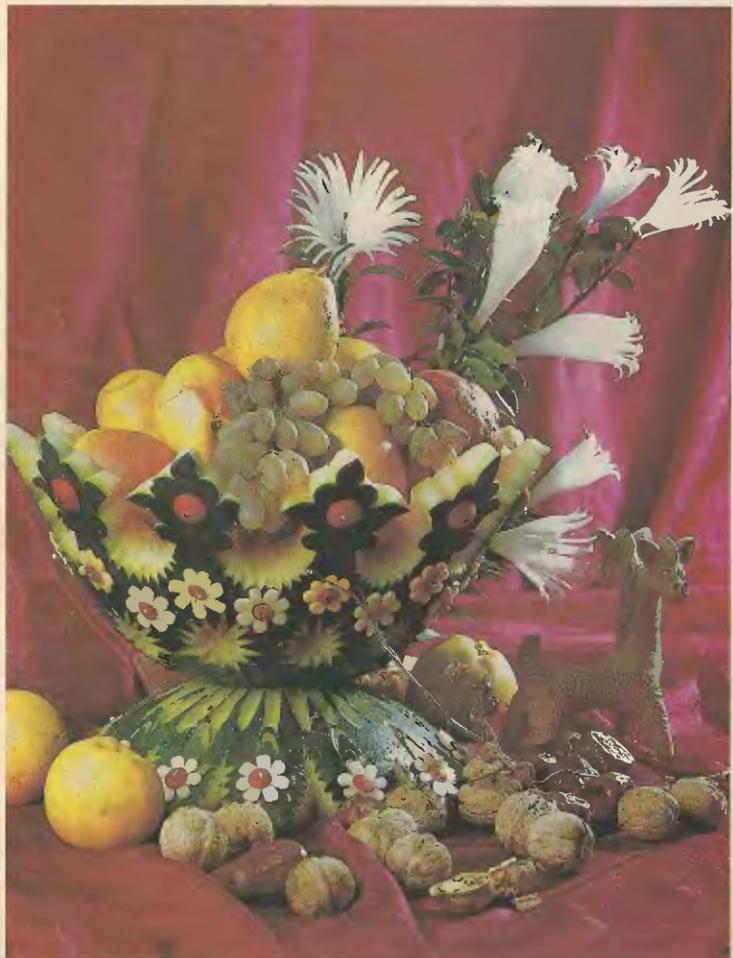
Яйца взбивают с сахаром до увеличения объема в 2,5—3 раза. Перед окончанием взбивания добавляют муку, смешанную с крахмалом, эссенцией и перемешивают до образования однородного типа. Готовое тесто отсаживают из кондитерского мешка с круглой трубочкой на кондитерские листы, застелленные бумагой. Выпекают при температуре 190—210°, выстаивают, снимают с бумаги.

Два слоя бисквитных лепешек промачивают сиропом, склеивают кремом. Поверхность украшают кремом и фруктовой начинкой.

Мука пшеничная 40 г, крахмал картофельный 10 г, сахар-песок 119 г, яйца 3 шт, масло сливочное 45 г, пудра ванильная 0,4 г, коньяк или вино десертное 3 г, эссенция 0,6 г, начинка фруктовая 8 г. На 20 пирожных.



СОДЕРЖАНИЕ



Введение

ХОЛОДНЫЕ БЛЮДА

Салат из редиски	3
Аччик-чучук	4
Салат из огурцов	4
Салат «Зеленый»	6
Салат «Ташкент»	6
Салат «Гулистан»	9
Салат «Коктейль»	9
Хасип	10
Калла-пачча	11
Кази	12
Чалоп	13
Ковурма балик	14

СУПЫ

Кайнатма шурва	14
Кифе шурва	16
Товук гушти угра оши	17
Мош угра	18
Бедана шурва	19
Шурвали чучвара	20
Дулмали шурва	21

БЛЮДА ИЗ КАРТОФЕЛЯ, ОВОЩЕЙ, КРУП, БОЕВЫХ И МЯСОПРОДУКТОВ, МУЧНЫЕ КУЛИНАРНЫЕ ИЗДЕЛИЯ

Коваток дулма	22
Карал дулма	23
Сабзавотли димлама	24
Тухум дулма	24
Ажабсанда	26
Димлама «Гулистан»	26
Дулмали бедана	28
Лангер «Ташкент»	29
Шовла	31
Мошкичири	31
Нухат шуррак	33

Палов	33
Девира палов	34
Коваток палов	35
Шодибек палови	36
Саримсок гизэли палов	37
Байрам палови	38
Туй палови	39
Нут палов	40
Барра кабоб	41
Думбали кийма кабоб	42
Жигар кабоб	42
Кесма лагмон	44
Чузма лагмон	45
Шима	46
Мамлар	47
Ковурма лагмон	48
Шилпидик	49
Чучвара	50
Ош кукатли чучвара	51
Ковурма чучвара	52
Гушти манти	53
Ошковокли манти	54
Норин	55
Урама, күштили	56
Сомса «Капак»	56
Сомса «Первоз»	59
Сомса «Пармуде»	59
Гуштили варики сомса	60
Уйбуручак сомса	61
Егли патир	62
Ширмой нон	63

СЛАДКИЕ БЛЮДА

Кремли димлама бехи	65
Шарбатли олма	65
Чак-чак	66
Шарк ширинликлари	67
Туй холваси	68
Нишнода	69
Сумалак	70
Пирожное «Первоз»	71



10 р.

Ш. Г. Салихов

БЛЮДА УЗБЕКСКОЙ КУХНИ

Альбом

Издательство ЦК Компартии Узбекистана
Ташкент — 1991

Ответственный за выпуск Б. У. Буриханов
Составитель Х. Исматов
Редактор Р. Б. Искандаров
Фото В. А. Клепко
Оформление художника Г. Г. Жирнова
Худ. редактор Г. П. Аксенов
Технический редактор Г. Г. Ломиворотова
Корректор Л. М. Русакова

Сдано в набор 29.10.90 г. Подписано в печать 20.09.91 г.
Формат 70×100/16, офсетная, четырехцветная. Гарнитура
«Гурзуфская». Бумага офсетная. Усл. печ. л.
7184,4 обл. Уч.-издат: г. 851. Заказ № 6089 Тираж 500000
(II зонд 200001—325000). Цена 10 руб

Оредж Трудового Красного Знамени типография изда-
тельства ЦК Компартии Узбекистана.
700083, Ташкент, ул. газеты «Гранада», 41

