СОДЕРЖАНИЕ

ВВЕДЕНИЕ 3

1. НАЦИОНАЛЬНАЯ КАЗАХСКАЯ КУХНЯ 6

1.1. Значение национальной казахской кухни 6

1.2. Особенности приготовления и хранения 12

1.3. Набор витаминов в национальной казахской кухне 15

2. ТЕХНОЛОГИЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ КАЗАХСКИХ БЛЮД 17

2.1.Технологические карты блюд 17

2.2. Алгоритмы приготовления блюд 19

ЗАКЛЮЧЕНИЕ 40

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ 42

ВВЕДЕНИЕ

*Каждый казах независимо от места*

*проживания должен знать язык и*

*традиции своего народа.*

Нурсултан Назарбаев,

Президент республики Казахстан

Сегодня на территории России проживает более миллиона этнических казахов. Большая их часть сосредоточена в регионах, граничащих с Казахстаном. Понятие «диаспора» применимо к ним с оговорками: в большинстве своем это потомки казахов, традиционно населявших эти земли. На Урале казахи проживали преимущественно в Оренбургской области, поволжские казахи расселились в 18 веке в Нижнем Поволжье. В южной части Алтая в результате частичного переселения казахов в конце 19 - начале 20 века появился казахский этнический анклав. 30 тысяч казахов проживает в Москве и Санкт-Петербурге.

Многонациональная Астраханская область всегда умела находить общий язык со своими ближайшими соседями. Для современной России это умение стало еще и политически важным, так как зачастую российскую делегацию в странах-соседях представляют политики, бизнесмены и ученые Астраханской области.

Наряду с этим, актуальным является вопрос о казахских традициях, особенностях национальной казахской кухни, значении национальной казахской кухни.

Прочно сохраняются национальные особенности и традиции в казахской национальной кухне. Основу ее издавна составляют продукты животноводства – мясо и молоко. Позже, с развитием земледелия, казахи стали употреблять мучные продукты.

Вся казахская кухня в течение длительного периода строилась на использовании мяса и молока. Конина и баранина, кобылье, овечье, коровье и верблюжье молоко и продукты их переработки (скороспелые творожные сыры, кумыс).

Развитие казахской кулинарии шло в направлении разработки таких полуфабрикатов из мяса и молока, которые могли бы сохраниться долгое время в условиях кочевья и в то же время были вкусны и не приедались при частом употреблении.

Так возникло и получило развитие изготовление копчёных, солёно-копчёных и копчёно-варёных полуфабрикатов из различных частей конины (конских колбас), жаренных из баранины и бараньего ливера. Значительное распространение получило изготовление кисломолочных полуфабрикатов и продуктов – кумыса, скороспелых сыров, курта, сарысу. Они не только лёгкие, транспортабельные и непортящиеся при длительных перевозках, но и удобны для употребления в холодном виде.

Продукты земледелия поздно вошли в казахское меню. Первым зерном, ставшим известным казахам и занявшим основное место в их кухне как национальный злак, было просо. Затем появились другие продукты земледелия – главным образом зерно (пшеница, рожь) и мука из него.

Так, к концу XIX – началу XX в. сложилась характерная особенность казахской кухни и казахского национального стола – преобладание мясных и мучных изделий и сочетаний из мяса и муки в основных национальных блюдах, классическим примером которых является мясо по-казахски. В то же время употребление различных продуктов переработки кобыльего и овечьего молока – кумыса, курта, айрана, сарысу и иримшика – несколько отошло на второй план.

Казахская кухня развивалась не изолированно, многое было заимствовано у соседних народов Средней Азии – узбеков, таджиков, дунган, уйгуров. Эта заимствования касались в первую очередь приготовления жареных мясных блюд (с использованием масла) и более сложных мясо-мучных изделий (самсы, мантов), а также употребления отдельных продуктов (чая, фруктов, бахчёвых культур), которые стали шире использоваться в рационе казахов. Из русской кухни в XX в. было заимствовано казахами повседневное употребление овощей (особенно картофеля, моркови, огурцов, редьки, чаще всего используемых в виде салатов), а также использование яиц и мяса кур, которые с развитием птицеводства на базе зернового хозяйства стали традиционными продуктами в казахской кухне.

Однако ни технологические заимствования, ни расширения ассортимента продуктов в принципе не изменили основных национальных особенностей казахской кухни, её специфики, а только сделали её более разнообразной.

# НАЦИОНАЛЬНАЯ КАЗАХСКАЯ КУХНЯ

## 1.1. Значение национальной казахской кухни

Исстари казахская кулинария отличалась своеобразной технологией. Особенность жизненного уклада казахского народа наложила отпечаток на способы приготовления пищи. В традиционной казахской кухне предпочтение всегда отдавалось варке. Именно этот процесс позволяет получать мягкие и нежные вкусовые оттенки мяса, придает ему сочность и аромат.

Большое место отводилось заготовке и длительному хранению продуктов. Во время забоя скота часть мяса заготавливали впрок, для чего его солили, вялили, иногда коптили, деликатесные изделия готовили в основном из конского мяса - казы, шужук, жал, жая, карта и др.

Широко использовались молоко и молочные продукты. Предпочтение отдавалось кисломолочной продукции, так как ее проще и легче было сохранять в условиях кочевой жизни.

Хлеб чаще всего выпекался в виде лепешек, из печеных изделий наибольшей популярностью пользовались и пользуются баурсаки.

Из напитков всегда любимыми были кумыс, шубат и айран, особое место занимал чай.

Древняя посудная утварь делалась из кожи, дерева, керамики, в каждой семье был чугунный казан, где готовилась пища. Чай кипятили в чугунных кувшинах, позднее - в самоварах.

Для казахской кухни характерны такие блюда, которые по своей консистенции занимают как бы промежуточное положение между супами и вторыми блюдами. Таково национальное блюдо мясо по-казахски. В состав его входит много мяса, теста и относительно небольшое количество крепкого, концентрированного, жирного бульона. Другая характерная особенность казахской кухни – широкое использование субпродуктов (лёгких, печени, почек, мозгов, языка). В то же время такие части мяса, как седло (задняя часть), приготавливают в чистом виде, почти исключительно посредством запекания (в прошлом – в углях).

Национальным видом мяса у казахов следует считать конину, хотя ныне её употребляют реже, чем баранину и даже говядину. Именно из конины создают такие характерные для казахской кухни национальные изделия, как козы, карта, шужук и др. Названия большинства мясных блюд связаны не с составом сырья или способом приготовления, а с наименованием частей, на которые в соответствии с национальными традициями разделывают конскую тушу. Таковы кабырга, тостик, жанбаз, жал, жая, казы, сур-ет, бельдеме и др. Разнообразные лепёшки носят название нан (хлеб) и различаются по форме и виду посуды, в которой их выпекают: казах жанпай нан (лепёшка по размеру котла), таба-нан (от сковородки таба).

Современный казахский стол, конечно не ограничивается одними блюдами национальной кухни. Он значительно разнообразнее по составу продуктов, поскольку наряду с мясом включает в себя рыбу, овощи, различные крупы, фрукты, консервированные продукты.

Казахская кулинария славится своеобразной мягкостью и нежностью вкусовых оттенков. Она строго дозирует специи, отличается длительностью процесса варки при слабом кипении, что придаёт продукту особую сочность и мягкость.

Первые блюда в казахской национальной кухне готовят в основном на мясном бульоне с добавлением различных продуктов, а также на разведённом цельном и кислом молоке. Широко используется баранина, говядина, конина и верблюжатина, а также кости этих животных, за исключением конины, так как бульон при этом приобретает неприятный вкус и запах. Рыба для приготовления первых блюд используется ограниченно – в основном для холодных супов. Гарнирами к супам служат домашняя лапша, салма, клецки. Особенность приготовления первых блюд по-казахски – прожаривание круп со сливочным маслом или маргарином. Такая обработка повышает способность круп к быстрой проварки и улучшает их вкусовые качества.

Вторые блюда готовят в основном из различных мясопродуктов (баранина, говядина, конина, верблюжатина, мясо сайги, птица). При этом их комбинируют с овощами, крупами, изделиями из муки или употребляют в натуральном виде – в виде шашлыков. Некоторые вторые блюда готовят из рыбы, овощей.

Изделия из муки занимают большое место в казахской национальной кухне. При этом они могут составлять в одних случаях основу того или иного блюда, в других могут быть лишь кулинарным дополнением к мясу. Для их приготовления используют муку высших сортов.

Из конины, как уже говорилось, вырабатывают очень вкусные традиционные казахские блюда – казы, шужук, жая, жал, карта, сур-ет. Для их выработки используют охлаждённое или размороженное мясо, необезжиренные прямые кишки и кишки толстого отдела, подкожный или внутренний жир, курдючное сало, поваренную соль, сахар-песок, перец чёрный, кишечные оболочки и шпагат.

Сладкие блюда обыкновенно завершают обед, ужин или завтрак. Ассортимент сладких блюд весьма разнообразен, но казахские национальные сладкие блюда имеют свою древнюю историю и свои пищевые и вкусовые особенности.

Богат казахский дастархан горячими и холодными напитками: чай, кок-шай, шекер-шай, суык-шай, прохладительные напитки «Шие», «Сайран», «Урик», «Алма», «Иссык». Особенно почитается чай. Этот напиток приготавливают с особым старанием и любовью.

Мучные кондитерские изделия издавна употреблялись в казахской кулинарии. Их, как правило, готовят с добавлением в муку молока, сметаны, катыка, жира, яиц, сахара, воды, ароматических и красящих веществ, это придаёт им высокую пищевую и вкусовую ценность, а также калорийность.

Блюда старины многими любимы до сих пор и часто на столе они соседствуют с современными. Это сузбе, жент, кымран, уыз, казы из рыбы, коже из пшеницы, умаш с яйцом, комбе, карын комбе, жау-жумур, ежегей и др.

История употребления в пищу конского мяса исчисляется тысячелетиями. Дикая лошадь наряду с другими животными являлась предметом охоты первобытного человека, и была одомашнена, по мнению ряда ученых, именно как мясное животное. Конина и кобылье молоко упоминаются как ценные продукты питания в трудах великих мыслителей древности – Геродота, Страбона и Абу Али Ибн Сины. Народы Востока исторически предпочитали конину говядине и баранине, а до принятого в I веке нашей эры церковного запрета, предписывающего христианам не употреблять конское мясо, конину ели и славяне. Кстати, запрет этот был вызван экономической целесообразностью: с расширением торговых связей, развитием земледелия и созданием конных армий, лошадям стали отводиться три основные роли – тягловая, рабочая и военная. Во второй половине XIX века, когда появились механизированные транспортные средства и сельскохозяйственные машины, запрет на употребление конины был снят (в Австрии – в 1854 году, во Франции – в 1866-м, в России – в 1867-м, в Германии – в 1879-м, в Англии – в 1883 году).

У кочевых народов Востока мясное и молочное коневодство развивалось на протяжении всех этих веков. Огромные массивы пастбищ и возможность круглогодичного табунного содержания лошадей на подножном корму способствовали этому, и традиционно конина преобладала в питании кочевников.

В Казахстане вывели такие новые мясомолочные породы, как кушумская и мугалжарская. Целью селекционеров было создать породы, которые бы обладали такой же неприхотливостью, крепким здоровьем и приспособляемостью к любым климатическим условиям, как казахская лошадь типа джабе, но при этом имели большую массу тела. Содержание лошадок джабе не требует затрат на строительство конюшен и заготовку кормов, так как эти животные круглый год питаются подножным кормом, но весит кобыла джабе не более 370 килограммов. Вес выведенных казахстанскими коневодами мугалжарских кобыл 520–540 кг. Сегодня после джабе это самая распространенная порода в Казахстане. На нее приходится около 30 процентов всего поголовья, а встретить лошадей мугалжарской породы можно практически по всему Казахстану: от знойных приаральских пустынь до высокогорья Восточного Казахстана.

Сейчас, когда более 80 процентов лошадей находится на подворьях, вести селекционно-племенную работу сложно. Коневоды предлагают фермерам собираться в кооперативы, а сельским акиматам закупать племенных жеребцов-производителей и выдавать их в аренду тем, кто занимается мясо-молочным коневодством и хочет улучшать породу. Но пока никаких конкретных шагов в этом направлении не предпринимается.

Большинство сходится на том, что самое вкусное мясо в северо-восточных и центральных регионах страны. На сегодняшний день килограмм конины на городских базарах стоит около 480–550 тенге, казы – 650–700, карта – 800 тенге. По сравнению с прошлым годом цены поднялись. Так, если осенью 2002-го под Алматы можно было приобрести лошадь на согым за 60 тысяч тенге, то в этом году перекупщики просят уже 80–120 тысяч за лошадь (в зависимости от веса). Непосредственно у фермеров можно приобрести согым за 70–90 тысяч тенге. В прошлые годы некоторые казахстанцы ездили за согымом в Киргизию, где цены были гораздо ниже. Но весной этого года наши соотечественники, отправившиеся за кониной к соседям, обнаружили там почти такие же цены, как и у нас. Оказывается, киргизские торговцы быстро приспособились и, видя, что покупатель прибыл из Казахстана, начинают "ломить цены", чего не могут позволить себе, продавая мясо местным жителям, покупательная способность которых ниже.

После эпидемий ящура и "коровьего бешенства" популярность конины в европейских странах растет. Во Франции, жители которой и раньше употребляли конину как деликатес, потребление этого мяса увеличилось более чем на 60 процентов. В Италии, где из школьных меню решили убрать говядину, подумывают, а не заменить ли ее кониной. Крупнейший в Европе швейцарский мясной концерн "Транскарна" собирается закупать конину в башкирском Зауралье и планирует поставить туда необходимое оборудование для первичной обработки мяса.

Конину продают в Германии, и стоит она там недешево – около 23 евро за килограмм. Хотя, по рассказам казахстанских дипломатов, работавших в Германии, вкус ее весьма отличается он нашей отечественной. Во время вспышек эпидемии ящура посольские работники ездили за кониной в Венгрию, где лошадей выращивают на пастбищах, в какой-то степени схожих с казахстанскими, благодаря чему мясо по вкусовым качествам приближено к нашей конине. Купленную конину распределяли между посольствами Казахстана в Европе, и жены дипломатов набивали казы на балконах своих домов, а специфический аромат растекался по близлежащим кварталам.

Многие россияне не прочь полакомиться казы, которые они называют конской колбасой. Ну а для тех, кто утверждает, что конину никогда не ел и есть не будет, можем сказать, что с большой долей вероятности это заявление не соответствует действительности. Дело в том, что практически все сырокопченые колбасы изготовляются с применением конины. Специалисты считают, что невкусная получается колбаска без конского мяса.

Оценить реальные объемы производимой и потребляемой в Казахстане конины не берутся даже специалисты. Очень много неучтенных и бартерных сделок осуществляется на рынке, кроме того, налог фермеры платят с каждой конкретной лошади, а потому частенько не показывают реальную численность животных в своих табунах и на подворьях. Согласно официальным статистическим данным, в год в Казахстане производится около 50 тысяч тонн конины, но специалисты полагают, что настоящая цифра как минимум в два-три раза больше.

Еще невероятнее звучат официальные данные о количестве потребления конины в Казахстане на душу населения. Согласно им, средний казахстанец съедает в год всего 4 килограмма конины. Между тем традиционно казахские семьи, причем не только сельские, но и многие городские, делают согым, то есть в период с конца октября по начало декабря покупают или режут (если сами разводят лошадей) нагулявшую жирок лошадь и тем самым до весны обеспечивают себя мясом. Большая и состоятельная семья покупает целую лошадь, а это около 200 кг и больше, семьи поменьше могут обойтись половиной. И это только на зиму до весны, а ведь большинство семей конину и деликатесные изделия из нее едят круглый год. Кроме того, казы, жая и другими конскими деликатесами с большим удовольствием лакомятся практически все казахстанцы, вне зависимости от национальности. Так что четыре килограмма конины в год на среднего казахстанца – цифра похоже, взятая, как говорится, с потолка.

Несмотря на то, что конина для казахстанцев не является сегодня продуктом дефицитным, как утверждают специалисты, на рынке существует огромный спрос на конское мясо, который значительно превышает предложение. Потребители его особо не ощущают, но для промышленного производства существующих объемов не хватает. Наладить выпуск изделий из конины, которые сегодня пользуются большим спросом, хотели бы и некоторые другие фирмы, но их останавливает отсутствие достаточного количества постоянных поставщиков, которые могли бы регулярно обеспечивать их мясом стабильного качества.

Словом, потенциал рынка высок. И казахстанское табунное мясное коневодство становится все более "товарным" и прибыльным.

Из зерновых культур казахская кулинария отдает предпочтение пшенице и просу. Своеобразная технология приготовления молочных и крупяных блюд обеспечивает их неповторимый вкус и оригинальный ассортимент, не встречающийся в кухнях других народов.

## 1.2. Особенности приготовления и хранения

Национальными считаются блюда: бешбармак, баурсак, казы и напитки из молока: айран, кумыс, шубат.

Летом почти в каждой семье готовят айран – кислое молоко, разбавленное водой. Его пьют как прохладительный напиток, или заправляют различные крупяные похлебки. Из айрана делают курт и иримшик. Курт – это творог, скатанный в колобки и высушенный на солнце, а иримшик – жирный рассыпчатый творог.

Казахи любят крепкий чай, который пьют в любое время года. В чай обычно добавляют молоко со сливками. За чаем издавна обсуждались вопросы как семейной, так и государственной важности. Излюбленный напиток и кумыс – особым способом заквашенное кобылье молоко, известное своими лечебными свойствами. Из верблюжьего молока подобным же образом делают шубат[[1]](#footnote-1).

Зимой у казахов преобладает мясная пища. Из мясных блюд наиболее распространен бешбармак – сваренные в бульоне баранина и куски раскатанного теста. Бешбармак в переводе означает «пять пальцев». Это кушанье называется так, потому что его принято есть руками. Большое блюдо с бешбармаком ставят на середину стола. Мясо подают с костями. Каждому гостю дают определенный кусок мяса. Голова животного преподносится самому почетному гостю. Бешбармак запивают сорпой – крепким бульоном, который подается в больших пиалах.

Кроме бешбармака казахи готовят куырдак – жаркое из печени, легкого и мяса с картошкой.

Из конины, например, делают казы и шужук – очень вкусные сырокопченые колбасы.

Казахи часто готовят баурсаки – кусочки кислого теста, варенные в сале. Их подают к чаю. Казахи шутят: «Утром пьем чай с баурсаком, в обед пьем чай с куырдаком, вечером пьем чай с бешбармаком».

Самые любимые казахстанцами блюда из конины это традиционные бесбармак, казы, жал, жая, карта, сурет, шужук. Рецепты их изготовления пришли к нам от предков из глубины веков. Но далеко не все знают, что названия многих этих национальных казахских блюд запатентованы вовсе не на родине, а во Франции. Еще в начале века их запатентовали состоятельные казахи, эмигрировавшие туда во время революции.

На казы традиционно идет грудореберная часть, где у лошади образуются обильные жировые отложения толщиной до 5 сантиметров. Классическое казы делается прямо с ребрами: 24 ребра – 24 казы с одной лошади. Когда казы хотят подать на стол в качестве холодной закуски, нарезанной кружочками, кость из горячего изделия вынимают. Кстати, так проверяется и готовность деликатеса при варке. На городских базарах и в кулинариях, как правило, предлагается несколько рафинированное казы, то есть без кости. В большинстве случаев это не означает, что деликатес не настоящий или неправильно приготовлен, просто горожане предпочитают казы именно в качестве закуски, и им удобнее приобретать изделие без ребра. В Мангыстауской и Атырауской областях готовят и так называемое казы-ассорти: кроме конского мяса в деликатес добавляют полоски свежей осетрины. Те, кому доводилось пробовать, уверяют, что пальчики оближешь!

Жая – это копченый жир с подгривной части шеи. На жая же идут наиболее ценные отрубы конины в области крупа, мышцы верхней части бедра с прирезью жира толщиной 5–6 сантиметров. Жая принято дарить самым почетным и уважаемым гостям. Изысканный национальный деликатес карта готовят из не обезжиренной прямой кишки толстого отдела кишечника. Как говорят знатоки, главное – хорошо ее промыть, а затем можно использовать в свежем виде при изготовлении мяса по-казахски или в копчено-вареном, как холодную закуску. Шужук готовят из мяса и жира в соотношении 1:1, набивая им тонкие кишки лошади. Сурет делают из лопатки с подплечным краем.

Мучные изделия издавна занимали значительное место в казахской кухне. Казахские национальные мучные изделия и сладости готовятся из муки высшего или первого сорта с добавлением молока, дрожжей, сметаны, яиц, жиров, орехов, меда, сахара, воды и соли.

Очень важно соблюдать технологию приготовления, дозировку продуктов в рецептуре, температуру и время выпечки.

Все виды мучных и сладких изделий очень калорийны и легкоусвояемы, поэтому тем, кто склонен к полноте, употреблять их следует ограниченно.

## 1.3. Набор витаминов в национальной казахской кухне

Сегодня, когда в мире много говорится о натуральных и генетически измененных продуктах, об экологически чистом мясе и мясе животных, выращенных на кормах с искусственными добавками, о пище, вредной для здоровья и, напротив, способной защитить человеческий организм от всевозможных недугов, конина предстает перед нами в новом, безусловно, очень выгодном свете. Лошади выращиваются в Казахстане на натуральном подножном корме, и им в отличие от европейских коров не грозит ящур или нечто типа "коровьего бешенства", причиной которого, по мнению ученых, стал корм с добавками муки из овечьих костей.

Конина является легкоусвояемым диетическим мясом, содержащим большое количество полноценного белка, оптимально сбалансированного по аминокислотному составу. Если говядина полностью переваривается в человеческом организме за 24 часа, то конина всего за 3. Конский жир занимает промежуточное положение между животными и растительными жирами и обладает желчегонным действием. Конина понижает содержание в крови холестерина, выступает прекрасным регулятором обмена веществ, применяется при диетотерапии ожирения и поставляет в организм ряд необходимых микроэлементов, витаминов, незаменимых жиров. Конину наделяют способностью приумножить мужскую силу (говорят, особенно полезна шкурка от казы) и нейтрализовать вредное влияние радиации.

О пользе конского мяса написаны многостраничные труды, и рассказать обо всех его достоинствах с точки зрения медицины не представляется возможным. Но одна из самых поразительных вещей заключается в том, что при всех своих полезных качествах правильно приготовленная конина и особенно деликатесы из нее еще и изумительно вкусны. Поедая ароматное мясо и получая истинное гастрономическое удовольствие от процесса, гурманы могут еще и испытывать удовлетворение от осознания того, что попутно оздоровляют свой организм.

Для того, чтобы вкусно приготовить конину, достаточно соли, и, скажем, если речь идет о казы, не помешают перец и чеснок. Конина вкусна сама по себе, главное, чтобы мясо было от молодого животного (лошадь 2–3 лет подходит практически идеально) и соблюдалась традиционная технология в выборе той или иной части туши.

На данном этапе проблем с приобретением конских деликатесов и конины нет, зато иногда возникают проблемы с их качеством. В Алматы, например, перекупщики приобретают у фермеров лошадей, и в течение 45 дней откармливают их отходами пивного и водочного производства (остатки после брожения). Стоит такой корм очень дешево (2–3 тенге за литр так называемой "пивной бурды"), кроме того, лошади в состоянии легкого опьянения едят все подряд и много, в результате чего быстро набирают в весе. Мясо при этом имеет вполне товарный вид: светлого оттенка, с белым прозрачным жиром. Вкус же его, как несложно догадаться, далек от мяса, полученного от лошадей, естественно вскормленных на выгуле.

Вообще неискушенный потребитель часто полагает, что цвет конского жира зависит от возраста лошади. На самом деле, прежде всего на него влияет то, чем лошадь питалась. Так, в предгорьях Заилийского Алатау сочное разнотравье, и жир у местных лошадей белый. То же самое можно сказать про мясо из Кокчетавской области. Степное же мясо, например, из Семипалатинской области имеет более темный цвет и желтый жир, но при этом знатоки считают его очень вкусным.

Молочные и крупяные блюда занимают значительное место в казахской национальной кухне. В молоке содержатся все необходимые организму пищевые вещества - жиры, белки, углеводы, минеральные соли, витамины. В традиционной кухне молоко довольно редко использовалось в сыром виде, в основном из него изготавливались различные кисломолочные продукты. Слабое брожение предусмотрено и в отдельных молочно-крупяных блюдах.

# 2. ТЕХНОЛОГИЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ КАЗАХСКИХ БЛЮД

## 

## 2.1.Технологические карты блюд

**Кайнары**

**Блюдо:** Мучные кулинарные изделия

**Суммарный вес:** 240.7 г

**Продуктовый состав:**

| Название | Количество | Единица | Обработка |
| --- | --- | --- | --- |
| пшеничная мука, высшего сорта | 80.0 | грамм | порционирование, жарка |
| вода | 55.0 | грамм | порционирование |
| дрожжи | 2.0 | грамм | порционирование |
| сахар | 2.0 | грамм | порционирование |
| соль поваренная | 3.0 | грамм | порционирование |
| говядина, 1 категория | 110.0 | грамм | холодная обработка, жарка котлет |
| лук репчатый | 24.0 | грамм | холодная обработка, жарка |
| перец молотый черный | 0.5 | грамм | порционирование |
| подсолнечное масло | 17.0 | грамм | порционирование |

**Способ приготовления:**

Готовое дрожжевое тесто, приготовленное опарным или безопарным способом, разделывают на лепешки массой 40 г, на середину лепешки кладут 48 г фарша, придают изделиям круглую форму, при этом края защипывают так, чтобы фарш был виден. Для фарша мясо пропускают через мясорубку с крупной решеткой, добавляют мелко рубленный репчатый лук, соль, перец, воду, перемешивают до однородной консистенции. Беляши укладывают на сковороду с раскаленным до температуры 180- 190° С жиром отверстием вниз, жарят с обеих сторон до готовности. Подают по 3 шт. на порцию. Можно отпускать беляши поштучно.

**Питательные вещества, витамины, микроэлементы на 100 г:**

Калорийность: 260.6 *ккал*

Вода: 78.7 *г*

Белки: 14.6 *г*

Жиры: 14.7 *г*

Углеводы: 18.7 *г*

Фаршированная курица

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование продуктов | Норма продуктов на порцию | | Расчет количества порции | | | | | |
| Брутто | Нетто | 10 | 20 | 30 | 50 | 60 | 100 |
| Количество продукции (нетто) кг | | | | | |
| Курица | 94 | 45 | 450 | 900 | 1350 | 2250 | 2700 | 4500 |
| Баранина | 110 | 79 | 790 | 1580 | 2370 | 3950 | 4740 | 7900 |
| Изюм | 10 | 10 | 100 | 200 | 300 | 500 | 600 | 1000 |
| Лук репчатый | 5 | 5 | 50 | 100 | 150 | 250 | 300 | 500 |
| Рис | 38 | 38 | 380 | 760 | 1140 | 1900 | 2280 | 3800 |
| Масло слив | 7 | 7 | 70 | 140 | 210 | 350 | 420 | 700 |
| Яйцо | 1 шт | 40 | 400 | 800 | 1200 | 2000 | 24000 | 40000 |
| Молоко | 35 | 35 | 350 | 700 | 1050 | 1750 | 2135 | 3500 |
| Соль, перец, корица | 0,01 | 0,01 | 0,1 | 0,2 | 0,3 | 0,5 | 0,6 | 1 |
| Масса готовой  фаршированной курицы | - | 75 |
| Выход | - | 150 |

|  |
| --- |
| Овощи |

|  |
| --- |
| Бульон процеженный |

|  |
| --- |
| Мойка |

|  |
| --- |
| Шинковка |

|  |
| --- |
| Доведение до кипения |

|  |
| --- |
| Тушение 40-50 мин. |

|  |
| --- |
| Шинкование |

|  |
| --- |
| Варка 10-15 мин. |

|  |
| --- |
| Специи |

|  |
| --- |
| Коренья |

|  |
| --- |
| Доведение до вкуса |

|  |
| --- |
| Мясо вареное |

|  |
| --- |
| Сметана |

|  |
| --- |
| Оформление блюда |

|  |
| --- |
| Измельченная зелень |

2.2. Алгоритмы приготовления блюд

**КУЫРДАК (КАЗАХСКАЯ ПОДЖАРКА)**

Нашинкованный репчатый лук и субпродукты (легкое, печень и сердце), нарезанные мелкими кусочками, обжарить с курдючным салом. Добавить немного бульона, соль, перец и тушить до готовности.

Это блюдо можно готовить также из говядины, баранины или конины.

Легкое 170, печень (говяжья) 110, сердце 60, сало курдючное 90, лук репчатый 40, перш 0,5.

**КУЙРЫК-БАУР (ПЕЧЕНКА С КУРДЮЧНЫМ САЛОМ)**

Курдючное сало разрезать на большие куски, положить в кастрюлю, залить холодной водой, дать быстро закипеть и варить 15 ми-пут при слабом кипении. Затем положить печенку, добавить соль, перец и варить до готовности, после чего печенку и сало охладить и нарезать тонкими ломтиками. На каждый ломтик печенки положить кусочек курдючного сала. Гарнир — помидоры, огурцы, горошек и лук. Подать, посыпав зеленью.

Печенка 145, сало курдючное 50, зеленый горошек 25, огурцы соленые 30, помидоры 30, лук зеленый 10, перец 0,05, зелень.

**САЛАТ ПО-КАЗАХСКИ**

Жареное мясо, вареные картофель и морковь, огурцы, очищенные от кожицы, и свежие яблоки нарезать тонкими ломтиками, добавить зеленый горошек и все перемешать, затем посыпать перцем, заправить сметаной и соусом майонез. Заправленный салат положить в салатник, украсить кусочками мяса, яблок, омлетом и зеленью.

Говядина 90, сало растительное 1,5, яйца 30, картофель 50, огурцы соленые 50, морковь 15, горошек зеленый 10, яблоки свежие 35 или яблоки сушеные 15, соус майонез 40. сметана 15, перец, зелень

**ТУРЛИ ЕТТЕР**

Жареное мясо и курицу, отваренные язык и казы (колбаса) или копченую баранину в холодном виде нарезать тонкими ломтиками, уложить на блюдо и гарнировать квашеной капустой, приготовленной следующим образом: в отжатую квашеную капусту положить шинкованный репчатый лук, нарезанные ломтиками яблоки, изюм, все перемешать и заправить растительным маслом, сахаром, солью и перцем.

Говядина 60, язык без горловины 55, казы (колбаса из конины) или копченая баранина 35, курица 55, комбижир животный 5, квашеная капуста 70, яблоки моченые или морковь 20, изюм или сушеные фрукты 20, лук репчатый 15, сахар 5, масло хлопковое 15, перец

**КАБЫРГА С ГАРНИРОМ**

Из бараньей грудинки удалить реберные кости так, чтобы концы их остались. После этого грудинку слегка отбить, посолить, посыпать перцем, мелко рубленным чесноком и завернуть в виде рулета, не закрывая концов ребер; затем перевязать, обжарить и тушить до готовности.

При подаче кабыргу нарезать по 1—2 куска на порцию. На гарнир подать овощи и салат из капусты.

Баранина 160, огурцы соленые 50, помидоры 30, капуста свежая 30, лук репчатый 10, морковь 10, масло хлопковое 5, сахар 1,5, уксус 3%-ный 5, чеснок 0,3, перец, зелень.

**ДЕЛИКАТЕСЫ ИЗ КОНИНЫ**

5 кг казы, 350 г соли, 10 г черного молотого перца, 1 головка чеснока - по усмотрению.

У туши забитой лошади срезают ребра с мясом и дают крови стечь в течение 5-7 часов. Кишки хорошо промывают и выдерживают в соленой воде 1-2 часа. Слегка подсохшие казы нарезают полосками вдоль ребер. Разрезать межреберную ткань следует острым ножом, удаляя хрящи и не раскрошив сало. Подготовленное мясо солят, перчат, по желанию добавляют мелко нарезанный чеснок и заворачивают в холст на 2-3 часа. После этого мясо закладывают в кишки, концы которых перевязывают. Готовые казы можно вялить или коптить. Употребляют только в вареном виде. Вялить казы лучше в теплое время, вывесив их на неделю на солнечное, проветриваемое место.

Коптить казы следует густым дымом при температуре 50-60С в течение 12-18 часов, подсушивать - 4-6 часов при 12С.

Варить казы надо не менее 2 часов в широкой посуде на медленном огне. Чтобы казы не лопнули во время варки, их следует проколоть в нескольких местах. Сварившиеся казы нарезают не толще 1 сантиметра, укладывают на большое блюдо, украшают кольцами лука и зелени.

**ШУЖУК**

5 кг мякоти конины, 5 кг внутреннего жира, 350 г соли, 10 г черного молотого перца, по усмотрению - добавить чеснок.

Подготовленное мясо натирают солью и выдерживают 1-2 дня в прохладном месте при 3-4С. Кишки промывают и немного держат в соленой воде. Затем мясо и жир мелко нарезают и перемешивают. Добавляют чеснок, перец и соль и вновь премешивают. Этим содержимым набивают кишки, оба конца завязывают шпагатом, вывешивают на 3-4 часа в прохладном месте.

Коптят шужук 12-18 часов над густым дымом при 50-60С, подсушивают при 12С 2-3 дня.

Вяленый или копченый шужук отваривают на медленном огне не менее 2-2,5 часов.

Перед подачей на стол нарезают на кусочки не толще 1 сантиметра, выкладывают на блюдо, украшают кольцами лука, зеленью.

**ЖАЯ**

5 кг жая, 125 г соли.

Для приготовления жая используют тазобедренную часть конины. Снимают верхний мышечный слой с жиром толщиной не более 10 сантиметров. Куски мяса солят сухим посолом, укладывают в кастрюлю для просаливания. Просолившееся мясо просушивают, вялят, коптят и варят по типу жала.

Перед подачей на стол тонко нарезают и украшают зеленью.

**ЖАЛ**

5 кг жала, 125 г соли.

Жал - продолговатое отложение жира в подгривной части конской шеи. Его срезают с тонким слоем мяса, натирают сухой посолочной смесью и укладывают в кастрюлю для просаливания. Просолившийся жал просушивают в течение 10 часов. Жал можно вялить и коптить.

Перед варкой жал вымачивают в холодной воде, варят на медленном огне не менее 2 часов.

Подают на стол как в горячем, так и в холодном виде, нарезая пластиками. Украшают кольцами лука.

**КАРТА**

1 карта, соль, зеленый перец или укроп - по вкусу.

Толстую часть прямой кишки хорошо промывают, не снимая жира, затем аккуратно выворачивают наизнанку, чтобы жир оказался внутри, еще раз промывают и завязывают с обоих концов.

Карту также можно вялить и коптить.

Для вяления карту посыпают мелкой солью и выдерживают в прохладном месте 1-2 дня, затем просушивают. Коптят не менее суток, затем сушат 2-3 дня.

Варят карту не менее 2 часов на медленном огне, предварительно хорошо промывают. Перед подачей на стол режут кольцами, украшают зеленым перцем или укропом.

**СУР-ЕТ (ВЯЛЕНОЕ МЯСО)**

5 кг конины, 200 соли.

Мякоть конины освобождают от сухожилий, хрящей и жира и нарезают на куски прямоугольной формы весом 0,5-1 кг и солят. Выдерживают в прохладном месте 5-7 суток.

Просушивают в течение 10-12 часов. Коптят сур-ет по типу жала и жая. Употребляют только в вареном виде.

Перед варкой вымачивают в холодной воде, варят до готовности не менее 2 часов на медленном огне. Перед подачей на стол тонко режут, украшают кольцами лука и зеленью.

**РЫБНОЕ АССОРТИ "ИССЫК"**

160 г свежей осетрины или севрюги, или белуги, 160 г лосося каспийского, 150 г жереха холодного копчения, 125 г кильки каспийской, 65 г икры кетовой, 65 г икры паюсной или зернистой, 2 яйца, 1 лимон, 75 г сливочного масла, 200 г батона, зелень - по усмотрению.

Осетрину или севрюгу, или белугу и лосося отваривают, нарезают тонкими ломтиками и укладывают на блюдо. Кильки обжаривают целиком без головы, сворачивают колечками и укладывают на кружочки вареного яйца. Икра кладется небольшой горкой или намазывается на тонкий кусочек батона с маслом. Все украшается свежей зеленью.

**САЛАТ "ШАЛГАМ" (ИЗ РЕДЬКИ)**

500 г редьки, 125 г сладкого болгарского перца, 2 морковки, 1,5 луковицы, 50 г джусая, головка чеснока, 75 г заправочного соуса для салата, соль и специи - по вкусу.

Очищенные редьку и морковь нарезают тонкой соломкой и перетирают солью. Сладкий болгарский перец, лук и чеснок режут, джусай бланшируют. Все овощи перемешивают, солят, перчат, добавляют заправку, украшают ломтиками перца, редьки, зеленью.

Заправочный соус для салата: 2 столовые ложки растительного масла, 2 столовые ложки 3 %-ного уксуса, сахар, красный молотый перец, соль по вкусу.

Соль, сахар, красный молотый перец смешивают с уксусом, вливают

**БАЛЫК СОРПА (РЫБНЫЙ БУЛЬОН)**

800 г речной рыбы, 1 луковица, 1 морковь, 2 картофелины, соль, черный молотый перец, лавровый лист, зелень - по вкусу.

Очищенную и разделанную рыбу опускают в кипящую воду, при закипании снимают пену, солят, перчат, добавляют лук, морковь, картофель, лавровый лист, черный перец и варят на медленном огне до готовности.

Подают рыбу с бульоном в глубоких тарелках или кесе, посыпают зеленью.

**СОРПА С РИСОМ**

600 г баранины, 100 г курдючного сала, 1 луковица, 0,5 пиалы риса, 4 столовые ложки катыка, 2 столовые ложки укропа, 0,5 чайной ложки соли, 2-3 лавровых листа.

Баранину моют, нарезают на куски по 30-45 г, если есть кости, то их рубят. Складывают все в кастрюлю, заливают холодной водой, после закипания снимают пену и варят 35-45 минут. Затем добавляют промытый рис и варят около 30 минут. В конце варки добавляют мелко нарезанное и слегка обжаренное курдючное сало, мелко нарубленный лук, лавровый лист и соль.

**КЕСПЕ С ПТИЦЕЙ**

Для сорпы: 500 г любого мяса пртицы, 3 луковицы, 1 морковь, 2 картофелины, соль, перец, специи и зелень укропа - по вкусу, 150 г готовой лапши.

Это блюдо готовится также, как кеспе с мясом.

Отличие состоит в том, что вместо баранины или говядины используется мясо любой птицы.

**САЛМА**

Для сорпы: 1 кг баранины или говядины с костями, 2 луковицы, 1 морковь, 25 г жира для обжаривания лука, соль, специи, зелень - по вкусу.

Для салмы: 1 пиала муки, 2 яйца, 50 г воды или бульона, щепотка соли.

Из муки, яиц, подсоленной воды замешивают тесто, раскатывают его в сочень и нарезают на квадратики размером около 20 сантиметров. Отваривают салму в бульоне, добавляют резаный репчатый лук, заправляют солью, лавровым листом.

При подаче посыпают зеленью.

**СОРПА С КУРДЮЧНЫМ ЖИРОМ**

500 г мякоти баранины, 100 г курдючного жира, 1 пиала кукурузной или пшеничной муки, 4-5 картофелин, 2 луковицы, зелень петрушки, соль и перец - по вкусу.

Мякоть баранины нарезают на кусочки по 25-30 г , заливают холодной водой и варят 25-30 минут. Добавляют соль и перец. Непрерывно помешивая бульон, в кастрюлю всыпают просеянную муку, добавляют обжаренный курдючный жир, нарезанные картофель и лук.

Доводят до готовности.

Перед подачей на стол сорпу наливают в болшие кесе и посыпают зеленью петрушки.

**КЕСПЕ С МЯСОМ**

Для сорпы: 1 кг баранины или говядины, 2 моркови, 1 луковица, 2 лавровых листа, 2 столовые ложки теплого жира, 0,5 пиалы катыка, зелень укропа, соль, перец - по вкусу.

Для лапшы: 1 пиалы муки, 2 яйца, 50 г воды, щепотка соли.

Баранину нарезают на кусочки по 40-50 г, промывают, заливают холодной водой и ставят на огонь. После закипания снимают пену, варят 1-1,5 часа на медленном огне. Во время варки мяса готовят тесто. В просеянную муку кладут яйца, наливают подсоленную воду, все тщательно перемешивают. Дают тесту расстояться 30-40 минут, затем тонко раскатывают, слегка подсушивают и нарезают мелкой соломкой. За 20 минут до готовности в бульон опускают тонко нарезанную лапшу, слегка обжаренный лук и морковь, доводят все до готовности.

Перед подачей на стол лапшу разливают по глубоким тарелкам или кесе, по желанию поливают катыком и посыпают зеленью.

**ЖУТА**

Для фарша: 1 кг моркови или тыквы, 100 г сливочного масла, сахар - по вкусу.

Для теста: 500 г муки, 1 пиала воды, 1 чайная ложка соли.

Для смазывания каскана - 2 столовые ложки растительного масла.

Морковь или тыкву тонко шинкуют, слегка томят в сливочном масле, дают остыть, по желанию посыпают сахаром. Тесто раскатывают в большой тонкий пласт, выкладывают на него фарш, сворачивают в виде рулета, защипают края, укладывают на решетки каскана и варят на пару 25-30 минут.

**ОРАМА**

Для фарша: 1 кг баранины, 4 луковицы, 100 г курдючного сала, 1 чайная ложка черного молотого перца, соль - по вкусу.

Для теста: 500 г муки, 1 пиала воды или бульона, 1 чайная ложка соли.

Для смазывания каскана - 2 столовые ложки растительного масла.

Тесто и фарш готовят так же, как на манты с мясом. Тесто раскатывают в большой тонкий пласт не менее 50 см в диаметре, разрезают поперек на 2 или 3 части и, уложив на него фарш, защипывают края. Получившиеся своеобразные рулеты выкладывают по одному на решетки каскана и парят 40-45 минут.

Готовую ораму нарезают на крупные куски и подают с бульоном или соусом.

**ЖАУРЫН БАГЛАНА ФАРШИРОВАННЫЙ**

**(ЛОПАТКА БАРАШКА)**

Баранья лопатка, для котлетной массы: 100 г мяса баранины, 250 г пшеничного хлеба, 0,5 пиалы воды, 2-3 луковицы, 2-3 моркови, 1 тонкий ломтика тыквы, 1 редька, 1 столовая ложка сливочного масла, 3 помидора, 3 огурца, зелень петрушки, соль, перец по вкусу.

На лопатке молодого барашка с внутренней стороны делают два надреза и развертывают мякоть в обе стороны, слегка отбивают, кладут слой котлетной массы и смесь овощей (лук репчатый, морковь пассерованную, тыкву очищенную и нарезанную кубиками, редьку бланшированную). Все сбрызгивают растопленным сливочным маслом, посыпают специями, завертывают в виде рулета, перевязывают шпагатом и запекают в жарочном шкафу до готовности. В процессе жарки поливают выделяющимся соком.

**КУЫРДАК ИЗ РУБЦА**

1 кг обработанного рубца, 600 г легких, 400 г печени, 200 г сердца, 150 г баранины, 300 г курдючного сала, 2-3 луковицы, 1 чайная ложка черного молотого перца, 3-4 л вровых листа, около 2 пиал бульона, соль - по вкусу.

Обработанный рубец заливают водой, солят, ставят на огонь, после закипания кладут лавровый лист, перец и варят при медленном кипении в течение 1,5-2 часов до полуготовности, затем охлаждают и нарезают рубец на небольшие кусочки. На разогретую сковороду с курдючным салом кладут нарезанное кубиками легкое и жарят 20 минут, затем добавляют сердце и баранину, солят и продолжают жарить, через 5 минут кладут рубец, снова прожаривают 10 минут, добавляют печень, лук, доливают бульон и доводят до готовности.

**КУЫРДАК ИЗ КУРИЦЫ ИЛИ КРОЛИКА**

1 тушка курицы или кролика, 1 пиала растительного масла, 2 луковицы, 0,5 чайной ложки черного молотого перца, 2 чайные ложки соли, 2 помидора, зелень - по вкусу.

Для гарнира: 0,5 пиалы риса, 2 столовые ложки топленого жира, 50 г сливочного масла.

Кролика или курицу разделывают на части и обжаривают в разогретом растительном масле, затем солят, добавляют нарезанный кольцами лук, перец, поливают бульоном и тушат до готовности. На гарнир подают отварной рис.

**ЛАГМАН**

Для теста: 1 кг муки, 2 яйца, 1 чайная ложка соли, 1 пиала воды.

Для туздука: 500 г мяса, 300 г курдючного сала или жира для тушения, 300 г капусты, 3-4 луковицы, 3-4 картофелины, 1-2 моркови, 3-4 помидора, 5-6 долек чеснока, 2 болгарских перца, соль и перец - по вкусу.

Приготовленное тесто тонко раскатывают, сворачивают и нарезают соломкой толщиной 4-5 мм. Отваривают в кипящей соленой воде, вынимают, промывают в холодной воде, дают воде стечь.

Для подливы мясо и курдючное сало нарезают мелкими ломтиками, картофель - кубиками, морковь, редьку, капусту и болгарский перец - соломкой, лук - кольцами, помидоры - дольками, чеснок - рубят.

В растопленом жире пассеруют лук, кладут мясо и жарят его, пока не выделится сок.

Добавляют чеснок, картофель, помидоры, перец и морковь. Все тщательно перемешивают и обжаривают до полуготовности. Заливают водой, добавляют соль, перец, редьку и к пусту и тушат на медленном огне до полной готовности.

**СОЗБА ЛАГМАН**

Для теста: 1 кг муки, 2 яйца. 1 чайная ложка соли, 0,5 чайной ложки соды, 1 пиала воды, 1 пиала растительного масла для смазывания.

Для туздука: 500 г мяса, 300 г капусты, 3-4 луковицы, 2 баклажана, 2-3 болгарских перца, 2-3 помидора, 1 головка чеснока. Лавровый лист, соль, перец - по вкусу.

Для омлета: 3 яйца, 1 столовая ложка молока, щепотка соли.

Тесто замешивается средней крутости, скатывается в шар, накрывается салфеткой и расстаивается в течение 1 часа.

После этого тесто смачивают раствором соли и соды (1 чайная ложка соли и 0,5 чайной ложки пищевой соды на 0,5 пиалы теплой воды).

Тесто хорошо обминают руками и вымешивают, чтобы раствор впитывался в него.

Затем тесто разделяют на небольшие ровные кусочки величиной с грецкий орех, которые раскатывают в жгутики длинной с карандаш.

Жгутики тщательно смазывают растительным маслом, выкладывают на доску, а затем начинают растягивать каждый в отдельности в более длинный и тонкий жгут.

Для этого короткий жгутик берут за оба конца и, ударяя его серединой о стол, растягивают до 1 м, после чего складывают вдвое и проделывают операцию вторично.

Вытянув лапшу до формы вермишели, отваривают в кипящей соленой воде и промывают в холодной.

Подлива готовится, как в предыдущем рецепте, только более жидкая.

Перед подачей на стол лагман обдается кипятком, раскладывается в пиалы, заливается подливой, сверху посыпается нарезанным омлетом.

**ПЛОВ ПО-КАЗАХСКИ**

600 г баранины, 3 столовые ложки топленого жира, 3 головки лука, 5-6 штук крупной моркови, 1 пиала риса, 1 пиала сухого урюка или яблок, соль и перец - по вкусу.

В хорошо разогретый в казане жир кладут нарезанный кольцами лук и обжаривают до золотистого цвета.

Мясо, нарезанное крупными кусками, вместе с луком обжаривают до образования румяной корочки. Затем добавляют нарезанную соломкой морковь, перец и соль и жарят все до полуготовности.

Хорошо промытым рисом покрывают содержимое казана и заливают водой из соотношения: на 1 порцию риса - 1,5 порции воды. Доводят плов до кипения, прокалывая его в нескольких местах, чтобы лучше впитался жир. Сверху выкладывают мелко нарезанный урюк или сушеные яблоки и тушат не мешая на медленном огне в течение часа.

Казан с готовым пловом укутывают и дают постоять минут 10-15. После чего плов хорошо перемешивают и, выложив на блюдо, подают на стол.

**ТАБА-НАН (ПШЕНИЧНЫЙ ХЛЕБ)**

1 кг муки, 2 столовые ложки дрожжей, 1 столовая ложка соли, 2 пиалы теплой воды или молока.

Таба-нан выпекают из кислого теста.

Для закваски дрожжи разводят в небольшом количестве теплой воды или молока, добавляют 2 столовые ложки муки и ставят в теплое место. Как только дрожжи поднимутся, доливают оставшуюся воду или молоко, кладут соль и заводят тесто. Муку перед этим тщательно просеивают. Готовое тесто кладут в большую кастрюлю, накрывают крышкой, ставят в теплое место для подъема. Как только тесто увеличится в 2 раза, его перебивают и вновь оставляют в кастрюле для подъема.

Готовое тесто при перебивании не оседает. В зависимости от объема сковороды тесто делят на большие круглые куски с таким расчетом, чтобы заполнить 2/3 объема сковороды. Сковороду смазывают маслом, кладут тесто и дают расстояться 20-25 минут. Затем накрывают второй сковородой и закапывают в горячие угли. Через некоторое время сковороду вынимают и, не открывая крышку, переворачивают на другую сторону и вновь закапывают в угли. Испеченый хлеб имеет коричневатый цвет.

В современных условиях хлеб выпекают в двух сковородах в духовке при 200-220С в течение 20-25 минут. Готовый хлеб можно есть в горячем и холодном виде. Поверх горячего хлеба можно класть нарезанное сливочное масло. По этому же рецепту можно приготовить таба-нан с курдючным салом. Готовое тесто смазывают жиром, прокалывают в нескольких местах, кладут туда кусочки курдючного сала и выпекают так же, как таба-нан.

**КАЗАНЖАППАЙ (ХЛЕБ, ИСПЕЧЕННЫЙ В КАЗАНЕ)**

2,5 пиалы муки, 1,5 столовые ложки дрожжей, 1,5 чайной ложки соли, 1 пиала молока или воды, сметана или сливочное масло - по вкусу.

Тесто готовится так же, как и для таба-нан.

Готовое тесто раскатывают в пласт толщиной не более 1 сантиметра и выкладывают на впутреннюю поверхность казана, кторый предварительно хорошо нагревают и смазывают маслом. Тесто должно плотно прилегать к стенкам казана, иначе при выпечке оно может отпасть. Затем тесто прокладывают по всей поверхности, казан переворачивают над углями и начинают выпекать хлеб. Через 25 минут казанжаппай готов, его снимают со стенок казана, нарезают на кусочки различной формы, смазывают сливочным маслом или сметаной по вкусу. Казанжаппай можно выпекать и в духовке при 200С. В этом случае казан закрывается сверху чугунной сковородой.

БАУРСАКИ

Для теста: 3 пиалы муки, 10 г дрожжей, 0,6 пиалы воды, 0,7 пиалы молока, 2 яйца, 30 г маргарина, 1 чайная ложка соли, 1 столовая ложка сахара.

Для жарения: 1-2 пиалы жира.

Тесто с добавлением всех компонентов приготавливается опарным способом. Готовое тесто разделывают на жгуты, нарезают на кусочки длиной 3-3,5 сантиметра, дают ему расстоятся 15-20 минут и жарят в раскаленном жире.

**ШИ БАУРСАК (БАУРСАКИ ИЗ ПРЕСНОГО ТЕСТА)**

2 пиалы муки, 0,5 чайной ложки пищевой соды, 5 яиц, чуть больше 1 пиалы воды или молока, 1 чайная ложка соли.

Для жарения: 1-2 пиалы жира.

Из муки, яиц, соды, соли и молока замешивают тесто, тонко раскатывают, нарезают в длину и обжаривают в горячем жире.

**ДОМАЛАК БАУРСАК**

Для теста: 2 пиалы творога, 1 пиала муки, 3 яйца, 2 столовые ложки сливочного масла, 1 столовая ложка сахара, 1 чайная ложка соли, 1 пиала сметаны, 1 пиала сахарной пудры.

Для жарения: 0,5 пиалы жира.

Творог протирают через сито, добавляют яйца, сахар, соль, муку, растопленное масло и замешивают тесто. Раскатывают в жгуты толщиной с палец и нарезают кусочками по 20-25 г. Отваривают в кипятке до полуготовности, откидывают на сито, дают воде стечь. Панируют в муке и обжаривают в раскаленном жире до золотисто-коричневатого цвета.

Перед подачей на стол выкладывают на блюдо, поливают сметаной, посыпают сахарной пудрой.

**КЕСПЕ БАУРСАК**

3 пиалы муки, 1 толовая ложка дрожжей, 1 чайная ложка соли, 1 столовая ложка сахара, 150 г курдючного сала, около 1 пиалы воды, 2 столовые ложки сахарной пудры.

Тесто замешивают, как для таба-нан, только мягче. Раскатывают и нарезают на полоски весом по 110-155 г, раскатывают в палец толщиной и закручивают в жгуты. Концы жгутов соединяют. Своеобразные вертушки обжаривают в раскаленном жире, посыпают сахарной пудрой.

**ШЕЛПЕК**

4-5 пиал пшеничной муки, 1 пиала айрана или сырого молока, 2 столовые ложки топленого масла, 2 столовые ложки сметаны. 20-30 г дрожжей, 0,5 пиалы воды, 1 чайная ложка сахара, 2 пиалы растительного масла.

Тесто замешивают, как на баурсаки, разделывают на небольшие кусочки, раскатывают их в лепешки и обжаривают в раскаленном жире до золотистого цвета.

**САЛМА-НАН**

Для теста: 2,5 пиалы пшеничной муки, 0,5 пиалы воды. 1 яйцо, 1 чаная ложка соли, 4-5 столовых ложек сливочного масла.

Для варки: 4-5 пиал бульона или воды.

Пресному тесту дают расстоятся минут 15-20, затем раскатывают в тонкий пласт и нарезают его на небольшие четырехугольники. Отваривают их в кипящей воде или бульоне до готовности.

Перед подачей на стол поливают растопленным сливочным маслом.

**ЛЕПЕШКИ "ДАМДЫ-НАН"**

2 пиалы муки, 1 столовая ложка дрожжей, 1 чайная ложка соли, 0,7 пиалы теплой воды или молока.

Тесто готовится, как для таба-нан. Готовое тесто разделывают на куски, дают расстояться 10-15 минут. Затем придают ему форму лепешки и дают окончательно расстояться 10 минут. Перед посадкой в духовку в середине лепешки делают наколы. Выпекают при 200-220С в течение 20 минут.

**ТАНДЫР-НАН**

6 пиал муки, 50-60 г сухих дрожжей, 2 столовые ложки соли, 1,5 пиалы воды.

Тесто готовят, как для таба-нан, несколько раз вымешивают. Из готового теста делают лепешки и дают ему окончательно расстояться 30-40 минут. После этого наносят на середину лепешки рисунок и выпекают в духовке при 200-220С.

Раньше эти лепешки выпекали в специальных печах-тандырах.

**БЕЛЯШИ**

Для теста: 2,5 пиалы муки, около 1 пиалы молока или воды, 0,5 чайной ложки дрожжей, 1 чайная ложка сахара, около 1 чайной ложки соли.

Для фарша из мяса: 600 г баранины или говядины (утки или рыбы), 2 луковицы, 0,5 чайной ложки черного молотого перца, 2 чайные ложки соли, 0,5 пиалы воды.

Для жарения: 1 пиала жира.

Готовое дрожжевое тесто хорошо вымешивают и нарезают на небольшие булочки, которым дают расстояться 10-15 минут, затем раскатывают из них лепешки, на середину которых укладывается фарш. Края лепешек заворачивают. Жарят в горячем масле, опуская открытым отверстием вниз. Беляши обжаривают с двух сторон. При разделке беляши не подпыляют мукой, а смазывают маслом. Фарш для беляшей готовится из молока на крупной решетке мясорубки мяса (птицы или рыбы) с добавлением резаного лука, черного молотого перца, соли и воды.

**КУЙМАК (ОЛАДЬИ)**

Для кислого теста: 2 пиалы муки, 2 яйца, 1,5 пиалы молока или воды, 1 столовая ложка сахара, 0,5 чайной ложки соли, 1 столовая ложка дрожжей.

Для пресного теста: 2 пиалы муки, 2 пиалы молока, 10 яиц, 1 столовая ложка сахара, 2 столовые ложки жира, 0,5 чайной ложки соли.

Для жарения: 1-2 пиалы жира.

Готовое тесто должно быть жидкой консистенции. Тесто вливают небольшими порциями в раскаленный жир и обжаривают оладьи с обеих сторон. Перед подачей на стол поливают сметаной или маслом, можно подать мед.

**ЧАК-ЧАК**

Для теста: 2,5 пиалы муки, 3 яйца, 1-2 столовые ложки сметаны или молока, щепотка соли, 1 чайная ложка сахара, 2 чайные ложки сливочного масла.

Для сиропа: 1 пиала меда, 2-4 столовые ложки сахара.

Для жарения: 1 пиала топленого масла или жира.

Яйца, сахар, масло тщательно растирают, добавляют соль, молоко или воду, всыпают муку и быстро замешивают крутое тесто. Дают расстояться 40 минут, затем раскатывают в тонкий пласт толщиной до 4 миллиметров. Нарезают поперек полоски длиной 15 миллиметров и шириной 4 миллиметра. Своеобразную лапшу обжаривают в кипящем топленом масле до золотистого цвета, откидывают на сито, дают стечь.

Мед уваривают с сахаром до пробы полутвердого шарика (капля меда, опущенная в воду, не растворяется, а затвердивает в виде шарика). В сварившийся сироп опускают чак-чак, все хорошо перемешивают и перекладывают в смазынные маслом тарелки, придав блюду форму горки.

Чак-чак можно украсить ядрами грецких орехов или леденцами.

**СУТ (МОЛОКО)**

В казахской кухне используется коровье, овечье, кобылье, верблюжье и козье молоко.

Из молока готовят сметану, сливки, сливочное масло, используя закваску, получают кефир, катык, творог, простоквашу, сыворотку. Из молока коров, овец, коз делают простоквашу, взбивают масло, приготавливают другие молочные продукты, из кобыльего молока получают кумыс, из верблюжьего - шубат.

**УЫЗ (МОЛОЗИВО)**

Это густое молоко только что отелившейся матки. Казахи молозиво делят на три вида: кара уыз - черное молозиво (молоко сразу после отела); сары уыз - (молоко, полученное после кормления приплода); ак уыз - белое молозиво (молоко, полученное через сутки после отела).

Желтое молозиво, смешанное с молоком, наливают в желудок или кишку и варят с мясом. Белое молозиво собирают в ведро, кипятят, как молоко, и пьют.

В период массового расплода животных молозиво было одним из излюбленных продуктов у казахов.

**ИРИМШИК (ТВОРОГ)**

Изготавливают из парного или подогретого коровьего, овечьего или козьего молока, куда опускают сычуг для его свертывания. Затем сычуг вынимают, а скисшее молоко кипятят на медленном огне до полного отделения творога от сыворотки. Готовый продукт имеет оранжевую окраску. Его отцеживают от сыворотки, просушивают в мешочке на ветру, затем - на солнце.

Иримшик можно хранить длительное время, а также использовать и без просушки, сразу после отцеживания.

**КУРТ**

Готовят из кипящего овечьего, козьего и коровьего молока, заквашенного айраном. На юге Казахстана курт делают из кобыльего молока.

Прокисшее молоко кипятят на медленном огне, постоянно помешивая, до загустения массы. Охлажденную массу помещают в холщевый мешочек и подвешивают для стекания жидкости. В мягкий курт добавляют по вкусу соль, делают из него небольшие комочки, укладывают их для просушки на деревянные доски.

**САРЫСУ**

Готовят из сыворотки, образующейся после приготовления творога. Сыворотку уваривают в казане на медленном огне до получения густой, тягучей массы. Ее охлаждают, делают лепешки различной формы и высушивают.

Сарысу можно употреблять и в свежем виде, не высушивая. По вкусу напоминает шоколад, поэтому его в народе иногда называют "Казахским шоколадом".

**ЖЕНТ**

5 пиал пшена, 4 пиалы иримшика, 2 пиалы сахара, 3 столовые ложки изюма, 2 пиалы сливочного масла.

Пшено и иримшик толкут в ступке. Полученную массу смешивают с сахаром и изюмом, добавляют сливочное масло и охлаждают до застывания. Готовый жент режут острым нагретым ножом.

**СУЗБЕ**

Готовится из заквашенного айрана, наливается в холщевый мешочек для сцеживания жидкости. Отцеженный творог по вкусу можно подсолить.

Сузбе можно добавлять в бульон или молоко и пить, как айра.

**БАЛКАЙМАК (МЕДОВАЯ СМЕТАНА)**

В казахской кулинарии сметана делится на несколько видов - сырая (получают, снимая верхний жирный слой сырого молока), кипяченая (получают, снимая верхний жирный слой кипяченого молока).

Для получения балкаймака сырую сметану уваривают на медленном огне до появления жира. Добавляют сахар, мед, муку, перемешивают и проваривают массу 8-10 минут. Подают к чаю.

**КАЗЫЖЕНТ**

2-3 пиалы пшена (тары), 1,5 пиалы иримшика, 2 пиалы жира казы, 3 столовые ложки сахара.

Пшено, жир казы, иримшик растирают в ступке. Добавляют сахар, охлаждают и кладут под пресс.

**САРЫ МАЙ (МАСЛО)**

Сливочное масло получают из овечьего, коровьего и козьего молока. Обычно масло получают из сметаны, взбивая ее.

Однако в некоторых областях масло получают из теплого заквашенного айрана, который также подвергается длительному взбиванию.

Взбитый айран переливают в большую емкость, чтобы легче было собрать кусочки всплывающего масла. Оставшуюся жидкость можно пить или употреблять для приготовления курта.

**ЖАНЫШПА**

1 пиала пшена, 3 столовые ложки сливочного масла, 2 столовые ложки сахара. 3 столовые ложки сметаны.

Пшено, масло тщательно растирают с сахаром, добавляют сметану и снова перемешивают, затем всю массу кладут под пресс. Подают в пиалах.

**СУТЖЕНТ**

1 пиала пшена, 1 пиала молока, 3 пиалы сливочного масла, 3 столовые ложки изюма, 2 столовые ложки толченых сухарей или печенья, 3 столовые ложки сметаны.

Промытое пшено засыпают в кипящее молоко и варят 5-8 минут, после чего выкладывают в дуршлаг или решето. Затем в пшено добавляют изюм, сахар, толченые сухари или печенье, масло, сметану. Все это тщательно перемешивают и кладут под пресс.

**КУРГАК МАЙСОК (СУХОЙ МАЙСОК)**

1 пиала пшена, 2-3 столовые ложки сливочного масла (или 1 пиала жирного бульона).

Это блюдо готовится сразу перед подачей на стол. В пшено кладут сливочное масло, которое не успевает хорошо пропитать зерно, поэтому оно хрустит.

Можно пшено залить горячей водой и дать ему набухнуть и лишь затем положить сливочное масло, в этом случае вкус блюда немного изменится.

Если пшено замочить горячим бульоном от казы и дать постоять 20-25 минут, то это будет казы майсок.

**ПШЕНО С КУРТОМ**

1 пиала пшена, 1 пиала воды, 10 штук жирного курта.

Жирный курт толкут и замачивают горячей водой, добавляют пшено, дают настояться 30-40 минут. Затем все перемешивают и подают на стол.

**ТАЛКАН СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ**

1 пиала талкана. 0,5 пиалы сливочного масла.

Талкан готовят из обжаренных и очищенных зерен пшена, пшеницы и кукурузы, которые толкут в ступе, а затем просеивают.

Готовый талкан тщательно растирают со сливочным маслом, пока масло не впитается.

Талкан можно смешивать также со сметаной, молоком, бульоном, водой или сырыми яйцами.

**СОРПА КОЖЕ (СУП С ПШЕНОМ)**

400 г пшена, 300 г воды, 1000 г костей, 100 г моркови, 1 столовая ложка соли. Зелень - по вкусу.

Промытые и разрубленные кости кладут в кастрюлю, заливают холодной водой и варят на медленном огне 1,5 часа. Готовое мясо вынимают и нарезают на кусочки, а бульон процеживают. Кладут пшено и варят 15-20 минут. Морковь и лук нарезают мелкими кубиками и слегка поджаривают на масле, добавляют в бульон. Плотно закрывают крышку и варят 5-7 минут.

Перед подачей на стол посыпают зеленью.

**СУТ КОЖЕ (МОЛОЧНЫЙ СУП С ПШЕНОМ**

450 г пшена, 3000 г молока, 500 г воды, 50 г сливочного масла, 1 чайная ложка соли.

Промытое пшено кладут в кипящее подсоленное молоко и кипятят 1-2 минуты, а затем убавляют огонь и варят 15-20 минут.

Перед окончанием варки добавляют соль и сахар, а перед подачей на стол кладут масло.

**ТУРНИЯЗ**

200 г пшена, 2000 г молока, 500 г воды, 50 г муки, 150 г масла, 1 чайная ложка соли.

Разведенное водой молоко кипятят. Муку слегка поджаривают с маслом и разводят горячей водой. Эту смесь вливают в кипящее молоко, добавляют очищенное просо и варят 10-15 минут на слабом огне до мягкости. Добавляют сливочное масло, измельченный курт, плотно закрывают крышкой и оставляют на 5-7 минут для упревания.

**ПШЕННАЯ КАША С ТЫКВОЙ**

200 г пшена, 750 г молока, 500 г тыквы, 1 чайная ложка сахара, 0,5 чайной ложки соли.

Очищенную и мелко нарезанную тыкву кладут в горячее молоко и варят 10-15 минут. Добавляют промытое пшено, соль, сахар, и, помешивая, продолжают варить еще 15-20 минут до загустевания. Сваренную кашу для упревания ставят на 20-25 минут на водянную баню или в духовой шкаф.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В казахской национальной кухне, как в зеркале, отразилась душа народа, его история, обычаи и традиции.

С давних пор наиболее отличительной чертой казахского народа было гостеприимство. Дорогого гостя радушно встречали, усаживали на самое почетное место, угощали лучшим, что было в доме.

В первую очередь гостю подавали кумыс, шубат или айран, затем - чай с молоком или сливками, баурсаками, изюмом, иримшиком, куртом. Затем следовали закуски из конины или баранины - казы, шужук, жал, жая, сур-ет, карта, кабырга. На любом столе обязательно были лепешки из пшеничной муки.

Украшением любого дастархана и наиболее излюбленным блюдом у казахов всегда считалось мясо по-казахски. Отварное мясо обячно подавалось большими неразделанными кусками. Хозяин резал мясо, угощая каждого гостя лакомыми кусочками: тазовые кости и голень отдавал почетным старикам, грудинку - зятю или невестке, шейный позвонок - девушкам и т.д. Самому почетному гостю хозяин преподносил приготовленную особым способом голову барана. Гость должен был разделить голову между присутсвующими, соблюдая определенный ритуал, в котором сказывался древний обычай уважительного отношения к гостям, старикам, детям, близким и дальним родственникам.

Ароматное мясо едят с тонко раскатанными и отваренными кусочками теста. Прекрасным дополнением к блюду служит насыщенный ароматный мясной бульон - сорпа, который подается обычно в пиалах. В конце трапезы подают кумыс, за которым вновь следует чай.

В наше время застолье во многом изменило формы, но не утратило древних законов гостеприимства. Напротив, границы его раздвинулись: за сегодняшним дастарханом собираются не только казахи, но и многочисленные гости, живущие в большой многонациональной республике - русские, татары, украинцы, узбеки, немцы, уйгуры, дунгане, корейцы...

Прожив рядом с казахами не одно десятилетие, делясь с ними горем, хлебом и радостью, братские народы не могли не оказать влияние на кулинарное мастерство, быт и культуру казахского народа, заимствовав одновременно лучшие из его культуры и быта.

Современная казахская кухня включает в себя не только традиционные казахские блюда, но и полюбившиеся блюда узбекской, уйгурской, русской, татарской, корейской и других кухонь. Именно поэтому в современной казахской кулинарии при сохранении чисто национальных черт нетрудно заметить интернациональные черточки.

Во многом изменился набор продуктов, из которых сегодня готовится пища.

Если за многовековую историю казахский народ накопил огромный опыт обработки и приготовления мясной и кисломолочной продукции, то современная жизнь пополнила этот ассортимент блюдами из овощей, фруктов, рыбы, морских продуктов, печеными, мучными изделиями и сладостями.

И все-таки наиболее популярным продуктом в казахской национальной кухне было и остается мясо.

Мясо - основа большинства блюд, именно мясные продукты украшают любой дастархан, по обилию мясных блюд судят о богатстве и разнообразии праздничного стола.

# СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Анфимова Н.А., Татарская Л.Л. Кулинария. – М.: Просвещение, 2002.
2. Астраханские казахи. История и современность. – 1-е изд. – Астрахань: Изд-во ГУП ИПК «Волга», 2000.
3. Бордунов В.В. Товароведение, 1987 г.
4. Ермакова В.И. Кулинария. – М.: Просвещение, 1993.
5. Марков А.В., Львов С.В. Астрахань и казахи. – Астрахань: Изд-во ГУП ИПК «Волга», 2000.
6. Матюхин З.П. Основы питания, гигиены и физиологии. – М.: Просвещение, 1999.

1. Астраханские казахи. История и современность. – 1-е изд. – Астрахань: Изд-во ГУП ИПК «Волга», 2000. – С. 35 [↑](#footnote-ref-1)