1.Введение 3

2.Главная часть 3

2.1Армянская кухня 3

2.1.1Первые блюда 8

2.1.2Вторые блюда 9

2.2Грузинская кухня 10

2.2.1Первые блюда 16

2.2.2Вторые блюда 17

2.3Азербайджанская кухня 17

2.3.1Первые блюда 23

2.3.2Вторые блюда 24

2.4Казахская кухня 24

2.4.1Первые блюда 31

2.4.2Вторые блюда 32

3.Заключение 34

4.Список использованной литературы...............35

# 1.Введение

Кавказская кухня состоит из кухон многих других народов:Армянская,Грузинская,Азербайджанская,Казахская и так далее.В своей курсовой я решил выделить эти кухни,так как они самые распространённые из всех остальных.Все выше перечисленные страны относятся к ,так называемым,странам Кавказа.Страны Кавказа входили в состав СССР.Туда-же и входила в то время Эстония.На протяжении всей своей истории народы кавказа воевали с Россией,и заходили далеко за пределы её границ,поэтому в Росси очень распространена Кавказская кухня.В наше время очень часто наблюдается такая ситуация, когда на рынках, в магазинах, везде можно встретить, так называемых, лиц кавказской национальности. Они вошли в нашу жизнь, и сейчас мы не удивляемся увидев их на улице.Как они вошли в нашу жизнь, так и их кухня вошла в нашу жизнь, сейчас сложно представить себе пикник без шашлыка, обед в ресторане без грузинского красного вина и так далее. Но сейчас в связи с недавно назревшим конфликтом на кавказе “мы” стали отрицательно относится к кавказцам, а ведь они такие-же люди, как мы, они работают на заводах, они преподают в школах, в общем, они такие-же, как мы…

# 

# 2.Главная часть

## 2.1Армянская кухня

Армянская кухня - одна из древнейших кухонь в Азии и самая древняя в Закавказье. Ее характерные черты сложились еще, по крайней мере, за тысячелетие до нашей эры в период формирования армянского народа и сохраняются во многом на протяжении более трех тысячелетий до наших дней. При этом надо учесть, что армянский народ вплоть до Великой Октябрьской революции и создания Советской Армении находился в крайне неблагоприятных условиях, был лишен своей государственности, единства территории.

Дело в том, что сложившееся в VI в. до н. э. Армянское государство уже во II в. до н. э. разделилось на западную и восточную части и стало испытывать вначале зависимость от римлян, персов, византийцев, арабов, а с VII в. н. э. на несколько столетий подверглось чужеземным завоеваниям, в том числе арабскому, монгольскому, турецкому и иранскому. С XVII до начала XIX в. Армения была поделена между Турцией и Ираном. В этот период хозяйство Армении, ее людские и материальные ресурсы пришли в упадок, но духовная и материальная культура не изменилась, не погибла и армянская кухня. Наоборот, армяне внесли свой вклад в кухню турок-сельджуков, так что многие истинно армянские блюда стали позднее известны в Европе через турок как якобы блюда турецкой кухни (например, долма).

Более того, не только на территории собственно Армении, но и в многочисленных колониях, созданных в Азии и Европе переселившимися туда армянами, т. е. далеко на чужбине, армянская кухня, как и другие национальные особенности армянского народа, сохранила свои типичные черты.

Традиционность и преемственность армянской кулинарии проявляются весьма многообразно - в использовании старинной кухонной техники и в технологии приготовления блюд, и в составе пищевого сырья, и в сохранении вкусовой гаммы, и типе излюбленных блюд.

Тип очага (тонир) и вид посуды (глиняная), принятые первоначально у армян, распространились по всему Закавказью, оказав влияние на сам характер блюд. Тонир обусловил специфичность хлебных изделий, а также некоторых мясных блюд и супов. В нем пекут овощи, парят каши, коптят рыбу и птицу. Названия многих блюд армянской кухни связаны не с составом продуктов, как это принято у европейских народов, а с названием посуды, в которой их приготовляют. Таковы, например, путук, кчуч, тапак - все это виды глиняной посуды и одновременно названия супов и вторых блюд.

Эта армянская традиция перешла и к соседям армян - грузинам и азербайджанцам.

Что касается технологии приготовления армянских блюд, то она, как правило, сложна и в ряде случаев трудоемка. Приготовление большого количества мясных, рыбных и овощных блюд армянской кухни построено на фаршировании, взбивании, приготовлении пюре- и суфлеобразных масс, требующих больших затрат времени и труда (кололик и кололак).

Другой характерной особенностью технологии армянской кухни, как и других восточных, является раздельность операций с последующим объединением разных частей блюда, многократная смена операций.

Обе эти черты ярко проявляются, например, при приготовлении армянских кондитерских изделий. Так, трудоемок, как правило, процесс раскатки многослойного теста (гата, назук), длительно и трудоемко приготовление сладостей из фруктов и орехов (оно иногда растягивается на несколько этапов и продолжается порой более полумесяца). При этом технологические приемы получения сладостей отличаются большой изобретательностью и сменой многих операций, с помощью которых даже простое овощное сырье - баклажаны, зеленые помидоры, тыква, а также незрелые грецкие орехи, арбузные корки - превращаются в оригинальные, изысканные по вкусу, аромату и даже консистенции кондитерские изделия.

Разнообразие технологических приемов довольно наглядно проявляется и в супах: здесь и супы с кисломолочно-яичной основой (спасы, тановы), и раздельно приготовляемые бозбаши, и сложные виды лапши (тархана), и, наконец, внесение в навары и отвары многих компонентов, приготовленных вне этих отваров.

Основная цель перечисленных технологических приемов состоит в создании облагороженного продукта (блюда), вкус которого в результате длительной и сложной обработки и внесения массы дополнительных компонентов значительно обогащается. Отсюда обилие блюд с молотым мясом, к которому добавлены другие компоненты также в молотом состоянии. Таковы кололак, схторац, толма и др.

В армянской кухне, конечно, имеются блюда и из натурального мяса, например армянский шашлык, пастынеры, мясные кчучи, а также блюда из целой домашней птицы, но они, во-первых, более древнего происхождения, реже употребляются в современной кухне и считаются ныне более простыми, а во-вторых, и в них мясо, хотя и сохраняет натуральную форму, также отличается новым вкусом.

Итак, армянская кухня располагает разнообразными по составу блюдами, отличается сложной, богатой, можно сказать, даже утонченной вкусовой и ароматической гаммой. Эта гамма, конечно, создается не только в результате своеобразных технологических процессов, она в значительной степени обусловлена самим составом пищевого сырья. Армянское пищевое сырье стабильно на протяжении многих веков, оно целиком связано с природными условиями армянских нагорий и Араратской долины. Древнейшее развитие скотоводства на армянских нагорьях привело постепенно к чрезвычайному разнообразию культивируемых видов домашнего скота и птицы. Армяне разводили и разводят коров, овец, буйволов, свиней, индеек, кур, гусей и уток. Используют они и дичь. В армянской кухне можно встретить чрезвычайно редкое для других кухонь сочетание различных видов мясного сырья в одном блюде. Например, одно из древнейших блюд - арганак сочетает куриное и оленье мясо (последнее варят в курином бульоне).

Скотоводство стало также источником разнообразных молочных изделий - в основном кувшинных и бурдючных рассольных сыров, а также кисломолочных продуктов, являющихся производными мацуна или же его сочетаниями в разных пропорциях с сладкомолочными продуктами.

Эти продукты переработки молока играют весьма важную роль в армянской кухне и употребляются не только в чистом виде, но и входят либо как основа, либо как компоненты в состав ряда блюд.

В рационе армян большое место занимают сыры. Развитое домашнее сыроделие отличается не только богатым ассортиментом сыров, но и оригинальным использованием сыворотки и пахты и дальнейшей их переработкой. Так, из сыворотки от мацуна или из пахты делают творог жажик, а также сухую пахту чортан для длительного хранения. Все эти молочные продукты принадлежат к постоянным, непременным и почитаемым в народе продуктам питания наряду с хлебом.

Их едят чаще всего утром, а, кроме того, также в обед.

Раннее возникновение земледелия в плодородных долинах Армении обусловило закрепившееся на тысячелетия использование широкого ассортимента зерновых в армянской кухне (полбы, проса, ячменя, пшеницы, риса), а также бобовых (фасоли, бобов, чечевицы, горного гороха), причем, как правило, не отдельно друг от друга (как, например, в русской кухне), а в сочетаниях. Так, суп зернушка состоит из нескольких видов бобов и круп. Имеются также различные зерно-бобовые каши. Как правило, эти блюда относятся к блюдам зимней кухни. Следует подчеркнуть, что в армянской кухне для крупяных блюд и супов употребляют предварительно особо обработанные пшеничные крупы: дзавар - крупу из слегка отваренного, а затем высушенного зерна, освобожденного после этого от шелухи, либо коркот - крупу из чуть подмоченного зерна, затем ошелушенного и высушенного. Как видим, здесь также имеет место усложненная технология, оказывающая влияние на вкус зерна. Поэтому воспроизведение армянских блюд без оригинального армянского пищевого сырья весьма затруднено.

Основным мучным изделием, занимающим большой удельный вес в рационе, является лаваш - особый хлеб.

Для приготовления мучных изделий используется мука не только нескольких видов, но и разных помолов, число которых доходит до полутора десятков.

Шире всего применяется пшеничная мука, но иногда ее сочетают с картофельным или кукурузным крахмалом.

Оригинальной армянской мукой является мука из поджаренной пшеницы - похиндз.

Из древних национальных блюд, приготовляемых из пшеничной муки без выделки теста, надо отметить хашил и асуда, напоминающие мучные кисели на пахте или виноградном соке.

В основном пшеничная мука идет на приготовление кондитерских изделий и хлеба разных сортов - лаваша и матнакаша.

Немалую роль в питании армян играют овощи и фрукты. Как и всюду в Закавказье, их употребляют сырыми, сушеными, квашеными и маринованными; помимо этого они служат обязательными компонентами при приготовлении супов и вторых блюд. При этом не только овощи, но и фрукты (айва, алыча, лимон, гранат, изюм, курага) широко используются в процессе приготовления мяса и рыбы, что придает им (особенно рыбным блюдам) своеобразный вкус. В мясные армянские супы наряду с картофелем и луком часто идут яблоки, айва, курага, грецкие орехи; в рыбные - кизил; в грибные - алыча, чернослив, изюм.

Совершенно самостоятельные овощные блюда в Армении готовят реже. В этом случае их основу составляют баклажаны, тыква или бобовые (горох, чечевица, фасоль), к которым добавляют другие овощные и фруктовые компоненты, пряности, молоко или масло. Овощной набор армянской кухни обычен для Закавказья. Пожалуй, более употребляема в Армении, чем в соседних республиках, лишь бамия. Овощной рацион дополняется, кроме того, дикорастущими травами - их около трехсот - и пряностями, из которых излюбленными являются черный перец, кинза, мята, эстрагон, базилик, чабрец и, конечно же чеснок и лук, а для кондитерских изделий - корица, кардамон, гвоздика, отчасти шафран и ваниль.

Эта гамма пряностей несколько отличается от грузинской и азербайджанской, и не столько по составу, сколько по соотношению применяемых компонентов. Лук, например, применяется постоянно и в значительных количествах, в то время как чеснок - умереннее, причем больше и чаще в маринованном, а не в свежем виде.

В армянской кухне используется и местное рыбное сырье, для которого разработана своя технология. Основной вид рыбы - форель, мясо которой отличается нежным вкусом. Это и определило технологию армянских рыбных блюд - припускание, при котором всегда максимально сохраняется нежная консистенция рыбы.

Наконец, следует сказать несколько слов и о применении жиров в армянской кухне. Подавляющее большинство блюд готовят на топленом масле. Оно идет в супы, для тушения и жарения мяса, птицы, рыбы и овощей, а также в кондитерские изделия. Поскольку топленое масло приготовляют в Армении из мацуна, а мацун преимущественно из овечьего молока, то оно имеет характерный кисловатый привкус и аромат, передаваемый и тому блюду, в которое вводят масло. За неимением масла из мацуна для приготовления блюд армянской кухни целесообразно применять крестьянское или любительское сливочное масло. Растительные масла используются в армянской кухне реже - для приготовления рыбных и некоторых овощных блюд (фасоль, баклажаны). Причем традиционным является кунжутное масло, заменяемое также оливковым, а в последнее время подсолнечным.

На вкусовые качества блюд армянской кухни значительный отпечаток накладывают и способы их тепловой обработки. Как правило, это сложные виды тепловой обработки блюд из мяса, птицы и овощей. Одно и то же блюдо или пищевое сырье, например, мясо, может быть подвергнуто и обжариванию, и отвариванию, и тушению. При этом можно сказать, что тушение и как заключительный процесс при наплитном приготовлении и как самостоятельный вид тепловой обработки (тушение в духовке или тоныре) преобладает. Поэтому многие блюда армянской кухни отличаются приятной нежной консистенцией (что называется, тают во рту) и не особенно резким кисловато-пряным вкусом и ароматом.

### 2.1.1Первые блюда

Бозбаш сисианский

Вынутую из бульона баранину поджарить в топленом масле вместе с луком и помидорами или томатом-пюре с добавлением муки до полной готовности. Затем залить кипящим бульоном, заправить остальными овощами и фруктами и варить их до готовности, внеся за 3 мин до конца приготовления пряности.

Бозбаш ереванский

Вынутую из бульона баранину обжарить до полной готовности. Тем временем в процеженный бульон заложить подготовленный горох и варить его до готовности. Затем добавить мясо и другие овощи и фрукты (яблоки нарезают четвертинками) и варить суп еще 15 мин, после чего посолить и заправить пряностями.

Бозбаш шушинский I

Вынутую из бульона баранину слегка обжарить вместе с луком, добавить муку и жарить до тех пор, пока мука не станет светло-коричневой. Затем залить баранину горячим бульоном, куда сразу добавить все указанные в рецепте овощи и фрукты, кроме яблок, и бульон варить до полуготовности айвы. После этого добавить яблоки, нарезанные четвертинками, и на слабом огне довести бозбаш до готовности всех продуктов. Пряности положить за 3 мин до конца приготовления.

Бозбаш шушинский II (карабахский)

Баранину обжарить до полной готовности с луком и мукой, как и в предыдущем рецепте, а тем временем варить в процеженном бульоне горох и затем опустить подготовленную баранину в этот бульон вместе с остальными овощами и фруктами (кроме яблок). Когда горох будет готов, опустить яблоки, нарезанные четвертинками, посолить и варить до готовности яблок, около 10 мин, заправив пряностями.

Бозбаш сборный

Процесс варки такой же, как в предыдущем рецепте. Баранину обжарить до полной готовности с луком, горох варить в бульоне, затем заложить в бульон подготовленную баранину и все остальные овощи и фрукты, кроме яблок, и варить до готовности гороха и картофеля (каштанов). После этого положить яблоки, а затем и пряности.

### 2.1.2Вторые блюда

Кчуч рыбный

1 кг рыбы (филе с кожей), 5 луковиц, 75-100 г сливочного масла, 4 помидора, 3-4 болгарских перца, 0,5 стакана белого виноградного вина, 12 зерен черного перца, 6 зерен ямайского перца, 0,5 ч. ложки красного перца, 2-3 ст. ложки эстрагона, 2 ч. ложки соли.

Глиняную посуду смазать сливочным маслом. Заложить слоями мелко нарезанные овощи: лук, помидоры, болгарский перец; поперчить их всеми видами перца, затем уложить рыбу крупными кусками, покрыть вновь слоями овощей, сдобрить пряностями, посолить, залить вином, закрыть посуду крышкой и обмазать края тестом. Запечь кчуч в духовке в течение 30-40 мин.

Кололак гехаркуни

500 г говядины (мякоть), 3 луковицы, 1 яйцо, 125-150 г топленого масла, 3/4 стакана молока, 25 г водки или коньяка, 1 стакан пшеничной крупы-коркот, 1 ч. ложка пшеничной муки, 2 ст. ложки кинзы, 1 ст. ложка петрушки, 0,5 ч. ложки черного перца.

1. Приготовить суфлеобразную массу (см. выше).

2. Сварить мясной бульон, процедить, разделить на две части.

3. Суфлеобразную массу опускать деревянной ложкой в горячий бульон в виде шариков и варить их на очень слабом огне до тех пор, пока они не всплывут.

4. На оставшемся бульоне сварить полужидкую кашу из пшеничной крупы.

5. Подать обе части - кашу и шарики кололака - в отдельной посуде, но есть одновременно, заедая мясо кашей.

## 2.2Грузинская кухня

На две географические части делит Грузию Сурамский перевал. Всё, что расположено к западу от Сурама, - это Западная Грузия, меньшая по территории, но с большей природной, этнографической и исторической пестротой. К востоку от Сурамского перевала в иной природной зоне расположены Центральная и Восточная Грузия.

Говоря о грузинской кухне, нельзя не сказать об основных различиях кухонь Западной и Восточной Грузии, обусловленных не только разными природными условиями этих двух больших районов, но и известным турецким влиянием на кухню Западной Грузии и иранским - на кухню Восточной Грузии. В результате установилась разница в использовании некоторых основных продуктов (хлебных, мясных) и отчасти в характере излюбленной ароматическо-вкусовой гаммы - разница, сохранившаяся вплоть до нашего времени.

Так, в Западной Грузии широко распространен кукурузный хлеб и особые лепешки из кукурузной муки - мчади, в то время как в Восточной Грузии предпочитают пшеничный хлеб. В некоторых частях Западной Грузии - Мегрелии и Абхазии - в качестве хлеба используют также чумизу (вид проса), из которой варят кашицеобразную массу - гоми, применяемую вместо хлеба с супами, мясными и овощными блюдами. Что же касается мяса, то в Восточной Грузии наряду с основным для грузин мясом - говядиной, едят и баранину, употребляют довольно много животных жиров, в то время как в Западной Грузии гораздо меньше едят мяса, предпочитая домашнюю птицу, т. е. в основном кур и индеек (гусей и уток в Грузии в пищу не употребляют). Наконец, в Западной Грузии используют более острые блюда, несколько иные соусы.

Все это, однако, не дает оснований проводить непреодолимую грань между западно- и восточногрузинской кухнями, ибо не затрагивает, не меняет основных, характерных особенностей грузинской национальной кулинарии. И в области использования подавляющего большинства продуктов, и тем более в области технологии в целом всей грузинской кухне присущи свои особенности.

Возьмем хотя бы мясные блюда, столь распространенные в Закавказье. Длительное существование грузинской нации на стыке многих культур и влияний привело к тому, что в целом в грузинской кухне ни один из видов мяса не имеет преобладающего значения. Грузинские мясные блюда могут быть сделаны из свинины (мужужи), из баранины (чанахи), из говядины (харчо) и из домашней птицы (чахохбили). Такая терпимость обычно не свойственна другим народам Востока. Она довольно наглядно иллюстрируется, между прочим, одним старинным блюдом грузинской кухни, называемым "бык на вертеле". Композиция его чрезвычайно проста: внутри целой туши быка помещают теленка, в теленка кладут барашка, в барашка - индейку, в индейку - гуся, в гуся - утку, в утку - цыпленка. В промежутках между этими животными и внутри них во все уголки набивают пряные травы - кинзу, базилик, эстрагон, лук-порей, мяту, сдобренные и пересыпанные красным перцем, чесноком, шафраном, корицей и орехами. Все это гигантское жаркое жарят на вертеле, прямо на улице, над угольной кучей в течение нескольких часов. Снаружи довольно толстый слой его обугливается, так что часть мяса пропадает. Зато внутри такое изобилие сока, такой неповторимый аромат, что по сочности и тонкости вкуса мяса с ним не может сравниться ни одно другое мясное блюдо в мире.

Однако терпимость ко всем видам мяса не мешает грузинам все же больше всего любить говядину и домашнюю птицу - индейку и курицу.

По сравнению с мясом рыбные блюда занимают в Грузии сравнительно скромное место, да и то лишь в отдельных районах, расположенных вблизи рек. При этом следует подчеркнуть, что типичными для Закавказья видами рыб являются усач, храмуля, шемая, подуст, принадлежащие к семейству карповых и отличающиеся исключительно нежным и жирным мясом. В высокогорных прозрачных и быстрых речках Абхазии, Сванетии, Хевсуретии и Верхней Карталинии распространена форель, мясо которой также изысканно вкусно и не имеет специфического "рыбного" привкуса. Эти особенности местного рыбного сырья в сочетании с относительно редким и незначительным использованием рыбы по сравнению с мясом в грузинской кухне наложили отпечаток на характер приготовления рыбы у грузин. Ее употребляют преимущественно в отварном и тушеном виде и сдабривают теми же соусами и приправами, что и мясные или овощные блюда.

Формирование постного стола в грузинской кухне в отличие, например, от русской пошло по линии разработки не рыбных и грибных блюд, а в основном овощных и фруктовых. На это наталкивала сама природная среда. В результате овощные блюда стали занимать в грузинской кухне большое и чуть ли не доминирующее место, если иметь в виду разнообразие их видов. Большинство их готовят из фасоли, баклажанов, кочанной и цветной капусты, свеклы, помидоров. Это так называемые основные овощи. Наряду с огородными овощами в большом употреблении дикие травы - крапива, чина, мальва, джонджоли, портулак и другие, а также молодая ботва огородных культур - свеклы, цветной капусты. К растительным блюдам следует причислить также и различные виды изделии из зерновых культур: полбы - зандури, чумизы, риса, кукурузы.

Овощные блюда грузинской кухни могут быть сырыми, типа салатов, но чаще всего они вареные, печеные, жареные, тушеные, маринованные или соленые. Наиболее часто применяется сочетание какого-либо одного основного овоща (например, фасоли, баклажанов) с разнообразными меняющимися приправами. Таковы, например, десятки видов лобио. В других случаях, наоборот, основные овощи (капуста, фасоль, баклажаны, свекла, шпинат) в блюде меняются, а приправы, соусы, подливки остаются неизменными. Таковы овощные блюда типа мхали и борани.

Большое место в грузинской кухне занимают орехи - лещина, фундук, буковые орешки, миндаль, но чаще всего грецкие орехи. Это специфическое сырье - неизменный компонент различных приправ и соусов, одинаково хорошо подходящих к блюдам из домашней птицы, из овощей и даже из рыбы. Орехи идут в мясные супы и в кондитерские изделия, в холодные салаты и в горячие вторые блюда. Без них, короче говоря, немыслим грузинский стол.

Наконец, огромное значение в грузинской кухне приобрели пряные травы, употребляемые в течение всего года. Это кинза, эстрагон, базилик, чабер, порей, зеленый лук, отчасти мята.

Другой отличительной чертой грузинского стола является частое и обильное употребление сыров. Прежде всего обращает на себя внимание состав сыров. Это исключительно сыры рассольного типа, приготовляемые в основном бурдючным и отчасти кувшинным способом. В Западной Грузии сосредоточено производство неострых, пресноватых сыров с кисломолочным вкусом - сулугуни и имеретинского. В высокогорных северных районах Восточной Грузии делают острые и соленые сыры - кобийский, тушинский и грузинский.

Не только вкусовая гамма, но и способы применения грузинских сыров сильно отличаются от европейских. Если в европейских кухнях разнообразные сыры составляют принадлежность в основном либо закусочного, либо десертного стола, то в грузинской кухне их используют при приготовлении горячих блюд, как вторых, так и первых (гадазелили). В грузинской кухне сыр отваривают или разваривают в молоке, жарят на вертеле и на сковороде в масле, запекают в тесте, вымачивают, толкут, сдабривают маслом и пряностями. Эти особенности употребления сыров в значительной степени связаны с тем, что закавказские сыры очень часто не проходят полного процесса созревания и представляют собой типичные полуфабрикаты, а также с общим у ряда древних горных народов стремлением перенести приемы тепловой обработки мяса на другие продукты животноводства, приспособить их, например, к сыру. Так, варка и обжаривание сыра свойственны швейцарской кухне, грузинской кухне столь же свойствен способ обжаривания сыра на вертеле.

Широкое использование вплоть до наших дней открытого огня и вертела для приготовления не только мясных, но и овощных, рыбных и даже сырных блюд, а также применение глиняной кувшинообразной печи торне для выпечки мучных изделий в целом типично, разумеется, не только для грузинской, но и для других закавказских кухонь. Более специфичны применяемые грузинами для жарения и запекания кеци - небольшие глиняные и большие каменные сковородки, а также широкие металлические сковородки тапа для жарения домашней птицы под прессом. И хотя последний прием был заимствован в древности у армян, но в грузинской кухне он получил гораздо большее распространение. Все эти технологические методы служат, однако, лишь одним из элементов создания национального кулинарного колорита в грузинской кухне.

Другой, внешне менее привлекающей внимание, но зато более существенной и подлинно национальной особенностью грузинской кулинарии является использование специальных приемов для создания разнообразных блюд. Из таких приемов следует назвать два: использование кислой, кисложирной и кислояичной среды для создания своеобразного вкуса и консистенции грузинских супов и применение соусов для обогащения ассортимента вторых блюд. Грузинские супы почти лишены овощной гущи. Зато консистенция их намного плотнее обычных супов. Это достигается очень часто введением в них яичных желтков или целых яиц.

Чтобы яйца не свертывались при нагревании, применяется следующий прием: их предварительно смешивают в единую эмульсию с какой-либо кислой средой - натуральным кислым фруктовым соком, кислым молоком (мацони) или с уксусом. Особенно часто используется в качестве кислой среды загущенное и высушенное пюре сливы ткемали, называемое тклапи. Кислая среда применяется в супах и тогда, когда отсутствуют яйца, но имеется довольно много жиров и мяса. Это не только облагораживает и разнообразит вкус блюд, но и значительно повышает их усвояемость.

Подобно французской кухне грузинская немыслима без соусов. При этом грузинские соусы принципиально отличаются от европейских как составом, так и технологией. Для грузинских соусов всех видов в качестве основы используется исключительно растительное сырье. Чаще всего это кислые ягодные и фруктовые соки или пюре из ткемали, терна, граната, ежевики, барбариса, иногда из помидоров. Большое распространение имеют также ореховые соусы, где основой служат толченые орехи, разведенные либо бульоном, либо простой водой или винным уксусом. Реже используется в качестве основы для некоторых соусов толченый чеснок (но он входит как дополнительный компонент в большинство соусов). Во многих соусах и подливах все указанные основные растительные элементы (кислый сок, орехи, чеснок) соединяются в разных пропорциях. Наряду с основой в состав грузинских соусов входит также большой набор пряностей, в основном пряной зелени, пряных трав, к которым добавляется небольшое количество сухих пряностей. В состав пряной зелени входят кинза, базилик, эстрагон, чабер, петрушка, укроп, мята; в состав сухих пряностей - красный перец, семена кориандра, корица, кардобенедикт (имеретинский шафран), гвоздика. В каждом соусе используется свой набор пряностей, т. е. не все указанные пряности вместе, а обычно три-четыре из них. Именно такой набор в каждом отдельном случае придает соусам в сочетании с различной основой разнообразный вкус и аромат.

Технология приготовления грузинских соусов сводится обычно к двум основным операциям: к увариванию фруктового сока или пюре и к толчению орехов, чеснока, пряностей. Уваривают на треть или наполовину, а толкут до получения гладкой пасты или эмульсии.

После уваривания и толчения остается лишь смешать все компоненты, входящие в данный соус. Обычно смешивание сводится к разведению сухих компонентов жидкими: соками, винным уксусом, бульоном или водой. Большинство грузинских соусов по консистенции жидкие в противоположность, например, соусам европейским, имеющим густую консистенцию, иногда более плотную, чем густая сметана.

Своеобразно и применение соусов в грузинской кухне: один и тот же соус может применяться к совершенно разной основе (мясной, овощной и даже рыбной) и в зависимости от этого давать разные блюда. Таково, например, использование соуса сациви. Иногда же диапазон применения соуса может ограничиваться лишь овощными блюдами, но при этом такие блюда должны быть разными по составу основных овощей, т. е. и в этом случае принцип остается прежним - одинаковый соус к разной основе. Так, к капусте, баклажанам, свекле, фасоли может быть использован один и тот же соус - ткемали. С другой стороны, к одной и той же основе могут быть применены разные соусы. Этот прием также дает разные по названию блюда. Например, к совершенно одинаково зажаренной курице можно подать соусы сацебели, сациви, гаро, ткемали, чесночно - винный, ореховый, барбарисовый и др.

Именно варьированием соусов и в общем-то небольшого числа основных продуктов достигается в значительной степени разнообразие вторых блюд грузинской кухни. Чаще всего в качестве основы выступают такие продукты, как фасоль, баклажаны, домашняя птица, которые способны создать очень близкий к нейтральному, но не совсем нейтральный вкусовой фон, благоприятный для проявления на нем аромата, вкуса, пикантности грузинских соусов.

Иногда грузинские соусы выступают в роли самостоятельных блюд и употребляются в этом случае с хлебом. Достаточная калорийность, значительное содержание витаминов, высокие вкусовые качества вполне объясняют такое их использование.

Несколько слов о вкусовой гамме грузинских соусов. Самая отличительная ее черта - это терпкая кислинка, создаваемая естественными фруктово-ягодными соками. Очень часто ее ошибочно принимают за "остроту" и связывают с якобы неумеренным употреблением пряностей, особенно перца. Между тем кисловато-терпкий вкус не имеет ничего общего с "остротой". Конечно, он усиливает аромат и привкус, который сообщают грузинским соусам используемые в них пряные травы, но сам характер их кисловатой основы и этих пряностей не острый.

Естественная кислинка фруктовых соков ничего общего не имеет с остротой уксуса, которым иногда заменяют эти соки при приготовлении грузинских блюд в ресторанной практике. Что же касается пряностей, используемых грузинской кухней как в соусах, так и непосредственно при приготовлении пищи, то они также отличаются ароматичностью, а вовсе не остротой: не только пряная зелень, как, например, кинза, базилик, чабер, эстрагон, мята, но и любимые грузинами сухие пряности - хмели-сунели, корица и кардобенедикт смягчают, умеряют резкость вкуса и также отличаются, в первую очередь, не жгучестью, а высокой ароматичностью.

Набор пряностей в грузинской кухне, как кстати и в остальных закавказских, преследует создание не столько жгучего, сколько ароматически-пряного, освежающего эффекта. Отсюда в грузинской кухне преобладает употребление свежих, а не сушеных пряностей и не столько классических, сколько местных, поскольку свежие пряные травы действуют более мягко.

Единственная подлинно жгучая пряность в грузинской кухне - это красный перец, но он. как и чеснок, употребляется, грузинами довольно умеренно, хотя и постоянно. И красный перец и чеснок всегда употребляются как дополнительный, а не главный компонент в пряных смесях и, кроме того, их жгучесть всегда умеряется тем, что им обязательно сопутствуют такие пищевые продукты, как толченые орехи и мацони, которые призваны ослабить первоначальную жгучесть.

Правда, между различными районами Грузии существуют некоторые различия в применении пряностей: в Западной Грузии, особенно в Абхазии, находившейся почти два с половиной столетия (1578-1810 гг.) под владычеством Турции, употребление красного перца (турецкого) распространено значительно шире, чем в Восточной Грузии. Так, в Абхазии употребляют пряную смесь аджику, в которой красный перец составляет четвертую (!) часть, в остальных районах Грузии доля красного перца в общем составе пряных смесей постепенно падает (с запада на восток), доходя иногда до 5%, т. е. одной двадцатой части, но обычно в среднем не превышает десятой части.

### 2.2.1Первые блюда

|  |  |
| --- | --- |
|  | Чихиртма с курицей или индейкой  1 курица или 1-1,5 кг мяса индейки, остальной набор продуктов тот же, что для чихиртмы с бараниной.  Чихиртму с курицей готовят так же, как и с бараниной, с той только разницей, что птицу если она старая, варят не более получаса (целиком), а затем нарезают на куски и обжаривают либо, если она молодая, вообще не варят вначале, а сразу обжаривают. Кроме того, в куриный бульон не добавляют мучную заправку, а в виде кислоты к яичнокислой смеси используют чаще всего сок лимона, а не уксус.  Бозартма  Бозартма - суп из жирной баранины или из домашней птицы (курицы, цыпленка, индейки) с небольшим количеством жидкости, с легкой кислинкой. Основные и единственные овощи в бозартме - это лук и помидоры, а бозартма из птицы может быть и без помидоров: их кислота заменяется частично или полностью гранатовым соком. Бульон в бозартме из-за большого количества лука и малого количества воды весьма концентрированный и воспринимается скорее как жидковатый луковый соус. Набор пряностей в бозартме сильно меняется в зависимости от вида (нежности) мяса - баранины, курицы или цыпленка. 2.2.2Вторые блюда Длинный мцвади  Вырезку зачистить от пленок и целиком, во всю длину вдоль вдеть на вертел; при этом, чтобы вырезка во время жарения сохраняла форму и не сокращалась, плотно привязать ее к вертелу суровой ниткой. Обжарить, как обычный шашлык, над углями без пламени, вращая, причем предварительно или в процессе обжаривания обмазать ореховым или иным растительным маслом. Иногда до жарения шашлык перышком слегка смачивают соленой водой. Но этого можно и не делать, а посолить и поперчить или смазать аджикой уже готовый шашлык - так мясо будет сочнее. Готовый шашлык снимают с вертела, режут, как колбасу, поперек волокон с небольшим скосом ломтями толщиной 1,5 см, солят, перчат и заедают зеленью лука, кинзы, базилика или целиком обжаренными на вертеле помидорами, у которых затем снимают кожицу.  Мцвади-бастурма  Из говяжьей вырезки или из мяса других отделов задней части, тщательно очищенного от пленок и сухожилий, нарезать небольшие куски одинаковых размеров (например, 3x5 см) и сложить их в неметаллическую посуду (фаянсовую, фарфоровую, эмалированную), засыпав смесью соли, черного молотого перца, мелко нарезанного лука, молотого семени кориандра или ажгона, разведенных в 1-2 ст. ложках винного уксуса, перемешать, закрыть и выдержать в прохладном месте от 12 ч до 2,5 суток, после чего нанизать на вертел (лучше всего не на металлический, а на прутья из лиственных пород дерева) и обжарить над угольями. Чтобы мясо не подгорало и не обугливалось по краям, его обмазывают маслом, а угли слегка присыпают золой. 2.3Азербайджанская кухня Своеобразие азербайджанской кухни заключается в том, что, обладая некоторыми сходными чертами с другими закавказскими кухнями - наличием одного и того же типа очага (тындыр), кухонной утвари и пищевого сырья, - она создала на этой базе несколько иное меню и в целом иную вкусовую гамму. Поэтому основной состав национальных азербайджанских блюд отличается самобытностью, хотя многие блюда, заимствованные, например, из армянской кухни (долма), входят в повседневное меню современного азербайджанца.  Азербайджанские блюда, имеющие в подавляющем большинстве тюркские названия, часто весьма похожи по названиям на блюда тюркоязычных народов Ближнего Востока и Средней Азии, но по существу, особенностям приготовления и вкусу гораздо ближе к иранской кухне.  Дело в том, что еще в VI-IV вв. до н. э. часть территории современного Азербайджана перешла в руки древнеперсидской династии Ахеменидов. А начиная с III-IV вв. н. э. территорией нынешнего Азербайджана овладели Сасаниды, основавшие сильное государство в Иране, поэтому становление феодальных отношений в Иране и Азербайджане, а вместе с тем и главных черт той материальной культуры, которая просуществовала много столетий в этих странах, происходило одновременно. Хотя затем Азербайджан испытал арабское завоевание в VIII в. и введение ислама, нашествие турок-сельджуков в XI-XII вв. и монгольские вторжения XIII-XIV вв., однако все это, оказав влияние на этнический состав, в меньшей степени затронуло уже сложившуюся материальную культуру, которая сохранила иранские черты. Кроме того, как раз на протяжении XVI-XVIII вв. Азербайджан находился в составе Ирана - и вновь персидское влияние в быту значительно возросло. Оно не только сохранилось до вхождения Азербайджана в состав России в первой трети XIX в., но и сказалось позднее, при окончательном формировании азербайджанской нации в конце XIX в.  Тот факт, что отчасти в период персидского владычества и особенно со второй половины XVIII в. до середины XIX в. Азербайджан распадался почти на полтора десятка феодальных княжеств-ханств, способствовал закреплению некоторых региональных особенностей в азербайджанской кухне, проявляющихся и поныне.  В Южном Азербайджане, в Ленкоранско-Талыщском округе местной особенностью является приготовление фаршированной фруктами дичи (преимущественно фазанов) и другой домашней птицы на открытом огне, а также запеченной в тындыре рыбы с орехово-фруктовой начинкой; в Северном Азербайджане, близком к Дагестану, где сильнее тюркские влияния, главным блюдом является мясо-тестяной хинкал. В крупных городах - Баку, Шемахе (древняя столица Ширвана), Кировабаде (Гяндже - в прошлом) - традиционное приготовление мясо-тестяных и пирожковых изделий: дюшбары, кутабов, а также иранских сладостей - шакербуры, курабье, пахлавы, халв и щербетов, рахат-лукума.  Отбор пищевого сырья, сделанный азербайджанской кухней за многовековую историю, отличается некоторыми существенными деталями от грузинского и армянского.  Основным мясом в азербайджанской кухне является баранина, причем предпочитается мясо молодых ягнят. Однако баранина не занимает здесь такого исключительного положения, как в Узбекистане. Наряду с бараниной довольно часто применяется и телятина, а в старой азербайджанской кухне заметное место занимала также дичь (фазаны, турачи, куропатки, перепелки), все более заменяемая ныне домашней птицей (курами, цесарками, в первую очередь цыплятами). Стремление к использованию молодого мяса объясняется тем, что его, как правило, готовят на открытом огне (старое мясо, особенно говяжье, для этого непригодно). Мясо приготовляют обычно с кислыми фруктами - кизилом, алычой и гранатами, причем кизил чаще сочетают с телятиной, алычу - с бараниной, а гранатовый сок - с дичью.  Гораздо большее, чем в других закавказских кухнях, место занимает в азербайджанской кухне рыба, которую готовят по технологии, разработанной для основного пищевого сырья - мяса и фруктов. Так, рыбу гриллируют подобно баранине на открытом огне мангала, т. е. приготовляют по типу шашлыка, сочетают с фруктами и орехами (миндалем), запекают в тындыре и коптят. Особым является приготовление рыбы по методу паровой бани (не путать с водяной баней!).  Все это в значительной степени связано с тем, что в азербайджанской кухне традиционна красная рыба (осетр, кутум), которая благодаря своим достоинствам дает возможность использовать указанную технологию.  Овощи, фрукты и особенно пряная зелень и съедобные травы применяются в рационе столь же широко и порой даже шире, чем в армянской и грузинской кухнях, но большей частью в свежем, а не в отваренном или жареном виде. Если же ее готовят с мясом или яйцами, то на долю зелени приходится порой чуть ли не более половины объема блюда (чучу, ажабсанда). Мясо при этом сильно разваривается, поэтому мясо-овощные блюда часто представляют собой зеленную кашу с мясной подливкой (сабза-говурма).  Среди овощей в современной азербайджанской кухне часто можно встретить картофель: его, например, вводят в суп пити. Однако классическая азербайджанская кухня, конечно, не знала картофеля и не могла применять его. Использование картофеля началось сравнительно недавно - уже в годы Советской власти. До этого его место занимали каштаны. Именно с каштанами лучше всего сочетаются азербайджанские кислые естественные (фруктовые) приправы к мясу - гора (незрелый виноград), абгора (сок незрелого винограда после непродолжительного брожения), нар и наршараб (гранат и его сгущенный сок), сумах (барбарис), ахта (кизил), сушеная и свежая алыча. Вот почему для получения характерной азербайджанской вкусовой гаммы лучше использовать в мясные и мясо-овощные блюда каштаны, а не картофель.  Для азербайджанской кухни вообще характерно употребление в основном надземных овощей. Крайне мало употребляются корнеплоды - свекла, морковь, редька. Зато в почете всякие травы (пряные, ароматические, нейтральные), зеленые, овощи (артишоки, спаржа, так называемая дербентская салатная капуста с мелкими кочанами конической формы, горох нут, зеленая фасоль). Фруктам и орехам (каштанам, фундуку, миндалю, лещине, грецкому ореху) также отдается предпочтение, и они употребляются наравне с овощами. Так, в азербайджанской кухне фрукты жарят на сливочном масле, особенно кайсу (курагу), алычу, персики.  Зеленый лук в азербайджанской кухне применяется чаще, чем репчатый, и в очень больших количествах, обычно как закуска ко всем жареным мясным блюдам. Точно так же используется чеснок, местные сорта которого не обладают особой остротой и идут в пищу вместе с зеленым пером. Из других пряных трав чаще всего встречаются кресс (луговой и горный), лук-порей, зелень петрушки, эстрагон, кудрявая и яблочная мята, мелисса, кориандр (кинза), немного реже - чабрец и еще реже - укроп и ажгон (зира). В то же время использование классических пряностей в азербайджанской кухне относительно ограничено: для мясных, рыбных и овощных блюд используется черный перец, для сладких и кондитерских - корица, кардамон, а для пловов, рыбы и шербетов - настоящий шафран, называемый иранским шафраном\* в отличие от употребляемого в Грузии имеретинского шафрана (кардобенедикта). Именно шафран, столь почитавшийся в древней Мидии и Персии, считается азербайджанской национальной пряностью. Красный перец и вообще жгучие пряные сочетания малоупотребляемы в азербайджанской кухне, за исключением районов, прилегающих к Грузии и Дагестану.  Из ароматических растений в пищу используются лепестки розы, что, как и применение каштанов, отличает азербайджанскую кухню от соседних закавказских. На розах настаивают сиропы, варят из них варенье, употребляют розовое масло в шербеты.  Из нейтральных диких трав, идущих в качестве зеленой вареной массы к мясным блюдам и пловам, предпочитают спорыш, называемый по-азербайджански кырпыгын\*\*.  Вообще основной особенностью азербайджанской кухни следует считать сочетание нейтральных по вкусу пресноватых пищевых продуктов, например отварного риса, каштанов или спорыша, непосоленного молодого мяса, яиц или рыбы с выраженyj кислыми растительными и молочными продуктами - в результате получается, с одной стороны, контраст пресного и кислого, с другой - смягчение резко кислого вкуса до умеренно кисловатого, приятного. Это подтверждается такими блюдами, как довга, применением граната и алычи в мясных и рыбных блюдах и даже приготовлением из абрикосов и персиков не урюка и тем более не шепталы (особо сладкий урюк), как в Средней Азии, а преимущественно кайсы (кураги), отличающейся кисловатым привкусом.  Многие блюда азербайджанской кухни имеются и в кухнях других народов (шашлык, долма, чанахи, пловы, пельмени). Однако они иногда отличаются технологией. Например, три вида азербайджанских пельменей - дюшбара, курзе и гиймя-хинкал - отличаются друг от друга общей величиной и формой, составом теста и начинкой и способом их расположения (подробнее см. об этом в описании рецептов мясо-тестяных блюд).  Имеет свои особенности и азербайджанский плов - парадное национальное блюдо. В отличие от узбекского он относится к иранскому, а не к среднеазиатскому типу. Рис для плова готовят и подают совершенно отдельно от остальных компонентов (мяса, дичи, рыбы, яиц или фруктов и трав, в совокупности называемых гара), не смешивая с ними даже на блюде во время еды. Поскольку рис составляет основу и более половины объема плова, то от качества его приготовления во многом зависит вкус всего блюда. Искусство заключается в том, чтобы рис во время отваривания не растрескался, не разварился и не стал бы клейким - каждая рисинка должна остаться целой, лишь слегка и равномерно разбухнуть при варке. Только в этом случае рис вкусен сам по себе, хотя и кажется, что он остается нейтральным по вкусу. Для этого рис отваривают преимущественно на пару в металлических тындырчиках или используют другие традиционные способы варки (см. в рецептах) и, кроме того, берут для пловов не любые, а специальные, чаще местные сорта риса.  Подача и еда азербайджанских пловов также имеют свои традиции. Рис никогда не подают совершенно горячим, а настолько теплым, чтобы масло в нем не остыло. Одновременно на отдельном блюде подают мясную или мясо-фруктовую часть плова и отдельно пряные травы. Таким образом, азербайджанские пловы состоят из трех отдельных частей, составляющих в совокупности одно блюдо. Мясо заедают рисом (или рисом, завернутым в лаваш) и вслед за тем пряной травой. Только те пловы, мясная часть которых заменяется яичной, подают к столу иначе - вначале на блюдо ровным слоем кладут рис, на него яично-растительную приправу, которую стараются взять с блюда так, чтобы того и другого в ложке было поровну.  Классический азербайджанский обед длится, как и все восточные обеды, долго - около трех часов, а порой и более. Он начинается обычно с закусок - копченого осетрового балыка с зеленым луком, луком-пореем, редиской, свежим огурцом или крессом, которые заедают чуреком и запивают айраном. При этом овощи и зелень не нарезают, а подают всегда целиком и каждую в отдельности. Затем следуют кислые поджаренные фрукты - чаще всего алыча, иногда наполовину с персиками. После этого подают один из супов - пити, довгу или кюфту-бозбаш. После довги может последовать говурма из баранины; после пити, в состав которого входит баранина, может быть подана галя (телятина с кизилом) или долма, но чаше всего цыплята или фазан, жаренные на вертеле. Все эти вторые блюда обильно сопровождаются пряной зеленью - крессом, кинзой, чесноком, зстрагоном, мятой. И только затем следует центральное блюдо - плов, который одновременно выполняет роль переходного блюда от второго к третьему. Характер плова также определяется в зависимости от предыдущих блюд. Если в их состав уже входила баранина, то плов будет с дичью или птицей. Если же дичь была подана до плова, а в состав первого блюда входила баранина (пити), то плов делают с яйцами, травами (кырпыгын) или фруктами. Когда же предварительное второе содержит яйца, зелень или телятину (чугу, галя), то плов делают с бараниной.  После плова может последовать как переходное блюдо к десерту густой соус из кураги, изюма, миндаля и сока граната. Десерт всегда чрезвычайно разнообразен и состоит помимо непременного мелкоколотого сахара из различных варений, бекмесов, шербетов, халв, печений и каймака с медом, которые подают к заключительному блюду - чаю.  В Азербайджане чай пьют охотно, помногу и не только в обед, но и вне обеда или любого другого приема пищи. Пьют только черный байховый чай, довольно крепкий, причем, как и в Иране, используют для питья не фарфоровую посуду (пиалы или чашки), а специальные узенькие сосуды грушевидной формы, напоминающие миниатюрные вазочки - так называемые армуды.  Использование большого количества свежей пряной зелени, фруктов и кислых соков почти в течение круглого года, молодого мяса и дичи, а также кисломолочнозеленных блюд делает азербайджанскую кухню здоровой и полезной.  Показательно ограниченное употребление соли в азербайджанской кухне. Азербайджанцы даже мясо предпочитают либо совсем несоленое (одно из основных народных блюд - кебаб - не солят совсем), либо ему придают кисловатый вкус с помощью фруктовых соков - граната, алычи, наршараба.  \* Хотя этот шафран производят в самом Азербайджане, который является центром по выращиванию шафрана в СССР.  \*\* Азиатский вид спорыша отличается от европейского своими размерами, более сочными и нежными листьями. 2.3.1Первые блюда Парча-бозбаш  500-750 г баранины, 50 г курдючного сала, 4 ст. ложки гороха нохута (замочить за 5-6 ч), 1,5 стакана каштанов, 1 стакан алычи, 2 луковицы, 2 шт. зеленого лука, 1-2 айвы, 8-10 зерен черного перца, 1 ч. ложка или 1 кусочек имбиря, 2 ст. ложки мяты, 2 ст. ложки укропа, 1 ч. ложка сумаха (молотого барбариса), 6-7 тычинок шафрана.  Баранину разделить на 4 куска, слегка обжарить без масла до золотистой корочки, сложить в большой широкий горшок, добавить мелко нарезанный зеленый лук, перец, имбирь и замоченный нохут, залить крутым кипятком, плотно закрыть и поставить в духовку на 40 мин.  Затем положить подготовленные каштаны (см. с. 171), алычу (целиком), айву (дольками) и выдержать еще 30 мин, заложив за 3-5 мин до готовности пряную зелень, шафран и сумах.  Сюдлу-сыйыг  1,5 стакана риса, 1 л молока, 0,5 л воды, 50 г сливочного масла, 10 кусков сахара, 1-2 ч. ложки или 2-2,5 см палочки корицы, 7-8 тычинок шафрана, 0,5 ч. ложки соли.  Рис отварить в воде до полуготовности, слить воду, промыть (см. с. 167, способ 2).  В кипящее молоко всыпать полуотваренный рис и варить на медленном огне около 10 мин.  В воде распустить сахар, вскипятить.  Соединить рис с сахарным сиропом, добавить сливочное масло, корицу, шафран и варить на медленном огне в течение 7 мин. 2.3.2Вторые блюда Гал`я  500-750 г телятины, 1 стакан чечевицы, 2 стакана каштанов, 0,3-0,5 стакана ядер фундука, миндаля или лесных орехов (лещины), 1 стакан сухого кизила, 4 луковицы, 50-75 г сливочного масла, 1 ст. ложка свежего чабреца или 2 ч. ложки сухого, 1 головка молодого чеснока с зеленью, 1 ст. ложка мяты, 1 ст. ложка петрушки.  Телятину нарезать четырьмя крупными кусками, обжарить в масле с крупно нарезанным луком, добавить 1 стакан кипятка, дробленую или предварительно замоченную чечевицу и поставить на медленный огонь или в духовку томиться (лучше в глиняных горшочках).  Через 20-25 мин добавить подготовленные каштаны (см. с. 171), молотые орехи и предварительно замоченный и протертый кизил, добавить кипяток или бульон (около 0,5 стакана) и оставить еще на 30 мин.  За 3-5 мин до готовности всыпать в горшочки мелко нарезанную пряную зелень.  Сабза-каурма  1 кг баранины (мякоть), 50 г курдючного сала, 500 г лука (половина зеленого), 1 стакан абгора (незрелого винограда или его сока) или 0,5 стакана лимонного сока, 250 г зелени нейтральных трав (шпината, спорыша), 100 г кинзы, 2 ст. ложки базилика, 2 ст. ложки укропа, 2 ст. ложки эстрагона, 1 ст. ложка мяты, 0,5-1 ст. ложка настойки шафрана или 6-8 тычинок шафрана.  Баранину нарезать на кусочки размером 2х1 см и обжарить с салом, добавить абгора, нарезанный репчатый лук и тушить, плотно закрыв крышкой, не менее получаса. Затем добавить мелко нарезанную нейтральную зелень, а когда она осядет - пряную зелень и тушить еще 5 мин.  Перед подачей добавить настойку шафрана, перемешать. 2.4Казахская кухня Казахскую кухню можно считать самой молодой в нашей стране, поскольку складываться она начала лишь в конце XIX - начале XX вв. и оформилась, когда завершился переход казахов на оседлое положение и коренным образом изменилось хозяйство Казахстана.  Казахи на протяжении всей своей истории с момента образования народности в начале XVI в. на базе тюркояэычных племен и вплоть до государственно-территориального оформления Казахстана в 1925 г. были, по существу, кочевым народом. Основным и единственным видом натурального хозяйства было кочевое отгонное скотоводство, в котором преобладало овцеводство и табунное коневодство (а также верблюдоводство), меньшую роль играло разведение крупного рогатого скота, ставшего известным казахам лишь в конце XVII в. Этот экстенсивный и чрезвычайно однобокий тип хозяйства, с одной стороны, и неразвитость общественных и экономических отношений, усугубляемая изолирующим воздействием огромных степных пространств, на которых был рассеян сравнительно немногочисленный казахский народ; с другой стороны, обусловили на долгое время односторонность пищевого сырья у казахов.  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) - вот тот весьма ограниченный и, главное, однообразный ассортимент продуктов, которыми могли пользоваться казахи. Вполне понятно, что даже самая изощренная фантазия не могла создать из одного мяса и молока и всех их производных большое разнообразие блюд, особенно в условиях нестабильности жилья и при крайней ограниченности, если не сказать при почти полном отсутствии овощного и зернового пищевого сырья вплоть до конца XVIII- начала XIX вв.  Ограничивал развитие казахской кулинарии недостаток кухонной утвари, при помощи которой можно было бы разнообразить технологию, как это имело место у народов Закавказья, обладавших большим набором металлической (медной, железной, чугунной), керамической (глиняной) и каменной посуды. У казахов же вследствие их кочевого образа жизни первоначально существовала только кожаная и деревянная, т. е. небьющаяся посуда, употреблявшаяся главным образом для хранения еды и лишь отчасти для приготовления пищи.  В кожаных мешках (саба - из конской кожи и торсык - из бараньей) приготовляли кумыс и другие кисломолочные продукты, а в деревянных бадьях и кожаных сабах варили мясо, опуская туда нагретые камни. Поэтому в старинной казахской кухне полностью отсутствовали супы, а мясо употреблялось в основном отварное. Чугунный казан как основной тип утвари и очага появился лишь в XVIII в., а вместе с ним появились и некоторые жареные мясные блюда, заимствованные у узбеков.  Развитие казахской кулинарии шло в направлении разработки таких полуфабрикатов из мяса и молока, которые могли бы сохраняться достаточно длительное время в условиях постоянного кочевья и в то же время были бы вкусны и не приедались при частом употреблении. Так возникло и получило развитие изготовление копченых, солено-копченых и копчено-вареных полуфабрикатов из различных частей конины (конских колбас), жареных презервов из баранины и бараньего ливера.  Что касается использования молока, то его казахи никогда не употребляли в пищу в сыром виде (ни парное, ни охлажденное). И эта традиция сохранилась до наших дней. Наоборот, значительное распространение получило изготовление кисломолочных полуфабрикатов и продуктов, причем таких, которые оказались наиболее удобными для хранения и перевозок в условиях кочевья; это в первую очередь кумыс, не только хорошо сохраняющийся, но и приготовляемый в торсыках (при непрерывном встряхивании во время езды), а также скороспелые сыры, которые можно было сделать и употреблять во время стоянок, либо сухие молочные концентраты (курт, сарса) - легкие, транспортабельные и непортящиеся при длительных перевозках. Все эти продукты обладали еще одним общим свойством - они были удобны для непосредственного употребления в холодном виде. Таким образом, казахская кухня, если к ней применять современные понятия, в значительной степени была кухней холодного стола.  Продукты земледелия поздно вошли в казахское меню. Первым зерном, ставшим известным казахам и занявшим затем основное место в их кухне как национальный злак, было просо - могар и ку-дза, получаемые вначале из Джунгарии и Средней Азии в результате меновой торговли, а затем частично возделываемые оседлыми казахами в южных районах Казахстана.  После того как в XVIII в. значительная часть Казахстана присоединилась к России, в рационе казахов стали все более использоваться продукты земледелия - главным образом зерно (пшеница, рожь) и мука из него, получаемая в обмен на продукты животноводства. Но вплоть до 60-70-х годов XIX в. мука и мучные изделия употреблялись в основном зажиточными казахами.  Только в последней трети XIX в., когда хозяйство Казахстана стало развиваться в большей связи с хозяйством России, когда в результате проникновения капиталистических отношений в нем усилилась классовая дифференциация и обедневшие, лишенные скота казахи, не имея возможности продолжать кочевую жизнь, стали заниматься земледелием, только тогда, мука и мучные изделия стали занимать все большее и большее место в казахской кухне.  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 ет, или бешбармак. В то же время употребление различных продуктов переработки конского и овечьего молока - кумыса, курта, айрана, сарсы и иримшика - несколько отошло на второй план.  Конечно, было бы неверно считать, что казахская кухня развивалась совершенно изолированно, только под влиянием природных и экономических условий. Многое было заимствовано в XVIII-XIX вв., особенно господствующим классом, у соседних народов Средней Азии - узбеков, таджиков, дунган и уйгуров, обладавших к этому времени чрезвычайно развитой кулинарной культурой. Эти заимствования касались, в первую очередь, технологии приготовления жареных мясных блюд (с использованием масла) и более сложных мясо-мучных изделий (самсы, мантов), а также употребления отдельных продуктов (например, чая, фруктов, бахчевых культур), которые стали шире использоваться в рационе казахов Южного Казахстана. Наконец, заимствована была и организация праздничного стола - по типу узбекского, т. е. с использованием сладостей в начале и в конце обеда. Из русской кухни в XX в. было заимствовано казахами повседневное употребление овощей (особенно картофеля, моркови, огурцов, редьки, чаще всего используемых в виде салата), 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 расширение ассортимента продуктов в принципе не изменили основных национальных особенностей казахской кухни, ее специфики, хотя и сделали ее более разнообразной. Если говорить о действительно характерных чертах казахской кулинарии, о том, что отличает ее от других кухонь народов Средней Азии, то наряду с наличием копченых изделий из конины и излюбленным сочетанием мяса и теста в большинстве национальных горячих блюд следует отметить преобладание отварных и полуотварных мясо-тестяных блюд, а не жареных. Характерно, что мясо в казахской кухне готовят до сих пор крупными кусками (и измельчают лишь непосредственно перед едой), причем употребляют его в натуральном виде. Казахской национальной кухне чужды блюда из молотого мяса (за исключением современных заимствований), что объясняется полным отсутствием в прошлом условий для усложненной кулинарной обработки.  Казахская кухня не знает и супов, если опять-таки не считать заимствованной у узбеков шурпы. В то же время чрезвычайно характерны для казахской кухни такие блюда, которые по своей консистенции занимают как бы промежуточное положение между супами и вторыми блюдами. Таково национальное блюдо ет, чаще называемое у нас бешбармаком, и праздничное блюдо наурыз-коже, приготовляемое лишь один раз в году - под Новый год. В состав таких блюд входит много мяса, теста или зерна и относительно небольшое количество крепкого, концентрированного, жирного и густого бульона-подливки, сдобренного кисломолочными продуктами и составляющего неразрывную часть блюда.  Другой характерной особенностью казахской кухни является широкое использование субпродуктов (легких, печени, почек, мозгов, языка), очень ценимых казахами (например, почки они считают лучшей и наиболее ценной частью мяса), а также комбинаций субпродуктов с мясом (обычно грудинкой). В то же время такие части мяса, как седло, задняя часть, приготовляются в чистом виде, почти исключительно посредством запекания (в прошлом - в углях, а в современной кухне - в духовке).  Национальным видом мяса у казахов следует считать конину, хотя ныне ее употребляют реже, чем баранину и даже говядину. Именно из конины создаются такие характерные для казахской кухни национальные изделия, как казы, карт`а, 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 разделывается обычно конская туша. Таковы кабырга, тостик, жанбаз, жал, жай, казы, сурет-ет, бельдеме и др.  Мучные блюда - разнообразные лепешки, сходные с лепешками узбекской кухни, но обычно сдобренные в большей степени луком или черемшой, как и узбекские, носят название нан и различаются по форме и виду посуды, в которой их выпекают: казан жанпай нан (лепешка по размеру котла), таба-нан (от сковородки таба).  Блюда, заимствованные казахами у узбеков, дунган, уйгур, русских, украинцев и других народов, обычно сохраняют на казахском языке свои национальные названия. Таковы самса, манты, ет-хошан, май-хошан, монпар, борщ и др.  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, но это не значит, что из казахских национальных блюд нельзя составить оригинального и относительно разнообразного обеда.  Традиционный казахский праздничный обед своеобразен. Он начинается с кумыса, затем следует чай со сливками, к которому подают изюм, орехи, сушеный творог и баурсаки (маленькие шарики из жареного сдобного теста). После этого вступления следуют разные закуски из конского мяса - копченые, полусоленые, отваренные (казы, шужук, жал, жай, сурет-ет, карта), а также закуска из баранины - кабырга или бауыр-куйрык (сочетание конского мяса и бараньего ливера под кисломолочным соусом). Все они отличаются друг от друга не только по составу мяса, но и по способам его приготовления, по его качеству и консистенции (жирное, постное, нежное, упругое, сдобное). Это вносит вкусовое разнообразие в однородный на первый взгляд мясной стол, тем более что закуски едят с табананами (казахскими лепешками из пшеничной муки со сливочным маслом) и заедают салатом из редьки или другими свежими овощами (помидорами, огурцами). Затем следует куырдак (жирное жаркое из бараньего ливера, в основном печенки, почек и легкого), за ним самса (пирожки с мясом) и только в конце обеда - ет, т. е. отварная конина или баранина, нарезанная тонкими ломтиками поперек волокон, подаваемая с широкой, толстой лапшой и жирным, густым, крепким бульоном с масляными лепешками акнан, посыпанными кунжутом или рубленым луком. Это блюдо запивают кумысом, за которым снова следует чай, на этот раз без сливок и молока.  Киргизская кухня по своему характеру, технологии и даже по составу основных блюд настолько близка к казахской, что их было бы неправильно рассматривать как разные кухни. Большинство блюд киргизской и казахской кухни полностью повторяют (дублируют) друг друга по существу и очень часто совпадают по названию. Это объясняется в целом сходными условиями хозяйства казахов и киргизов в период формирования в народность и на последующих стадиях их исторического развития. Кочевое и полукочевое скотоводство оказало столь сильное влияние на материальную культуру киргизского народа, что несмотря на иные и более благоприятные, чем у казахов, природные условия предгорий Тянь-Шаня и на более сильное влияние соседних народов с развитой кулинарной культурой - джунгарцев, дунган и уйгуров, узбеков и таджиков - киргизская кухня сохранила те же типичные черты, которые свойственны казахской кухне.  Но вместе с тем имеются и некоторые различия как в наименованиях отдельных блюд, так и в составе продуктов питания, входящих в рацион. С развитием садоводства и земледелия в Киргизии значительно возрос удельный вес овощей и фруктов в питании. Но и теперь они употребляются самостоятельно, отдельно, вне связи с приготовлением пиши и не входят органически в состав национальных блюд. Только на юге Киргизии, где применение овощей было развито в прошлом, некоторые из них, например тыква, широко используются для приготовления национальных блюд - как примесь к тесту для лепешек и к зерновым блюдам (полужидкие кислые кашицы).  В целом в современной киргизской кухне гораздо сильнее, чем в казахской, заметна сезонность рациона. Летом преобладает молочно-растительная пища, зимой - мясо-мучная и мясо-зерновая.  Вообще киргизы употребляют больше зерна, причем в основном пшеницу, горный ячмень, отчасти джугару. Пшено же часто смешивают с ячменем и из смеси этих круп приготовляют толокно, которое, как и отдельно ячмень и пшеница, является основой для кислых супов-кашиц, либо подкисленных айраном, либо доведенных до закисания с помощью солода или закисшего супа предыдущего приготовления (таков суп из ячменя - жарма или из пшена - кежё).  В мясных блюдах совпадение с казахской кухней более полное.  Характерно, что киргизы до сих пор, несмотря на соседство с узбеками и таджиками, почти исключительно употребляют вареное, а не жареное мясо.  Национальным видом мяса у киргизов продолжает считаться конина, ценимая очень высоко, но практически сейчас больше едят вареную баранину. Знаменитый бешбармак (по-киргизски - туурагэен эт) готовят в отличие от казахского с более концентрированным соусом, называемым чык (бульон с куртом).  В Северной Киргизии в бешбармак не добавляют тестяную часть (лапшу), а вместо нее вводят много лука и айрана (катыка); такое блюдо носит название нарын.  Все молочные блюда, начиная с кумыса (по-киргизки - кымыз), полностью совпадают с казахскими, в том числе технология всех творожных сыров. Следует отметить, что у казахов и киргизов в отличие от большинства тюркоязычных народов катык называется айраном, а айран - чалапом, или шалапом.  Вообще различия киргизской и казахской кухонь проявляются лишь в частностях. Например, сильно различается культура употребления чая. В то время как казахи употребляют только черный байховый чай, киргизы пьют преимущественно зеленый кирпичный, который получил распространение в период ойратского владычества на большей территории современной Киргизии в XVII-XVIII вв. Киргизы приготовляют свой кирпичный куурма-чай с молоком, солью, перцем и с обжаренной на масле мукой (но без непосредственного добавления масла) при соотношении молока и воды 2:1.  В Южной Киргизии, долгое время входившей в состав среднеазиатских государств, населенных таджиками, киргизы до сих пор употребляют зеленый байховый чай.  Наконец, киргизская кухня в большей степени, чем казахская, заимствовала дунганские и уйгурские блюда.  Из чисто киргизских блюд, не встречающихся у соседних с киргизами народов, можно отметить лишь кёмёч - маленькие сдобные лепешки величиной с крупную монету, печеные в золе, которые кладут в горячее молоко и сдабривают маслом и сузьмой.  Ниже приводится рецептура основных блюд, совпадающих в казахской и киргизской кухнях, и некоторых блюд, характерных только для киргизской или казахской кухни. 2.4.1Первые блюда Наурыз-коже  Мясная часть: 0,5 кг свежей конины (бельдеме), 100 г карты, 100 г щужука, 100 г казы, 100 г жала, 100 г жая, 100 г сур-ета, 0,5-0,75 кг баранины, 250 г бараньей печени, 100 г бараньих почек, 2,5-3 л воды.  Молочная часть: 1 л молока овечьего, 1 л молока коровьего, 1,5 л катыка (айрана), 0,5 л, кумыса, 1 стакан сузьмы, 1 стакан курта, 200 г сливочного масла.  Крупяно-овощная часть: 1,5-2 стакана пшена, 1,5 стакана пшеницы (или риса), 8-10 луковиц, 2 головки чеснока, 0,5 стручка красного перца, 1 л воды (для зерна).  1. Все мясо и мясопродукты (за исключением бараньих почек) отварить в воде с луком (половиной указанной нормы) до мягкости под крышкой в течение 2-3 ч на медленном огне. Почки отварить отдельно в течение 1 ч, затем слить воду, в которой они варились, и соединить их с остальным мясом.  2. Зерно (крупу) разварить, в воде отдельно, добавить молоко после закипания и варить до разваривания.  3. Приготовленные продукты (пп. I и 2) соединить и продолжать варить на медленном огне около 30 мин, после чего вынуть мясо, остудить, нарезать его тонкими ломтиками и вновь положить в бульон.  4. Курт развести в 2 стаканах мясного бульона, добавить сузьму, сливочное масло, чеснок, перец и настаивать 3 ч (пока варится мясо).  5. Приготовленное мясо (п. 3) снять с огня, влить в него вышеуказанную смесь (п. 4), хорошенько размешать и вновь подогреть, постоянно помешивая, но не доводить до кипения.  6. Слегка отцедить катык, смешать его с кумысом, влить отцеженную от сыворотки смесь в готовый, но снятый с огня наурыз-коже, все время размешивая деревянной ложкой, не давая свертываться молоку.  Ашы-сорпа  500 г баранины, 250 г конины (пашины), 75-100 r курдючного сала, 2 редьки, 4 луковицы, 3-4 помидора, 1 головка чеснока или 3-4 головки и зелень черемши или колбы, 1 стакан степной рубленой зелени (пастушья сумка, люцерна и т. д.) или 2 ст. ложки петрушки, 1 ст. ложка кервеля, 2 яйца, 1-2 ст. ложки молока, 1 ч. ложка муки, 0,5 ч. ложки молотого черного перца, 2-3 лавровых листа, 1,5 л кипятка.  1. Подготовленные кости баранины и конину (одним куском) залить кипятком, сварить бульон.  2. Мякоть баранины нарезать узкими тонкими полосками в виде толстой лапши и обжарить на перекаленном курдючном сале в казане в течение 10-15 мин, добавить затем нарезанный кубиками лук и редьку соломкой и продолжать обжаривать и тушить еще 20-25 мин, добавляя по мере выкипания сока небольшое количество бульона. Незадолго до готовности мяса добавить помидоры, нарезанные крупными дольками.  3. Полученный мясо-овощной соус ввести в подготовленный бульон, добавить лавровый лист, перец, посолить и довести до кипения.  4. Одновременно взбить яйца и молоко и развести в яично-молочной смеси муку. Залить эту смесь на разогретую с маслом сковороду и поджарить. Полученный плотный омлет нарезать в виде крупной лапши и заправить им ашы-сорпу.  5. Сразу же после этого всыпать в ашы-сорпу зелень, рубленый чеснок и дать потомиться под крышкой без огня 3-4 мин.  6. Перед подачей на стол вынуть из бульона конину, нарезать ее тонкими ломтиками и вновь опустить в бульон. 2.4.2Вторые блюда Жал  1 кг конины  Посолочная смесь: 25 г соли, 1 ч. ложка сахара, 0,5 стакана черемши, 6 горошин черного перца.  Рассол: 1 л воды, указанное количество сухой по-солочной смеси.  Жал - продолговатое отложение жира в подгривной части конской шеи. Его надо вырезать с тонкой прирезью мяса (не более 10% по весу), нарезать кусками во всю длину, сечением 2 см, натереть сухой посолочной смесью и плотно уложить в керамическую или деревянную посуду на сутки, а затем дополнительно залить рассолом и выдержать еще 2-3 суток, после чего жал замочить в холодной воде на 2 ч, затем промыть в теплой воде и подвесить для просушки в течение минимум 10-12 ч\*. После этого жал следует коптить при температуре 45-50°С в течение 18 ч, затем охладить при температуре 10-12°С в течение 4 ч и сушить в течение суток при температуре 12°С.  \* Здесь и в дальнейшем указанные мясные изделия можно использовать либо как полуфабрикат для отваривания в просоленном виде, либо продолжать их дальнейшую обработку копчением.  Жай  1 кг конины (жанбас - задняя нога)  Посолочная смесь: 25 г соли, 1,5 г сахара, 2 ч. ложки черного перца, 1 головка чеснока или кусочек асафетиды величиной с горошину, 1 ч. ложка ажгона (индийский тмин).  Рассол: 1 л воды, указанное количество посолочной смеси.  Верхний слой мышц с поверхностным жиром снять с окорока кусочками полукруглой формы, натереть их посолочной смесью и плотно уложить в керамическую или деревянную посуду, оставить на сутки в холодном месте. Затем залить 3%-ным рассолом посолочной смеси и выдержать 5-6 суток, после, чего мясо промыть, замочить на 1 ч, вновь промыть в теплой воде и подсушить в течение нескольких часов. Подготовленный таким образом жай может служить полуфабрикатом для вяления, варки или копчения по типу к а з ы. Лишь после копчения жай сушат 3 суток при температуре 12°С. 3.Заключение Кавказская кухня очень важна для мировой кулинарии,так как там используется очень непривычные для цивилизованного человека ингридиенты к примеру:конина и так далее.Кавказские народы очень уважают свои традиции и следовательно кулинарию.Кавказские народы, как немногие другие любят поесть.И любят они есть много и вкусно.Но у их кухни специфические вкусы, которые не многим могут прийтись по вкусу.Их кухня выделяется тем, что там в основном всё готовится на природе,на костре и на подручных материалах.Но если вы попробуете приготовить их пищу, то у вас это вряд-ли получится, так как у каждой кавказской семьи свои рецепты, и они передаются по наследству, из уст в уста.По этому, если вы хотите попробовать кавказской кухни, то я вам советую поехать на Кавказ и поверьте вы не пожалеете. 4.Использованная литература Похлёбкин В.В.- Национальные кухни наших народов…  Павлов Е.И.- Кавказ-как он есть…  Белошапкин А.Г.- А мы на кавказе…  Андреев А.В.- Кавказ-как много в этом слове… |