



Кулинарные шедевры мира

Армянская кухня шаг за шагом



Армянская кухня шаг за шагом





Армянская кухня является частью кулинарной традиции Древней Азии и существует уже более трех тысяч лет. Несмотря на поражения и неудачи в истории страны, наряду с культурой и религией выжили и ее кулинарные традиции. Армянская кухня – довольно острая, очень разнообразна и ароматна, с использованием огромного количества зелени и специй. Часто название блюда связано с названием посуды, в которой оно готовится. Приготовление блюд требует усилий и времени, при этом очень важно соблюдать порядок приготовления, особенно это касается выпечки. Оригинальностью отличаются мясные супы и, конечно же, знаменитый армянский шашлык.



Содержание



ВСТУПЛЕНИЕ

6 Три тысячи лет традиции

8 Секрет долголетия
Армянский завтрак
Кулинария как поэзия
Особенности кухни
Обед
Горячие напитки и сладости

10 Основные продукты

12 Кухонная посуда

14 Страна контрастов
Экологически чистый продукт
Скот и пастбища
Климат и сельское хозяйство
Превосходный коньяк

16 Наш хлеб на каждый день
Не только лаваш
Пасхальный хлеб
Лаваш
Бутерброд по-армянски
Золотистая корочка
Армянская пицца

18 Фрукты: дары солнца

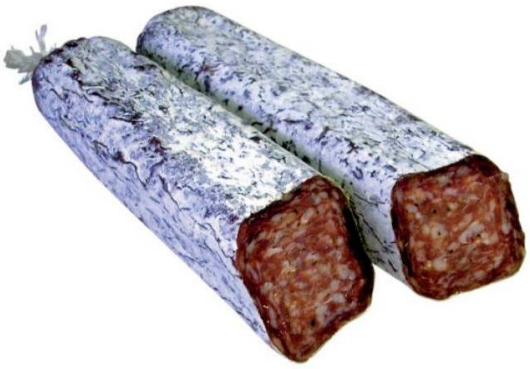
20 Мясные блюда
Бастурма
Армянская толма
Хоровац, армянский шашлык
Шиш-кебаб
Котлеты на шампурах

22 Овощи в армянской кухне

24 Традиционные напитки
Кофе по-армянски
Дзер кенацы!
Чай
Не только Арарат

26 Ароматы Армении
Травы на любой случай





РЕЦЕПТЫ

30 Острый салат из болгарского перца
Салат и соус из перца

36 Армянский салат
Армянский салат с яблоками

42 Густой суп из свинины с яблоками
Свинина по-армянски

48 Бозбаш
Суп с фрикадельками из баранины

54 Аджапсандал
Рагу в армянском стиле

60 Паста с орехами
Сладкая паста с бананами

64 Фрикадельки из говядины
Фрикадельки на шампурах

70 Чахохбили из курицы
С уткой, индейкой или говядиной

76 Форель под ореховым соусом
Запеченная форель

82 Рис со взбитыми сливками, мармеладом и изюмом

86 Виноград по-армянски
Абрикосовое варенье

90 Армянская пахлава
Варианты начинки для пахлавы



Три тысячи лет традиции





Название «Армения» происходит от имени легендарного патриарха Арама, но его также связывают и с первым правителем, известным как Ара Прекрасный. Армяне также называют свою страну «Айастан» – имя, производное от Айка, правнука Ноя. Согласно Библии, Ноев ковчег прибыл на гору Арарат, с тех пор ставшей священной для армян (хотя сегодня эта гора находится на турецкой территории).

Имея древнюю историю, Армения обозначалась на картах крупнейших историков и географов древности – наряду с Персией, Сирией и другими древними государствами. После распада империи Александра Македонского возникли первые армянские царства, одно из которых в свое время простиралось от Палестины до Каспийского моря.

Что касается армянской кухни, то на нее очень повлияло географическое положение страны: благодаря стратегическому местонахождению Армении, кроме ароматов Ближнего Востока, в ней можно распознать ароматы Дальнего Востока, Средиземноморья, Кавказа, Среднего Востока и Балкан.





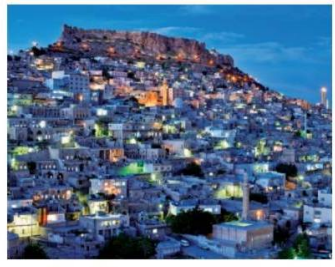
Гора вулканического происхождения Арарат (4090 м), которую также называют Масис, является символом Армении и занимает, вместе с библейским Ноевым ковчегом, центральное место на национальном гербе. Несмотря на то, что сегодня святая гора расположена на турецкой территории в 38 км от границы с Арменией, она и по сей день сохраняет свое значение в сознании армянского народа.

В Армении с трудом приживаются новые традиции, это страна древних обычаев.

В армянской кухне оставили свой след древние персы, греки, римляне, арабы, монголы и турки, которые в течение столетий удерживали здесь свое влияние. Длинные и холодные зимы сформировали определенный тип сельского хозяйства, что, в свою очередь, отразилось на гастрономии кухни.

Араратская долина

Равнина в Армянском нагорье, простирающаяся к западу от озера Севан, в предгорьях горы Гегам. Начиная с третьего тысячелетия до н. э. здесь выращивают пшеницу, ячмень и кунжут, развито садоводство и виноделие.



Джавахетия и Масхетия

Эта южная область Грузии изобилует руинами древних монастырей и замков, которые раньше преимущественно были заселены армянами. Из-за своего сурового климата и рельефа Джавахетию называют грузинской Сибирью. Масхетия славится своими монастырями, вырытыми в скалах.





Крым

В древности Крым называли «морской Арменией», он был заселен армянами уже в I веке до нашей эры. Хотя настоящая волна переселенцев пришлась на время арабских завоеваний в VII-X вв. и в XIII-XIV вв, а также в период монгольских нашествий. Ее основными центрами были Каффа (современная Феодосия), Судак и Белогорск.



Сицилия

В одно время армянские беженцы образовали здесь «маленькую Армению», которую также называли «армянской Сицилией», – союзное царство с государством крестоносцев Ближнего Востока, ставшее во время завоевания Армении Турцией одним из столпов армянской культуры и традиций.



Нагорный Карабах

После 1927 года эта область, исторически принадлежавшая Армении, перешла во владение Азербайджана. Несмотря на военные и дипломатические протесты и столкновения, ее не смогли вернуть. На сегодняшний день объект является предметом спора между Азербайджаном и Арменией – несмотря на участие международных организаций в разрешении конфликта.

Озера Севан, Урмия и Ван

Эти озера, носившие название «три моря Армении», находились раньше на территории древнего царства Великая Армения и обеспечивали страну рыбой на протяжении веков. В границах современного государства осталось лишь озеро Севан. Озера Ван и Урмия принадлежат Турции и Ирану.



Секрет долголетия

Армянский завтрак

Обычный армянский завтрак не включает в себя никаких особых блюд. Это, как правило, чашка кофе и хлеб с маслом или вареньем. Но по выходным завтраком могут послужить легкие закуски из мяса, рыбы, маринованных овощей и сопровождаться лепешками со свежими помидорами – любимым овощем армян еще с девятнадцатого века. Таким образом, завтрак может послужить «предверием» обеда.

В прошлом, а зачастую и в настоящее время в сельской местности единственной едой за день служит тарелка супа *хаш* с лавашом, мясо и небольшое количество овощей. Хотя для гостей в Армении на стол всегда выставят лучшую еду и специальные яства. На Ближнем Востоке предложить гостям все самое лучшее, что есть в кладовых дома, – это обычай, свято соблюдаемый с древних времен.





Кухня как поэзия

Армяне говорят, что их кухня – это поэма, где каждая строка имеет свой особенный вкус... Эту точку зрения разделяют и туристы, посещающие страну. Гастрономия Армении очень ароматна, экзотична и изысканна. В ее основе – большое разнообразие овощей, фруктов и душистых трав, что позволяет назвать армянскую кухню одной из лучших на Кавказе. В Армении испокон веков на полчях выращивали виноград и пшеницу, а в садах собирали урожаи боярышника, кизила, айвы, абрикосов, персиков, вишни, яблок, груш, слив и инжира. Не удивительно, что по одной из версий библейский Эдемский сад находился именно здесь. Греческий географ, историк и путешественник Страбон в своей знаменитой работе «География» в I веке н. э. пишет об Армении: «Это регион, богатый злаками, с вечнозелеными деревьями, садами и вином. Дикий рис и пшеница продолжают расти здесь так же, как и когда человечество только начало заниматься земледельчеством».



Многочисленная армянская диаспора распространяет традиции национальной кухни по всему миру.

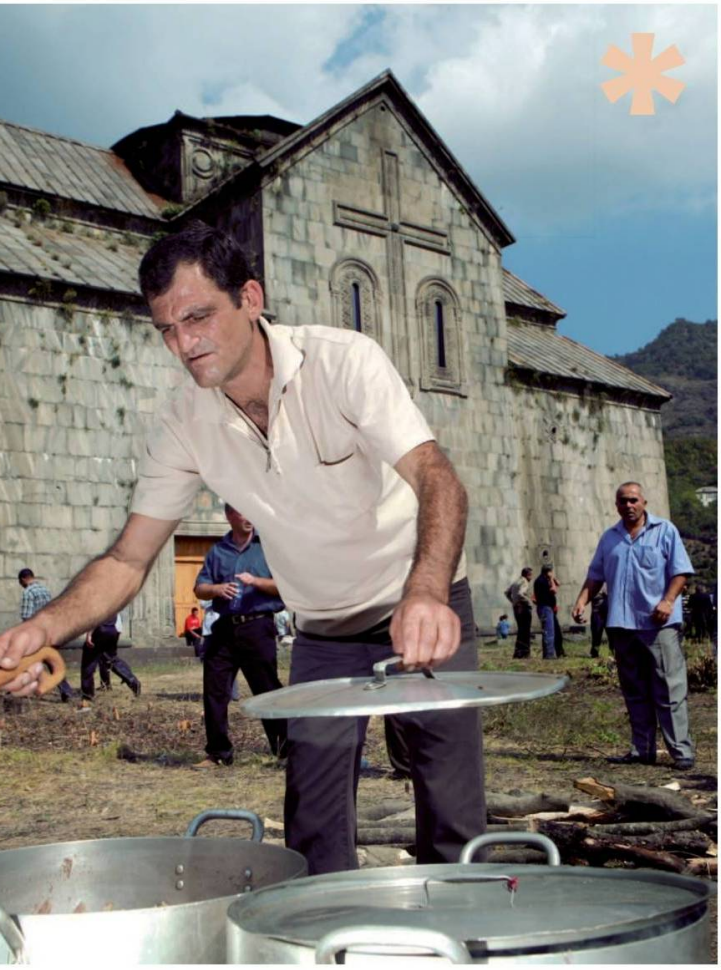
Особенности кухни

Одним из национальных блюд является местная разновидность шашлыка – хоровац, который готовят из крупных кусков мяса (из свинины или баранины) и подается с картофелем или овощами на гриле. Также здесь делают шашлыки из рыбы – карпа или форели. В основном национальные блюда несут в себе влияние других культур. Например, толма – роллы из виноградных листьев – блюдо родом из Греции, или кюфта – мясные шарики (арабского происхождения).



Национальной сладостью является суджух – жареные орехи в виноградном сиропе. Этот типичный десерт подается с чаем или кофе.

В каждом армянском доме гостя угостят обильными традиционными закусками, а также ароматным кофе, таким образом превращая встречу в настоящее застолье.



Обед

Зачастую обед в Армении превращается в настоящий банкет. На стол в первую очередь выставляют закуски и салаты, к которым часто добавляют листья щавеля, шпината, дикой мальвы. Приправами к этим блюдам могут служить чеснок, зеленый лук, кинза, перец, паприка, лимон, мята, уксус и сливки в различных комбинациях, делающие каждое блюдо настоящей выставкой ароматов. Обычно дополнением к салатам служат колбасные изделия и вяленое мясо, например, бастурма или суджук, характерные своими ароматными специями. На первое подают традиционный хаш – суп из рубца, бозбаш – мясной суп с



овощами, или какой-либо другой суп. Вторым блюдом подается бесконечное разнообразие мясных, рыбных и овощных блюд, также с преобладанием ароматных трав кардамона и кориандра.



Интересная особенность, которая особенно привлекает внимание иностранцев, – это десерты, которые в Армении подают сразу, даже раньше закусок. Потрясающие алани – сушеные абрикосы с начинкой из сахара и орехов, ломтики прессованых сухофруктов, суджух (не путать с колбасой суджук) из дробленых грецких орехов, покрытых виноградным сиропом...

Горячие напитки и сладости

Черный кофе сурч – любимый напиток в Армении. Его, как и чай, всегда подают в сочетании со сладким, обычно выпечкой. Другим традиционным напитком является чай с тимьяном, способствующий пищеварению и обладающий успокаивающим эффектом. Среди холодных напитков можно выделить фруктовые компоты. Также популярны минеральные воды – особенно марки Джермук, Айк или Сари, имеющие большой спрос несмотря на свою цену, сравнимую с ценой на водку.



Основные продукты

Чечевица ↓

Это растение относится к группе бобовых; в пищу используются его зерна, вкусные и очень питательные, из которых также можно получить муку. Чечевицу выращивали еще четыре тысячи лет назад – она была основным продуктом питания в Древнем Египте, Греции и Риме.





Булгур ↑

Пшеница в Армении культивируется уже более десяти тысяч лет. Булгур – напоминающий кус-кус – в вареном виде используется в армянской кухне вместо риса и зачастую подается как присыпка к блюдам.

Гречка ↓

Содержит много протеинов, сахаров и минералов. Протеины в ее составе гораздо имеют большую питательную ценность в сравнении с другими зерновыми и по характеристикам близки к бобовым. Кроме того, гречка содержит витамины $Б_1$ и PP, кальций, железо, фосфор, калий и магний.



Манная крупа ↓

Фундаментальный продукт в питании славян, манная крупа также была популярной в Армении, особенно из пшеницы. Используют как отдельное блюдо, а также для приготовления десертов и колбасных изделий или для заправки супов.



← Лук

Этот овощ родом из Армении. Как красный, так и репчатый лук, а также лук-шалот традиционно выращивают здесь на протяжении веков. Является обязательным ингредиентом при приготовлении мясных блюд.







Сумах ↑

Молотые ягоды сумаха являются традиционным дополнением к блюдам на Ближнем Востоке и приправой в гастрономии Армении. Отличается насыщенным вкусом, кислым и немного горьковатым. Хорошо подходит к мясу, рыбе, свекле, фасоли, картофелю, для соусов и добавок. Длина куста сумаха достигает трех метров. Говорят, что чем выше растение, тем вкуснее его плоды.

Дикая мальва →

В армянской кухне дикая мальва употребляется в пищу. Листья и ростки кладут в супы, салаты и гарниры. Из сушеных листьев изготавливают чай. Цветы также иногда добавляют в салаты.

Ингредиенты, определяющие вкус и аромат армянских блюд, можно найти также в рецептах арабской кухни и кухни Дальнего востока, Турции, Средиземноморья и Балкан.

Мед →

Кроме своей неоспоримой кулинарной ценности, мед также имеет культурное и ритуальное значение. Во время новогоднего застолья глава семейства благославляет стол и предлагает гостям съесть немного меда для того, чтобы наступающий год был полон сладких дней.





Тахина ↓

Ингредиент многих рецептов Ближнего и Дальнего востока, эта паста из кунжутных зерен добавляет насыщенность любому блюду.



Фисташки ↓

В Армении фисташковые деревья растут в диком виде. Фисташки едят сырыми или жареными. У этих орехов сладковатый вкус и приятный аромат; они содержат около 50-60% жира. Кроме кондитерских изделий, их также используют для мясных блюд, паштетов и для выпечки.

Мацун ↓

Этот молочный продукт по консистенции напоминает йогурт. Кисловатый и густой, его подают к основному блюду. При разбавлении можно получить сладковатый или соленый вкус – в зависимости от разбавителя. Мацун употребляют для приготовления многих блюд – вплоть до супов. Кроме того, он признан действенным лекарством при проблемах с желудком.

Уксус ↑

Для салатов и заправок обычно берут уксус из белого вина, для приготовления блюд из говядины, баранины и для салатов с овощами красного цвета используют уксус из красного вина.







← Консервы

Армянская кухня характерна огромным разнообразием консерв. Некоторые из них «экзотичны» – например, виноградные листья в рассоле. Хотя эти продукты можно купить в супермаркете, многие семьи до сих пор заготавливают консервы дома.

Кухонная посуда

Кувшин для мацуна ↓

Глиняную посуду используют для хранения молока и молочных продуктов, в том числе для мацуна – как в деревнях, так и в городских условиях. Обычно кувшин украшен традиционным рисунком и служит также украшением на кухне.



← Сковорода

Для многих супов, например, для знаменитого бозбаша, нужно предварительно пожарить мясо с луком. Так что без сковороды никак не обойтись!





Чаша →

Большое разнообразие супов и соусов в армянской кухне обусловливает использование всевозможных чаш и сосудов.

Сито для муки ↓

Раньше муку просеивали для очистки от чужеродных частиц. Сейчас в основном для того, чтобы мука стала более рассыпчатой.





↓ Мельница для перца

Для мяса, овощей, салатов и закусок используют молотый перец в большом количестве – как и многие другие специи и травы. Свежемолотый перец имеет особенно пикантный аромат.



↑ Стеклянные банки для консервированных продуктов

Армянская кухня знаменита своими соленьями, мармеладами и вареньем, для хранения которых необходимы банки.

Несмотря на свое кавказское происхождение, армянская кухня обладает неповторимым вкусом – в ней чувствуются аромат и вкус Дальнего Востока и Средиземноморья. Неудивительно, что для этой кухни понадобятся особенные посуда и приспособления – как инструменты для «кухонного оркестра».



Кастрюля ↑

В армянской кухне используют не только оригинальную традиционную посуду. В повседневном обиходе используют обычные кастрюли различных размеров: для приготовления супов, соусов и других блюд.



Щипцы для колки орехов ↑

Инструменты для колки орехов в больших количествах находят практически ежедневное применение в каждом армянском доме.



← Дамжан

Соки и вина, приготовленные в домашних условиях в Армении, хранят в стеклянных сосудах, дамжанах. Обычно они покрыты марлей или льняной тканью и имеют очень декоративный вид.



Шампура ↑

Традиционный предмет армянской кухни. С нанизанным шашлыком они становятся центром внимания любого стола.



← Ступка

Кроме трав, в армянской кухне с давних времен используют большое количество специй. Это не случайно, ведь когда-то здесь проходил Шелковый путь: торговцы привозили китайские, индийские и, позднее, турецкие специи. Именно для экстракции вкуса из специй и нужна ступка.



Нож ↑

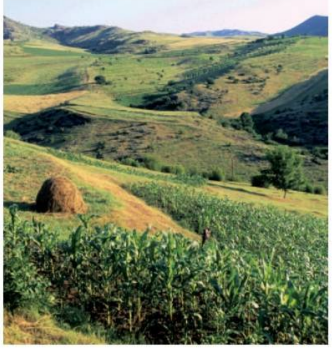
Нож на армянской кухне является инструментом и почти что «музейным экспонатом».Конечно же, существуют и современные модели, но старые ценятся гораздо выше, так как несут в себе память нескольких поколений.

Страна контрастов

Экологически чистый продукт



Многие фруктовые деревья – например, яблони и груши, гранатовые, абрикосовые и персиковые деревья – в Армении растут в диком виде. При созревании фрукты достигают небольшого размера, но зато обладают удивительным вкусом. В садах выращивают «экзотические» фиговые, миндальные, фисташковые и оливковые



деревья, а также ароматные травы, которые идут на экспорт в большом количестве. Как и раньше, при культивировании практически не используются пестициды и удобрения, тем самым гарантируя экологически чистый продукт. Виноградники, забытые в советский период, сегодня переживают свое второе возрождение.

Скот и пастбища

Географические условия Армении позволяют выращивать скот традиционным способом – благодаря наличию пастбищ на горных склонах и в долинах. В сельской местности всегда можно встретить пастухов со стадом, гуляющих по местным тропам и историческим мостам (зачастую очень древним, иногда X века). В деревнях выращивают свиней и кур.



Климат и сельское хозяйство

История Армении требует длительных объяснений, то же самое понадобится и при попытке описать климат страны. В равнинной части преобладает субконтинентальный климат с короткими холодными зимами и жарким летом. Средняя температура в январе – в пределах -5°C, и в июле – в пределах 24-26°C. Средние годовые осадки колеблются в пределах 200-800 мм. Неудивительно, что сельское хозяйство также разнообразно: под пахотные земли занято почти 40% (в том числе 23% – это луга и больше половины земель – участки с искусственным поливом). В сельскохозяйственном секторе всегда существовала острая нехватка средств, особенно на современную технику. Хотя, с другой стороны, выращивая овощи и фрукты традиционными методами, продукты в Армении сохраняют свой натуральный вкус.



Современное сельское хозяйство в Армении зависит от климатических условий и традиций.



В озеро Севан вливаются 38 выживших – несмотря на все «старания» советского правления – рек и речушек. В них еще можно встретить королевскую форель, которая находится на грани вымирания.

Во время советской эпохи экономика Армении основывалась на тяжелой промышленности, на сегодняшний день приоритетной отраслью стали ювелирное дело и производство техники. Пока страна была частью СССР, только 20% населения занималось сельским хозяйством, ныне же эта цифра удвоилась.





Превосходный коньяк

Возможно, вина из Армении не могут отнять пальму первенства у грузинских вин, но вот Арарат – коньяк, разливаемый с 1887 года, – находится вне конкуренции. В 1900 году Арарат был представлен на специальном конкурсе в Париже и по результатам «слепой дегустации» победил французского «соперника» из региона Коньяк.



Хлеб на каждый день

Не только лаваш

Лаваш – не единственный хлеб, который едят армяне. Другой вид хлеба, получивший большое распространение в прошлом веке, называется матнакаш – хлеб овальной формы с хрустящей корочкой. Его название происходит от армянских слов «мат» – палец и «кашел» – тянуть, что можно перевести как «растянутый пальцами». Рельеф матнакаша напоминает борозды на вспаханном поле.



В Армении гостей за стол принято звать словами: «Присаживайтесь поесть хлеба».

Матнакаш выпекают в тонирах – специальных печах-жаровнях. Этот вид хлеба не предназначен для длительного хранения, желательно употребить его в тот самый день. Как и лаваш, матнакаш отламывают руками.

Пасхальный хлеб

В Святую Пятницу армяне пекут праздничный хлеб чорег – в форме косички в стиле бриош, с добавлением порошка из перетертых вишневых косточек. Еще один сладкий вид хлеба, пегач – пшеничная лепешка, перед выпечкой смазанная густым сиропом. Гата – сдобная слоеная лепешка с начинкой или без нее. Описание видов армянского хлеба могло бы занять много страниц, так как в каждом регионе страны готовили свой хлеб по оригинальному рецепту.





Лаваш

Традиционным армянским хлебом является лаваш. Его готовят в специальной печке тонир с внутренней частью коническо–цилиндрической формы диаметром 1-1,6мм в самой широкой части. Тонир размещают на 0,8-1,2 м. под землей и горячий воздух, исходящий от углей, поступает в нее сверху через специальный канал. После того как древесина сгорает, канал закрывают, а угли, оставленные внутри печки, продолжают поддерживать тепло.

Тесто для лаваша готовят из пшеничной муки. Ее пропускают через сито и смешивают с водой и солью (1,5 кг соли на каждые 100 г муки). После этого обычно тесто оставляют на ночь

В Армении, как и на всем Кавказе, хлеб играет фундаментальную роль. Свидетельством этого может служить то, что вместо «давайте пообедаем» армяне говорят «давайте покушаем хлеб». Наверное, таким образом армяне отдают дань уважения тяжкому труду хлеборобов на маленьких участках на склонах гор.



Температура в деревянной печке тонир достигает 480 градусов, которые сохраняются достаточно долгое время. Кроме лаваша, вставив специальную решетку или прихватку, в тонире готовят мясо, в основном говядину и баранину.



для ферментации. На следующий день замешивают тесто и разделяют его на кусочки, которые раскатывают до размера пиццы, придавая тесту цилиндрическую форму длиной 70-80 см и толщиной 30-40 см. Затем тесто прилепляют к стенкам печки и готовят в течении 5 минут, после чего готовый хрустящий лаваш вынимают. Этот хлеб характерен тем, что не оставляет крошек и может храниться очень продолжительное время, даже несколько месяцев. Перед употреблением черствый лаваш необходимо сбрызнуть водой, обернуть в салфетку и оставить на полчаса. Традиционно этот хлеб заменял посуду и столовые приборы.

Бутерброд по-армянски

Бутерброд с лавашем очень вкусен, хотя и требует наличия крепких зубов. Не без причины русские раньше сравнивали сухой лаваш с военными ботинками. В него можно завернуть многие продукты, но в основном кладут соленый белый сыр, мясо либо ломтик копченой рыбы с острой аджикой – пасты с красным перцем с томатной добавкой, чесноком, листьями красного базилика, зубчиками молодого чеснока, петрушкой и тархуном (эстрагоном).



Золотистая корочка

Золотой оттенок корочки характерен для армянского хлеба и сладостей, он достигается путем покрытия их эссенцией чая.





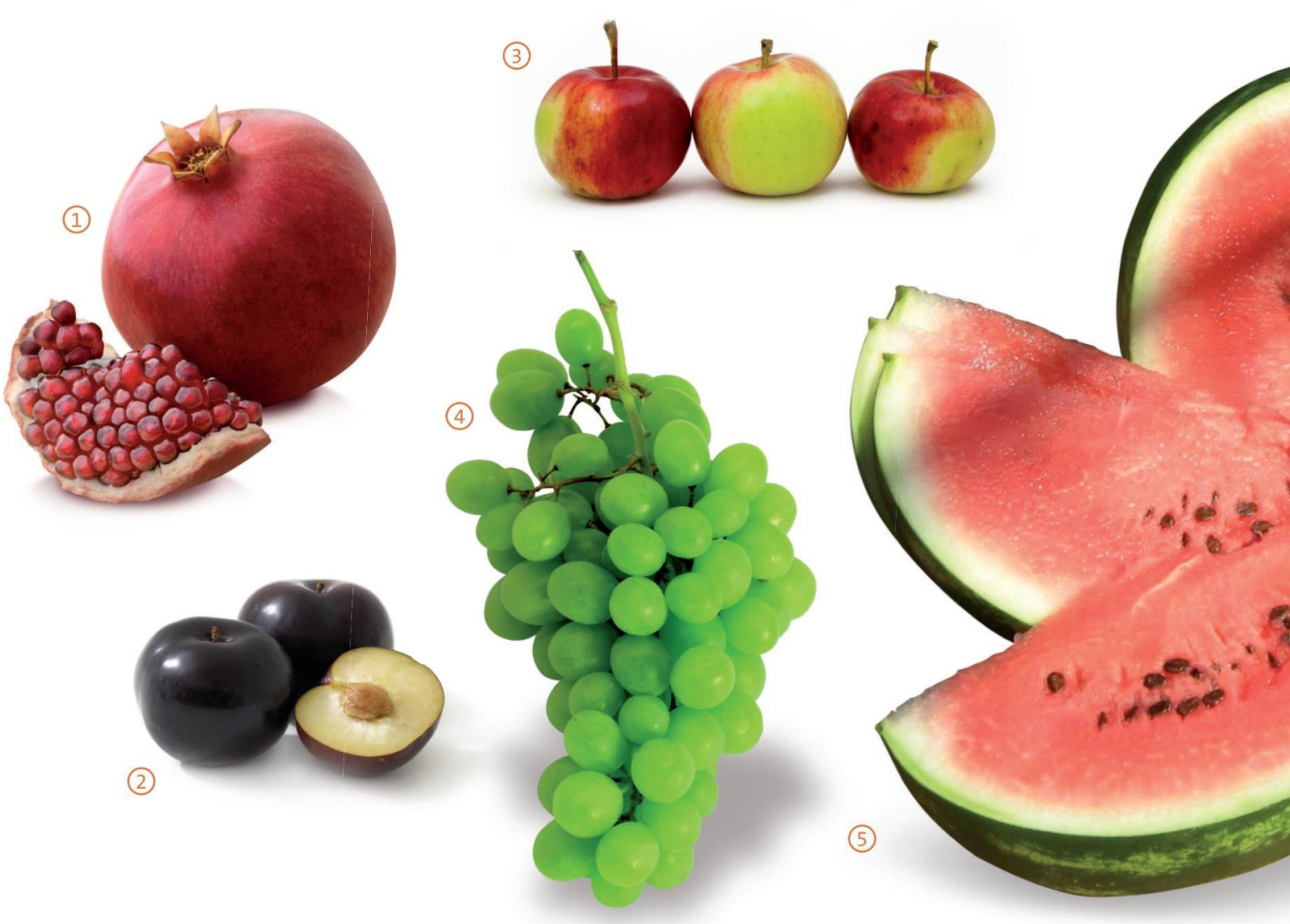
Пшеничный сладкий хлеб в форме «косички», который обычно готовят на Пасху, вкусен на завтрак с кофе или шоколадом.

Армянская пицца

Ламаджо или армянская пицца – это очень тонкое тесто с мясом. Перед подачей на стол ее сбрызгивают лимоном. Это одно из самых популярных блюд, которые употребляют для быстрого перекуса.



Фрукты: дары Солнца



1. Гранат

Этот фрукт светло-красного цвета круглой формы и с толстой кожурой растет по всему Кавказу. Характерен кисловатым вкусом, похожим на смородину. Гранат является символом Армении. Армяне шутят, что как и семена, рассыпающиеся при разрезке граната, их так же разбросало по всему миру. На территории страны гранатовые деревья растут в полудиком виде.

2. Слива

Как и гранатовые деревья, в Армении слива растет в диком виде. Плоды сливы используют для приготовления блюд из мяса, для маринадов, соусов, салатов и, конечно же, для десертов. Если в рецепте значится сухая слива, нужно иметь в виду что это фрукт, высушенный на солнце, а не в домашней печке.

3. Яблоко

Мелкие яблоки из полудиких яблонь считаются более полезными, чем выведенные сорта.

4. Виноград

Существует множество сортов винограда, произрастающих в стране (около 40), но самые популярные – Мсхали, Мускат Ереванский, Кангун и Чилар.

5. Дыня

Дыня пришла в Армению из Китая или Индии. В армянской кухне этот овощ – ингредиент для десертов, а также очень популярное дополнение к мороженому.

Большинство фруктов, представленных на этих страницах, в диком виде произрастают в Армении с древних времен. Для употребления в пищу их сушат, маринуют, делают компоты, консервируют...











6. Груша

Груша в Армении потребляется в пищу с глубины веков, так как всегда произрастала в диком виде в горах и долинах. Существует большое количество сортов, разных по вкусу и форме. Очень популярен выведенный сорт Тахтаджян, имеющий крупные сладкие плоды.

7. Айва

Очень ароматный и жесткий фрукт. Имеет вкус, смежный между яблоком и грушей. Зачастую ее культивируют в горных котловинах Кавказа. Используют в основном для консервирования: мармеладов и соков, а также для изготовления ликеров. Также айву кладут в мясные блюда, она прекрасно сочетается с соленой бастурмой.

8. Абрикос

Еще один символ солнечной Армении, цвет абрикоса является третьим цветом государственного флага. Прекрасный фрукт для культивации в горах, так как он выдерживает низкие температуры, до -30°С. Абрикос едят в сыром и сушеном виде. Его семена также съедобны.

9. Инжир

В Библии сказано, что листья инжира были первым одеянием для Адама и Евы. Инжир культивируют в Армении с эпохи неолита. Существуют два вида, которые употребляют в пищу: свежий фрукт лилового цвета и высушенный инжир светло-зеленого цвета. Фрукт используют для конфитюров, мармеладов, консерв и вин.

Мясные блюда

Бастурма

Считается, что бастурма появилась в армянской кухни после нашествия войска Чингисхана в XII веке. Это сырое мясо, покрытое солью и посыпанное семенами пожитника и зиры, которое высушивают в течение трех недель на свежем воздухе. Это мясо идеально для военных экспедиций и было позаимствовано крестоносцами. Армянскую бастурму роднит сходство с еврейской пастромой, хотя последняя не имеет покрытия из трав. Это мясо можно употреблять в натуральном виде, но можно также приготовить из него



шашлык: сердцевина остается нежно-розового цвета, в то время как поджаривается только внешний слой мяса.



Армянская толма

Начинкой этим небольшим рулетикам из виноградных листьев (либо свекольных или капустных) в большинстве случаев служит мясной фарш со специями. Другим вариантом может стать жареное мясо – свинина или говядина, также с добавлением специй, в частности мускатного ореха. Листья также могут быть фаршированы чечевицей, фасолью или рисом, вкус которых станет контрастом для легкого томатного соуса, который подают к этому блюду.

Хоровац, армянский шашлык

Самое древнее и, возможно, самое традиционное армянское мясное блюдо – шашлык хоровац, очень вкусный и с ароматом трав. Впрочем, хоровац – это, скорее, даже не название блюда, а метод приготовления мяса. Поэтому не случайно в разных частях страны вид мяса для хороваца варьируется: в некоторых местностях употребляют баранину, в других – свинину, говядину или курицу. Мясо, порезанное крупными кусками, сбрызнутое коньяком и посыпанное смесью из специй кмели сунели, нанизывают на шампуры и жарят на сковороде. Чаще всего его подают с картофелем, беконом и овощами на гриле. Овощи для хороваца при этом готовят отдельно от мяса, и только уже на тарелки их кладут вместе.



В районе озера Севан также готовят шашлык из форели. Рыбу сначала маринуют в томатном соусе, а затем готовят на гриле и подают с овощами и кинзой.



Армян нельзя назвать мясной нацией, хотя мясо и метод его приготовления занимают почетное место в их кулинарной традиции. Мясо на гриле – так же, как и горячие напитки – питает и греет жителей гор в течение долгой и холодной зимы.



В горах мясной шашлык – это центральное блюдо застолья.

Шиш-кебаб

В Армении шиш-кебаб в основном готовят из баранины или говядины, иногда из мяса птицы. В отличие от его «родственницы» шаурмы, мясо для шиш-кебаба не вешают вертикально на шампуре и не отрезают затем ломтик за ломтиком. Шиш-кебаб – это жареное на углях фаршированное мясо. Армянский кебаб готовят из размороженной маринованной говядины (которую затем фаршируют). Его приправляют солью, паприкой и сливочным маслом, в завершении массу нанизывают на шампуры, вручную придавая ему удлиненную форму и поджаривают на углях.





Котлеты на шампурах

Фарш смешивают с картофелем, орехами, изюмом и мятой, нанизывают на шампуры и готовят как шиш-кебаб.



В отличие от суджуха – десерта из орехов, мясная закуска суджук – это традиционная армянская колбаса с семенами кориандра.



Овощи в армянской кухне

Капуста ↘

Капуста в армянской кухне – это не только белокочанная капуста, пришедшая из России. Также используют красную, цветную и брюссельскую, кроме того, каперсы и брокколи.

Перец →

Несмотря на то, что перец на Ближний Восток был завезен из Америки, он быстро превратился в незаменимый овощ, который кладут во многие блюда.



↖ Огурец

В мире насчитывается более 50 разновидностей этого овоща, но одни из самых вкусных растут в Армении. Особенно популярны огурцы удлиненной формы, они более сочные и нежные, чем остальные.

Редька →

Как и редис, является популярным компонентом армянских закусок и салатов. Также употребляют ее молодые листья, которые обладают более острым вкусом, чем ростки сои и зеленой фасоли.

Именно овощи и ароматные травы, а не мясо, являются сущностью армянской кухни. На горных склонах, в долинах и котловинах культивируют превосходные овощи, которые уже на протяжении веков выращиваются традиционным методом.





Баклажан ↗

Так же, как и гранат, баклажан является символом Армении. Это базовый ингредиент многих блюд. А также идеальный продукт для питания больных диабетом.





Цуккини ↑

Многие супы, вторые блюда, салаты и десерты были бы невозможны без цуккини. Чаще всего выращивают в теплицах, но самые вкусные зреют на огородах.



Помидор ↑

Это основа для всех блюд из пасты, заправок и маринадов. Разнообразие сортов помидора можно увидеть, лишь пройдясь по армянскому рынку.

Традиционные напитки

Кофе по-армянски



Кофе, приготовленный в Армении, и кофе, который варят в армянских диаспорах в других странах, имеет разный вкус. Это не зависит ни от дистанции, разделяющей армян от исторической родины, ни от иностранных влияний. В Армении кофе все равно будет вкуснее! Возможно, секрет заключается в качестве родниковой воды или очень тонком помоле кофейных зерен. Или в том, что армяне предпочитают собственноручно обжаривать и молоть зерна. Традиционно напиток готовят в медном сосуде с длинной ручкой, джезве (армянское название – сrджеп), который постепенно нагревают в раскаленном речном песке. В конце приготовления должна появиться светлая воздушная пенка: в таком случае кофе немедленно снимают с огня и разливают в маленькие чашечки без ручек. Сахар в напиток не кладется из-за боязни, что он может перебить вкус. Но его могут карамелизировать на внутренней части джезвы и только затем готовить напиток. Предшественники любителей кофе пили напиток из фисташек, которые жарили и затем готовили по тому же принципу, что и кофе.





В Армении насчитывается около 20 тысяч термальных и минеральных источников. Воду из некоторых разливают в бутылки, как, например, для знаменитых марок Жермук, Айк и Сари. Эта же вода используется при изготовлении местного пива.



Дзер кенацы!

Важный момент в армянском застолье – это провозглашение тоста. В первую очередь тост ждут от хозяина дома, который берет на себя роль тамады – развлекает гостей, а также разливает алкогольные напитки, ревностно следя за их наличием на столе. Провозглашение тостов в Армении всегда было своего рода состязанием в ораторском искусстве, где наградой становились аплодисменты присутствующих. Соблюдается также «правило второго тоста» – это когда очередному оратору предлагают ответить на предыдущий тост. Краткий тост считается ошибкой, хотя все зависит от его содержания. Речь может быть направлена на определенного человека и выражать конкретное намерение.

Хотя на Кавказе к женщинам относятся с большим уважением, не принято поднимать тост за молодую девушку или замужнюю женщину, это может рассматриваться как нехватка

Армяне пьют и едят, пьют и танцуют, пьют и поют, пьют и провозглашают тосты. Тосты на Кавказе являются очень важной национальной особенностью. Это целая церемония, способ выражения уважения, дружбы, любви, радости встречи и прекрасных пожеланий на будущее.



Соленый тан с газом и с кусочками льда – один из освежающих армянских напитков.

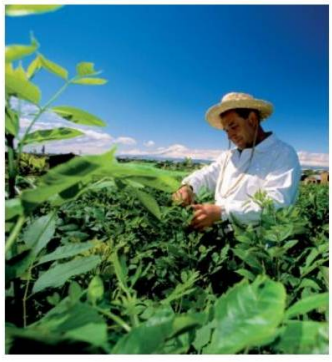
Летом праздники устраивают на свежем воздухе – из-за большого количества участников.

уважения к ее родителям или ее мужу. В таком случае тост должен быть предназначен для членов ее семьи, «невзначай» упоминая имя женщины.

После тоста и после звона чокающихся бокалов все говорят «Дзер кенацы!» (за ваше здоровье) и могут насладиться напитком.



■ Некоторые говорят, что стоит посетить Армению хотя бы ради того, чтобы поприсутствовать на каком-либо празднике и послушать тосты.



Чай

В Армении чаю предпочитают кофе. Но если готовят чай, то часто добавляют мяту. Пьют его на русский манер, вприкуску со сладостями – пахлавой, армянской халвой и другими вкусностями.Или с сухофруктами – например, знаменитым алани – сушеными персиками с ореховой начинкой.

Не только Арарат

Водка очень популярна в Армении. Ее можно купить практически в любом магазине, в том числе на улице – как и пиво. При этом цена на водку гораздо ниже, чем во многих европейских странах.

Из видов бренди самым знаменитым, конечно же, является коньяк Арарат – любимый и знаменитый во всем мире. Он обладает мягким вкусом белого винограда и армянской минеральной воды, его делают с соблюдением высочайшей технологии. Популярны также другие марки, такие как Армаган, Хайаси, Арменика и многие другие.





Ароматы Армении

Тимьян



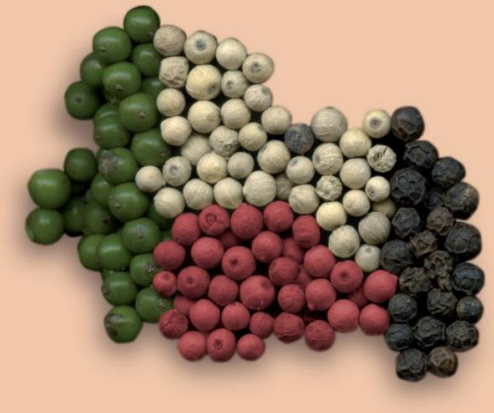
Слово «тимьян» имеет греческое происхождение, в древности это растение считалось лекарством от застенчивости. Кусты тимьяна, высотой 20-30 см, ценились в Древнем Египте – египтяне использовали его для ароматных эссенций и для мумификации умерших. Самаритяне знали о его бактерицидных свойствах еще в третьем веке до нашей эры. На сегодняшний день тимьян используют в кулинарии как ароматное растение, а в медицине – как обезболивающее и отхаркивающее средство.

Пажитник



В прошлом это растение, напоминающее на вид фасоль, выращивали в основном в качестве корма для животных. В древности его называли «травой богинь», так как женщины употребляли его семена для увеличения размера груди. Семена пажитника использовали в качестве красителя, а также для накрахмаливания тканей. В армянской кухне пажитник употребляют для приготовления маринадов, пасты, хлеба и мяса, особенно бастурмы.

Черный перец



Эта специя пришла в Армению из Индии. Плоды вьющегося перечного растения, вырастающего до 10 метров в длину, собирают на различных этапах их созревания. В зависимости от момента сбора урожая различают 4 вида перца. Самым нежным является зеленый (это незрелые зерна растения); засушенные горошины обрабатывают специальным способом, чтобы сохранить их цвет. Таким же образом поступают и с горошинами красного перца, но это уже – зрелые зерна перца. Белый перец – также зрелые зерна, но очищенные от верхней оболочки. Наконец, черный перец, чьи зерна собирают до того как они окончательно созреют; их слегка обваривают в горячей воде, а затем сушат на солнце, таким образом получая черный цвет.

Травы на любой случай

Кинзу, петрушку, укроп и базилик продают на армянских рынках большими пучками.



Кинза

Свежие листья кинзы – один из главных элементов армянской кухни. При долгом кипячении характерный вкус кинзы исчезает, поэтому ее следует добавлять в самом конце приготовления блюд.



Укроп

В Библии упомянуто, что в те времена семенами укропа оплачивали налоги. В Древнем Египте укроп использовали в лечебных целях. В Армении его листья сегодня используют как приправу к супам, салатам и закускам, а его семена – для мяса и маринадов.

С армянских застолий гости уносят воспоминания о аромате и вкусе большого разнообразия специй и ароматных трав. Армянские рестораны, существующие во всем мире, всегда предпочитают пользоваться травами, привезенными из Армении.

Мята



Согласно одному древнегреческому мифу, это имя носила нимфа, которую боги превратили в растение. В древности мята была известна как лекарство и как приправа – в Древнем Китае и Египте. Мята обладает многими полезными свойствами, в том числе болеутоляющим, улучшающим пищеварение и тонизирующим. Говорят, что древние римские философы одевали короны из свежей мяты, чтобы лучше думалось. В Армении мяту добавляют к мясу и сладкому, она также является компонентом армянского традиционного чая.

Зира



Это растение принадлежит к семейству зонтичных, его родина – Средняя Азия. Семена зиры похожи на семена тмина, их легко спутать . В Армении эту траву можно встретить в дикорастущем виде. Молотые семена зиры армяне называют «кимион»: они входит в состав смеси «чаман», используемой для приготовления бастурмы. Это также обязательный игредиент шашлыков, кебаба, солений и салатов.

Чеснок



Армения является родиной чеснока. Отсюда это растение, популярное во всех кухнях мира, распространилось по всему земному шару. Чеснок когда-то считался магическим растением. Существует легенда о том, что когда изгнанный из рая сатана впервые ступил на землю, на месте, куда ступила его левая нога, вырос чеснок, а из-под правой – лук. Первые упоминания о чесноке пришли к нам еще из древнего Египта: им в обилии питались строители пирамид. Еврейский Талмуд рекомендует употребление чеснока, описывая его полезные свойства: он дает тепло телу, улучшает цвет лица и качество спермы, а также убивает кишечных паразитов. Согласно свидетельствам, римские легионеры употребляли чеснок для большей эффективности боя. В армянской кухне он занимает значительное место – его добавляют в мясо, закуски и салаты. Кроме того, это ингредиент традиционного супа хаш.



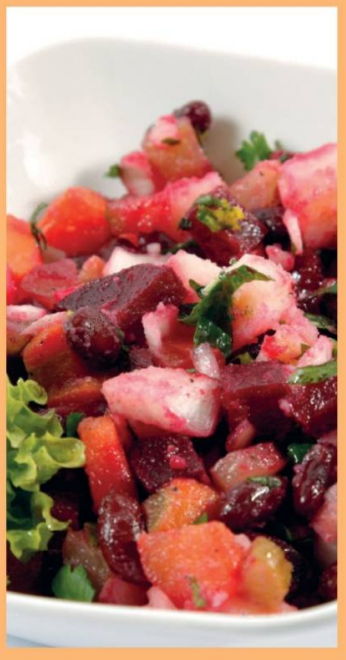
Петрушка

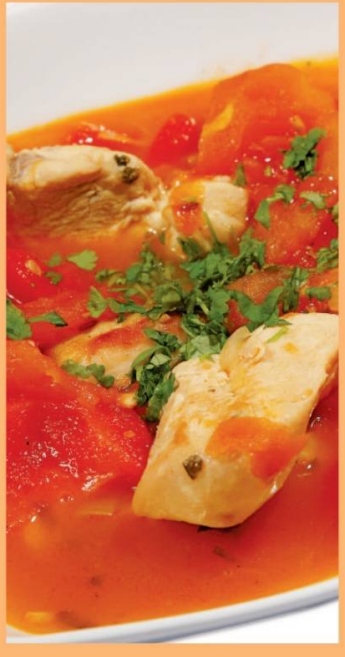
Листья петрушки, как и листья кинзы, армяне добавляют огромными порциями практически во все основные блюда.



Базилик

Очень ценное растение из-за своего сладковатого вкуса. Базилик добавляют в салаты, супы, тушеные овощи и другие блюда, а также к свежему сыру. Одно из его свойств – это насыщенный аромат, отпугивающий насекомых.

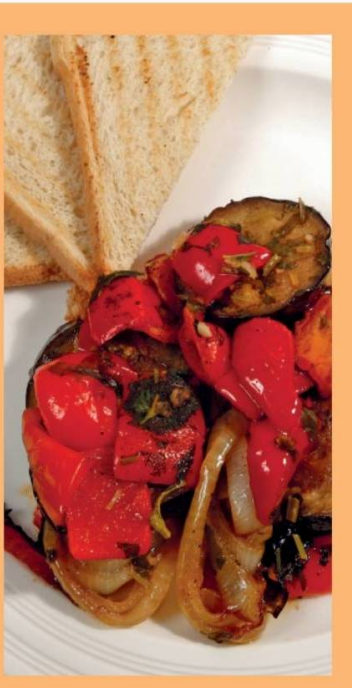



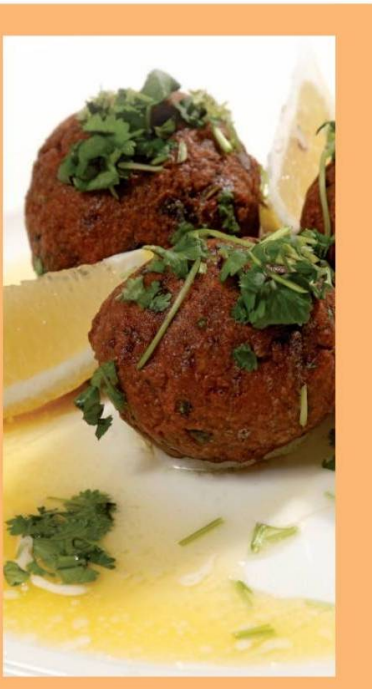














РЕЦЕПТЫ ШАГ ЗА ШАГОМ »

Острый салат из болгарского перца

ИНГРЕДИЕНТЫ (8 порций)

12 больших красных перцев
12 перцев чили
180 г очищенных грецких орехов
30 г аджики
1 банка консеривированных томатов
60 г оливкового масла
20 г гранатового сиропа
50 г нарезанных оливок
3 больших помидора
Поджаренные в тостере кусочки хлеба пита
Соль
Перец
Зира
Базилик

ПОСУДА ДЛЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Разделочная доска
Нож
3 миски
Маленькая тарелка
Кувшин
Чайная ложка
Блендер



ГРЕНАДИН

Гренадин – густой сироп на основе концентрированного сока граната – имеет ярко-красный цвет и обладает очень насыщенным вкусом. Его часто употребляют в армянской кухне – для приготовления различных блюд,напитков, коктейлей, десертов и мороженого. Если у вас нет гренадина, можно заменить его клюквенным или красносмородиновым сиропом.



Данный рецепт – пример разнообразия армянской кулинарии, где острый вкус чили и паприки прекрасно комбинируется со сладким вкусом граната и перца. Этот салат можно подавать как закуску, гарнир или основное блюдо.



Острый салат из болгарского перца Шаг за шагом

»1 ПЕРЕЦ



Разрежьте перцы пополам и выньте сердцевину.

»2



Нарежьте перцы на маленькие кусочки.

»5



Добавьте чили.

»6



Измельчите грецкие орехи и добавьте в миску. Посолите.

»9



Поместите смесь в салатницу.

»10



Добавьте аджику и перемешайте.

»3



Разрежьте чили пополам и уберите зернышки. Мелко измельчите.

»4

Положите нарезанный перец в глубокую миску.



»7

Измельчите смесь до получения консистенции крема.



»8 СМЕСЬ

Слейте лишнюю жидкость.



»11

Добавьте к смеси небольшое количество томатной пасты, не забывая о том, что конечный результат будет довольно острым.



»12



Добавьте мелко нарезанные черные оливки.

»13



Влейте немного гранатового сиропа.

»16



Добавьте зиру и паприку. По желанию посолите и поперчите. Хорошо перемешайте.

»17 ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП



Нарежьте помидоры мелкими кубиками.

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РЕЦЕПТ » Салат и соус из перца

В процессе приготовления основного рецепта можете экспериментировать с пикантностью вкуса, хотя в оригинальной версии именно комбинация острого и сладкого вкуса делает это блюдо неповторимым. Предлагаем вам вариант данного салата без помидоров. Для этого вам понадобятся: 350 г красных перцев, 150 г лука, петрушка, 2 столовые ложки оливкового масла, молотый перец, зира, соль, сахар, горчица и томатная паста. Окуните перец в кипящую воду на несколько секунд, затем снимите с него кожицу, нарежьте на кубики и отставьте. Нарежьте лук, положите в дуршлаг и обдайте кипятком. Дайте стечь воде и смешайте лук с перцем. Добавьте масло и все остальные ингредиенты. Посолите и поперчите. Подавайте на стол на плоском блюде с петрушкой и базиликом. Смесь из перцев из основного рецепта можно также использовать для приготовления соуса к любой пасте. Достаточно всего лишь убрать питу. Подавайте соус к готовой пасте с тертым сыром, петрушкой и кусочками помидоров.



»14 ТОСТЫ



Разделите на кусочки поджаренную в тостере питу и добавьте их в смесь.

»15

Снова измельчите все ингредиенты блендером до получения густой пасты.



»18

ПОСЛЕДНИЙ ШТРИХ

Выложите помидоры на смесь из перцев, полейте маслом и украсьте листьями базилика. Подавайте на стол с кусочками питы.



Армянский салат

ИНГРЕДИЕНТЫ 4 порции)

- **4-5 свекол**
- **5 картофелин**
- **7 соленых огурцов**
- **3 красные луковицы**
- **5 морковей**
- **3 банки красной фасоли**
- **Свежая петрушка**
- **Оливковое масло**
- **Соль**
- **Перец**

ПОСУДА ДЛЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

- Ложка
- Разделочная доска
- Нож
- Блюдо
- Глубокое блюдо
- Маленькая тарелка
- Кастрюля
- Дуршлаг



СВЕКЛА

Свекла всегда присутствовала в избытке в армянской кухне. Любопытно, что одну из разновидностей свеклы можно встретить в Армении растущей в диком виде и в прошлом ее употребляли в пищу.



Традиционный армянский зимний салат состоит из овощей и бобовых, которые содержат много питательных веществ и дают энергию организму в холодный период года. Этот салат можно подавать как закуску или как гарнир к блюдам из свинины и курицы.



»1 ОВОЩИ

Почистите морковь.



»2

Почистите картофель.



»5



Пока свекла готовится, нарежьте лук.

»6

Положите лук в посуду, в которой будет подаваться салат.



»9

Нарежьте морковь на кубики и добавьте к смеси.



»10

То же самое проделайте с картофелем.



»3



Сварите овощи, сцедите воду и оставьте до остывания.

»4

Положите свеклу в холодную воду, добавьте соль, сварите до готовности и тоже оставьте до остывания.



»7

Очистите огурчики от кожицы.



»8

Нарежьте огурцы на кубики и добавьте их к луку.



»11



Свеклу очистите от кожицы и нарежьте на кубики. Лучше это делать в резиновых перчатках, потому как свекла может окрасить кожу.

»12 ФАСОЛЬ



Промойте фасоль большим количеством воды через дуршлаг.

»13

Дайте стечь воде, добавьте фасоль к остальным ингредиентам.



»16 ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП



Полейте салат оливковым маслом.

»17



Посолите и поперчите по вкусу. Оставьте в холодильнике на час.

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РЕЦЕПТ

» Армянский салат с яблоками

Вкус сновного рецепта можно немного смягчить, добавив кусочки яблок. Для этого варианта вам понадобятся: 2 вареные свеклы, 5 маринованных огурцов, 1 яблоко, 2 столовые ложки оливкового масла, петрушка, укроп, по щепотке соли и перца. Почистите свеклу и натрите ее на терке. То же самое проделайте с яблоком. Добавьте огурцы, нарезанные на кубики, оливковое масло, мелко нарезанные петрушку и укроп, соль и перец и поставьте на непродолжительное время в холодильник. Для более простого варианта берем: 2 большие вареные свеклы, 1 стакан вареной фасоли (можно консервированной), 4 маринованных огурчика, 2 красные луковицы, 1 яблоко, 2 столовые ложки майонеза и 1 столовую ложку сливок. Натираем свеклу, лук и яблоко. Добавляем фасоль и огурцы. В конце все смешиваем с майонезом и сливками. Это блюдо также подается холодным.



»14

Промойте, обсушите и мелко нарежьте петрушку.



»15

Добавьте петрушку к салату.



»18

ПОСЛЕДНИЙ ШТРИХ

Украсьте блюдо веточкой петрушки для придания контраста с красным цветом свеклы.



Густой суп из свинины с яблоками

ИНГРЕДИЕНТЫ (4 порции)

500 г свинины
250 г картофеля
2 луковицы
2 яблока
2 столовые ложки томатной пасты
2 столовые ложки оливкового масла
150 г гороховой муки
Соль и перец по вкусу
Зелень петрушки

ПОСУДА ДЛЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Столовая ложка
Чайная ложка
Разделочная доска
Нож
Блюдце
Миска
Кувшин
2 кастрюли
Сковорода



СВИНИНА

Человечество включает в свой рацион свиное мясо уже на протяжении более 5 тысяч лет. Есть мнения «за» и «против» употребления свинины в пищу, но так или иначе свиное мясо в Армении остается в большом почете, из него делают множество вкуснейших блюд.



Этот наваристый суп является частью кулинарного искусства Армении. Богатый питательными веществами и белками, он обладает смесью вкусов,традиционных для армянской кухни.



»1 МЯСО



Помойте мясо и порежьте его на кусочки.

»2



Положите мясо в кипящую воду и варите, пока оно не станет мягким.

»5



Размешайте до однородного состояния.

»8 ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Нарежьте очищенный картофель кубиками и добавьте в кастрюлю. Варите до готовности картофеля.



»9



Мелко нарежьте лук. Отставьте.

»3 МУКА



Налейте один литр воды в кастрюлю.

»4

Добавьте гороховую муку.



»6

Оставьте смесь муки с водой на медленном огне в течение 7 минут.



»7

Добавьте сваренное мясо.



»10



Снимите кожуру с яблок и нарежьте их кубиками. Отставьте.

»11 ЗАПРАВКА



Поджарьте лук, доведя его до прозрачности.

»12



Добавьте яблоки.

»15



Убедитесь, что мясо почти готово. Добавьте в суп смесь яблок, томатной пасты и лука и готовьте в течение нескольких минут.

»16 ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП





Добавьте по вкусу соль и перец. Варите до готовности.

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РЕЦЕПТ » Свинина по-армянски

Другой версией основного рецепта станет тушеная свинина с болгарским перцем, но уже как второе блюдо. Вам понадобятся: 500 г свинины без жира, 1 красная луковица, 3 болгарских перца (по возможности, красный, желтый и зеленый), сок 1 лимона, 150 г грибов, 1 стакан бульона, 1 зубчик чеснока, соль, перец, лавровый лист, майоран, сладкий молотый перец и растительное масло. Мясо нарежьте на кусочки толщиной 1 см, добавьте к нему сок лимона, соль и перец. Поджарьте мясо в кастрюле в течение 5-7 минут. Добавьте лук и чеснок. Через несколько минут положите в кастрюлю нарезанные пластинами грибы, еще через несколько – влейте бульон. Пока мясо готовится, нарежьте перцы кубиками и добавьте их к мясу. В конце положите специи и лавровый лист. Кастрюлю накройте крышкой и оставьте готовиться на 1 час или пока мясо не станет мягким, а бульон густым как соус.



»13



Нарежьте петрушку.

»14



Добавьте томатную пасту к яблокам и луку и перемешайте.

»17

ПОСЛЕДНИЙ ШТРИХ

Добавьте в каждую тарелку с супом немного петрушки.



Бозбаш

ИНГРЕДИЕНТЫ (4 порции)

- **150 г гороха нут**
- **500 г баранины**
- **1 большая луковица**
- **2 столовые ложки сливочного масла**
- **6 столовых ложек томатной пасты**
- **400 г картофеля**
- **100 г чернослива**
- **2 яблока кислых сортов**
- **Зелень кинзы, петрушки, укропа, мяты, базилика**
- **1 столовая ложка молотого чили**
- **Соль**

ПОСУДА ДЛЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

- 2 миски
- Кастрюля с толстым дном
- Разделочная доска
- Нож
- Кастрюля
- Кувшин
- Дуршлаг



ЧЕРНОСЛИВ

Этот сухофрукт очень часто используется в армянской кухне. Прежде чем купить его в магазине или на рынке, важно знать, сливы были высушены. Сливы, сушеные на солнце, не имеют сильного вкуса и запаха, характерного для высушенных искусственным путем. Последние, используемые в кулинарии, могут перебить вкус остальных ингредиентов.



Бозбаш – знаменитый кавказский суп из баранины, одно из самых популярных первых блюд в армянской кулинарии. Он отличается своим насыщенным вкусом и ароматом – из-за большого количества фруктов и специй, необходимых для его приготовления.



»1 нут



Залейте нут холодной водой и оставьте на 12 часов.

»2



Поставьте кастрюлю на огонь, посолите и варите, пока нут не станет мягким. Слейте воду и отставьте.

»5

Очистите картофель и нарежьте кубиками.



»6

Освободите яблоки от кожуры и сердцевины и тоже нарежьте кубиками.



»9 мясо



Поставьте воду на огонь и положите мясо, когда вода закипит. Посолите и оставьте на среднем огне на 30 минут.

»10



С помощью дуршлага процедите мясо. Отставьте бульон.

»3 ПОДГОТОВКА



Нарежьте баранину на кусочки небольшого размера и положите в кастрюлю.

»4



Измельчите лук.

»7



Выньте косточки из чернослива и порежьте на кусочки.

»8



Помойте перец и тоже нарежьте.

»11

В кастрюле растопите сливочное масло и обжарьте на маленьком огне мясо до легкого золотистого цвета



»12 ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Добавьте к мясу лук и обжарьте его до золотистого цвета.



»13

Влейте бульон.



»16 ЗАВЕРШАЮЩИЙ ЭТАП



Посолите и поперчите. Оставьте блюдо на некоторое время для насыщения вкуса и можете подавать на стол.

»17



Измельчите ароматные травы: кинзу, укроп, мяту, петрушку и базилик.

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РЕЦЕПТ

» Суп с фрикадельками из баранины

Бозбаш можно готовить по-разному, например, добавляя различные сухофрукты. В некоторых регионах яблоко заменяют на айву. В других местах также добавляют шафран. Вместо традиционных трав можно приправить блюдо смесью из измельченной сушеной мяты и сумаха. Предлагаем еще один вариант супа с бараниной, для чего потребуется: 400 г фарша из баранины, 2 средние луковицы, 2 зубчика чеснока, 500 г риса, 60 г сливочного масла, 60 г чернослива, 70 г зеленого горошка, 450 г картофеля, шафран, перец, сушеная мята и соль. Смешайте в миске фарш с измельченными чесноком и 1 луковицей, предварительно сваренным рисом, солью, перцем и шафраном.Хорошо вымешайте и отставьте смесь на некоторое время «отдохнуть». Затем сформируйте фрикадельки, воткнув в середину каждой чернослив. Сварите горошек, добавьте к нему картофель, порезанный кубиками, фрикадельки, лук и сливочное масло. Посолите и поперчите по вкусу. Готовьте, пока картофель станет мягким. Перед подачей приправьте суп сухой мятой.



»14



Положите томатную пасту и доведите суп до кипения.

»15





Добавьте картофель, яблоки, чернослив и перец. Когда картофель сварится, добавьте горох нут.

»18

ПОСЛЕДНИЙ ШТРИХ

Добавьте в суп нарезанную зелень. Перед подачей на стол можно положить в каждую тарелку ложку сметаны.



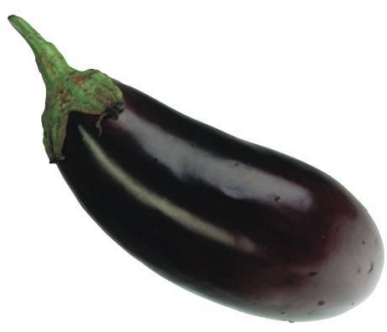
Аджапсандал

ИНГРЕДИЕНТЫ (4 порции)

- **2 баклажана**
- **2 помидора**
- **2 болгарских перца**
- **1 большая луковица**
- **4 столовые ложки оливкового масла**
- **30 г сливочного масла**
- **Зелень петрушки, базилика, кинзы**
- **3 зубчика чеснока**
- **Соль**
- **Перец**

ПОСУДА ДЛЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

- Разделочная доска
- Нож
- Тарелка
- Сковорода
- Чайная ложка
- Кастрюля с толстым дном
- Миска
- Кулинарные щипцы



БАКЛАЖАНЫ

Баклажан – очень вкусный овощ, он придаст вкус и аромат любому блюду. Имейте в виду, что в пищу нужно употреблять только зрелые плоды, так как незрелые баклажаны содержат соласонин, который может быть токсичным!

Традиционное армянское блюдо, его можно подавать в холодном или горячем виде. В первом случае аджапсандал может быть прекрасной закуской, во втором – изысканным гарниром к мясу или густым соусом к пасте. Так или иначе, блюдо всегда должно сопровождаться ломтиком поджаренного хлеба.



»1 ОВОЩИ



Нарежьте баклажаны на пласты толщиной 1,5 см, посолите и отставьте на полчаса. Промойте, обсушите и обжарьте их на оливковом масле до золотистого цвета.

»2



Нарежьте помидоры пластинами и также обжарьте их на оливковом масле в течение 3 минут. Переложите в тарелку и отставьте.

»5 ЗЕЛЕНЬ



Измельчите петрушку, базилик и кинзу.

»6



Измельчите чеснок и смешайте его с зеленью.

»9



Выложите дно кастрюли кусочками помидоров.

»10



Положите 1/4 смеси чеснока с зеленью.

»3

Также нарежьте перец, обжарьте и отложите.



»4



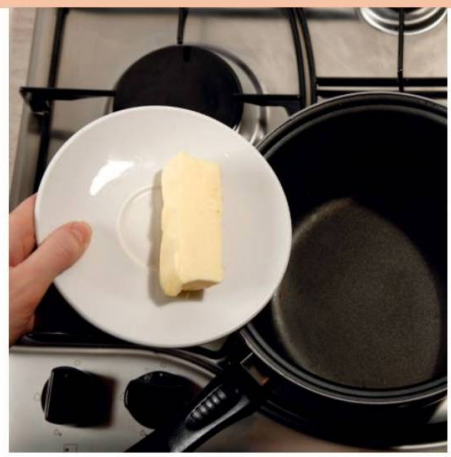
Нарежьте лук крупными кольцами и обжарьте. Отложите.

»7



Разделите смесь трав и чеснока на четыре равные части.

»8 ПРИГОТОВЛЕНИЕ



Растопите на сковороде немного сливочного масла.

»11



Сверху выложите лук.

»12

Снова выложите одну часть чеснока и зелени.



» 13



Выложите равномерно кусочки баклажана.

»16 ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП

Добавьте последнюю часть смеси из чеснока и зелени, посолите и поперчите по вкусу.



»17



Поставьте на очень медленный огонь на 35-40 минут или до готовности.

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РЕЦЕПТ

» Рагу в армянском стиле

Для этого рагу в армянском стиле можно использовать практически любые овощи, но обязательно с наличием баклажан. Предлагаем вам следующий рецепт: 2 баклажана, 2 помидора, 2 болгарских перца, 1 луковица, 2 моркови, 1 цукини, растительное масло, петрушка, чеснок, соль и перец. Достаточно нарезать все овощи кусочками, выложить их на сухую сковороду, добавить масло, петрушку, чеснок и соль. Накрыть крышкой и оставить готовиться на очень медленном огне от 30 до 45 минут. Как и блюдо из основного рецепта, этот вариант блюда можно подавать как в холодном, так и горячем виде. Помните, что в зависимости от того, в каком виде добавляете баклажан – с кожицей или без, конечный результат будет различен по вкусу. Лучше готовить баклажаны с кожицей, чтобы не потерять некоторые полезные вещества, содержащиеся в ней. Перед готовкой нарезанный баклажан нужно посыпать крупной солью, сбрызнуть лимонным соком, оставить на непродолжительное время и затем промыть водой, – способ избавиться от характерного для этого овоща горьковатого вкуса.



»14



Снова посыпьте смесью из чеснока и зелени.

» 15

Выложите слой из кусочков перца.



»18

ПОСЛЕДНИЙ ШТРИХ

Подавайте аджапсандал холодным или горячим. Армянский хлеб станет хорошим дополнением к блюду.



Паста с орехами

ИНГРЕДИЕНТЫ (4 порции)

- **500 г пасты типа фузилли**
- **200 г молотых грецких орехов**
- **3 зубчика чеснока**
- **5 столовых ложек сливочного масла**
- **100 г тертого сыра**
- **5 веточек шалфея**
- **2 столовые ложки растительного масла**
- **Соль и перец по вкусу**

ПОСУДА ДЛЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

- Разделочная доска
- Нож
- Терка
- Кастрюля
- Тарелка
- Кастрюля с толстым дном
- Чайная ложка



ГРЕЦКИЕ ОРЕХИ

Грецкие орехи очень популярны в кавказской кухне: их кладут во множество блюд. Чтобы сохранить все полезные вещества, содержащиеся в грецких орехах, их нужно держать в сухом и темном месте. Нельзя допускать чтобы они впитали влагу, так как это может спровоцировать появление грибка.



Паста в Армении очень любима... И если вспомнить о пристрастии ее жителей к орехам – неудивительно, что на свет появилось данное блюдо. Наличие шалфея придает ему легкое сходство со средиземноморской кухней.



Паста с орехами Шаг за шагом

»1





Измельчите орехи. Сполосните шалфей, обсушите салфеткой и тоже измельчите.

»2

Нарежьте зубчики чеснока на тонкие пластинки. Натрите сыр на терке.





»5 ЗАВЕРШАЮЩИЙ ЭТАП

Убавьте огонь, положите чеснок и слегка обжарьте в течение 3 минут. Не допустите пережаривания. Посолите и поперчите.





»6



Добавьте к смеси пасту и хорошо перемешайте.

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РЕЦЕПТ

» Сладкая паста с бананами

В основном рецепте шалфей можно заменить на 250 г молотых сухарей, слегка обжаренных на сухой сковороде вместе с грецкими орехами. Затем к ним добавляют немного сливочного масла. В завершение готовую пасту смешивают с обжаренной смесью, посыпают тертым сыром и ставят в духовку для запекания до золотистой корочки. Также существует сладкий вариант этого блюда, с орехами и бананами. Кроме пасты, вам понадобятся: 300 г грецких орехов, 3 банана, сливочное масло, сливки 18% жирности и сахар. Вначале слегка обжарьте дробленые орехи на сливочном масле, затем добавьте сахар (по вкусу). После этого положите кусочки бананов и сливки. Перемешайте и оставьте на огне, пока не прогреются бананы. Как только соус будет готов, добавьте его к готовой пасте.



»3 ПРИГОТОВЛЕНИЕ



Сварите пасту в воде с небольшим количеством масла и соли. Когда она будет почти готова, снимите с огня, слейте воду и отставьте.

»4





Растопите сливочное масло в кастрюле. Добавьте орехи и шалфей. Готовьте смесь на медленном огне в течение 3 минут.

»7

ПОСЛЕДНИЙ ШТРИХ

Перед подачей на стол посыпьте блюдо тертым сыром и украсьте цельными орехами.



Фрикадельки из говядины

ИНГРЕДИЕНТЫ (4 порции)

- **1 кг говядины**
- **400 г картофеля**
- **2 желтка**
- **150 г грецких орехов**
- **100 г изюма**
- **100 г муки**
- **250 г сливочного масла**
- **1 лимон**
- **Соль**
- **Перец**
- **Зелень мяты, кинзы и петрушки**

ПОСУДА ДЛЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

- Кастрюля
- Разделочная доска
- Нож
- Тарелка
- Миска
- Мясорубка
- Ложка
- Сковорода



КАРТОФЕЛЬ ДЛЯ ФРИКАДЕЛЕК

Фрикадельки – блюдо арабского происхождения – делают во всем мире, но разными способами. В их традиционном рецепте присутствует только мясо и специи, во многих кухнях добавляют разные ингредиенты. В Армении это – смесь фарша с вареным картофелем, таким образом фрикадельки приобретают нежную текстуру.



Пикантные говяжьи фрикадельки с добавлением грецких орехов, изюма и мяты – визитная карточка армянской кухни. Комбинация ингредиентов создает неповторимый вкус, а блюдо станет центральным для любого застолья.



»1 ПОДГОТОВКА



Сварите картофель.

»2

Мелко нарежьте листики мяты и кинзы. Отложите.



»5 ФАРШ





Два раза прокрутите мясо и картофель через мясорубку.

»6



Добавьте орехи.

»9

Добавьте половину петрушки.



»10



»3



Отдельно измельчите петрушку и тоже отложите.

»4

Измельчите орехи.



»7



Добавьте изюм.

» 8



Добавьте мяту и кинзу.

»11

Поперчите смесь по вкусу.





Добавьте желтки (белки вам не понадобятся).

»12



Посолите.

»13



Хорошо вымешайте смесь до получения однородной массы.

»16 ЗАВЕРШАЮЩИЙ ЭТАП



Растопите немного сливочного масла и вылейте его на порцию фрикаделек.

»17



Украсьте блюдо оставшейся петрушкой.

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РЕЦЕПТ

» Фрикадельки на шампурах

Для того чтобы фрикадельки были более хрустящими, их можно обвалять вместо муки в кукурузных хлопьях. Также орехи можно заменить на 4-5 ложек слегка обжаренного кунжута, с несколькими каплями кунжутного масла. Интересным вариантом послужит шашлык из фрикаделек. На 300 г говядины понадобятся: 6 плодов чернослива, 6 ломтиков копченого бекона, 1 болгарский перец, 1 луковица, 1 столовая ложка муки, петрушка, соль и перец. Фрикадельки готовятся так же, как и в основном рецепте, но без картофеля, а с измельченным луком и петрушкой. Чернослив обворачивается ломтиками бекона. Перец нарезают кубиками 2 см. На одну деревянную шпажку нанизывают кусочек перца, затем фрикадельку и одну сливу в беконе, завершая еще одним кусочком перца. Фрикадельки можно готовить в духовке или на сковороде в большом количестве масла, не забывая, что их нужно время от времени переворачивать для равномерного результата.



»14



Придайте кусочкам массы форму шариков и обваляйте их в муке.

»15



Обжарьте фрикадельки до золотистого цвета.

»18

ПОСЛЕДНИЙ ШТРИХ

Подавайте фрикадельки с дольками лимона. Гарнир может быть любым.



Чахохбили из курицы

ИНГРЕДИЕНТЫ (4 порции)

- **4 куриные бедрышка или 2 грудки**
- **500 г помидоров**
- **2 столовые ложки сливочного масла**
- **5 луковиц**
- **4 зубчика чеснока**
- **По 1/2 чайной ложки шафрана и зиры**
- **1 чайная ложка плодов кориандра**
- **1 болгарский перец**
- **1/2 жгучего перца**
- **Зелень петрушки**
- **1 столовая ложка аджики**
- **Соль и перец по вкусу**

ПОСУДА ДЛЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

- Разделочная доска
- Нож
- Блюдце
- Ступка
- Тарелка
- Кастрюля
- Сковорода
- Ложка

АДЖИКА

Эта острая паста продается в магазине, но ее также можно приготовить дома. Для этого измельчают жгучий перец, паприку и грецкие орехи (пропорции подбираются в зависимости от предпочтений). Слегка обжаривают зубчики чеснока на растительном масле, добавляют смесь из специй и соль. Затем тушат все под крышкой медленном огне и в завершение добавляют немного уксуса.



Чахохбили – это простое блюдо, в котором собраны все вкусы, характерные для Армении. Оно обладает ярким ароматом зиры, кинзы и петрушки, острым вкусом аджики, кислинкой помидоров... и является оригинальным способом приготовления курицы.



Чахохбили из курицы Шаг за шагом

»1 ОВОЩИ И СПЕЦИИ



Нарежьте лук.

»2

Измельчите половинку жгучего перца.



»5

Измельчите зерна зиры и кориандра в ступке.



»6 МЯСО



Вымойте мясо курицы и нарежьте на мелкие кусочки.

»9

Обжарьте курицу до золотистого цвета.



»10

Переложите мясо в кастрюлю.



»3

Освободите перец от семян и нарежьте на кусочки.



»4



Окуните на несколько секунд помидоры в кипяток и затем снимите с них кожицу.

»7



Смешайте с солью и базиликом.

»8



Растопите масло на сковороде.

»11 ПРИГОТОВЛЕНИЕ



Не меняя сковороду и не добавляя больше масла, обжарьте болгарский перец, лук и жгучий перец.

»12 ЗАВЕРШАЮЩИЙ ЭТАП

Переложите перец и лук в кастрюлю с курицей.



»13

Добавьте дольки помидоров к курице.



»16



Готовьте на среднем огне. Посолите и поперчите по вкусу.

»17



Когда содержимое загустеет, снимите с огня. Дольки помидоров должны быть сваренными.

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РЕЦЕПТ

»С уткой, индейкой или говядиной

При желании блюдо из основного рецепта можно разбавить бульоном для получения густого супа. Курицу можно заменить индюком или уткой, добавив в процессе приготовления стакан вина. Можно также заменить говядиной, для этого вам понадобятся:
500 г говядины без костей, 700 г картофеля, 4 луковицы, 1 стакан белого сухого вина, 1 стакан бульона, 1 зубчик чеснока, 2 столовые ложки растительного масла, 4 горошины черного перца, 1 столовая ложка молотых зерен кориандра, укроп, петрушка, соль и перец. Промойте мясо и нарежьте его на кусочки. Обжарьте в растительном масле. Добавьте черный перец и кориандр. Как только мясо приобретет золотистый оттенок, влейте вино. Когда мясо будет почти готовым, влейте бульон и положите ломтики картофеля и чеснок. По необходимости можно также добавить воды. В конце приправьте измельченным укропом и петрушкой. Картофель можете заменить кус-кусом или рисом.



»14



Нарежьте чеснок и добавьте его к смеси.

»15





Приправьте зирой, кориандром, шафраном и базиликом.

»18

ПОСЛЕДНИЙ ШТРИХ

Оставьте блюдо на полчаса в теплом месте, чтобы мясо хорошо пропиталось вкусом специй. Перед сервировкой украсьте петрушкой.



Форель под ореховым соусом

ИНГРЕДИЕНТЫ (4 порции)

4 форели
2 большие луковицы
1 пучок укропа
1 пучок петрушки
Эстрагон, кориандр, мята, базилик, зира

СОУС

1/2 стакана очищенных грецких орехов
2 зубчика чеснока
4 столовые ложки уксуса
1/2 стакана рыбного бульона
Щепотка молотого жгучего перца
Соль
Свежемолотый черный перец
1 столовая ложка муки

ПОСУДА ДЛЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Разделочная доска
Нож
Кастрюля
Миска
Кувшин
Ступка
Ложка
Сотейник
Блендер
Лопатка



ФОРЕЛЬ

Форель, рыбу семейства лососевых, рекомендуется покупать очень свежей. Нужно следить чтобы жабры были яркого розового цвета. Если вы заметите любой вид слизи на поверхности рыбы, это означает, что рыба не свежая.



В настоящее время форель не так легко найти в Армении, эта рыба водится лишь в озере Севан и некоторых реках. Возможно, поэтому и из-за высокой цены армянские хозяйки обычно готовят форель по большим праздникам.



»1 РЫБА



Почистите рыбу; промойте ее и натрите солью и лимонным соком.

»2 ЛУК И ЗЕЛЕНЬ



Почистите лук и нарежьте его на толстые кольца.

»5



Сверху положите рыбу.

»8 ПРИГОТОВЛЕНИЕ



Накройте кастрюлю крышкой и готовьте на медленном огне.

»3

Промойте и мелко нарежьте все травы.



»4



На дно кастрюли разложите половину всей смеси трав и половину лука. Посолите.

»6

Покройте рыбу оставшейся частью зелени и лука.



»7

Добавьте немного холодной воды в кастрюлю, чтобы рыба едва ею покрылась.



»9 СОУС





Пока готовится рыба, истолките орехи в ступке.

»10

Проделайте то же самое с чесноком и добавьте соль.



»11

Влейте бульон в сотейник.



»12





Добавьте орехи, чеснок, уксус и перец.

»15 ЗАВЕРШАЮЩИЙ ЭТАП



Добавьте муку с водой в соус.

»16



Когда рыба станет мягкой, выньте ее из кастрюли.

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РЕЦЕПТ » Запеченная форель

Другим вариантом может стать форель, запеченная в духовке, с ореховым соусом и хреном. Вам понадобится: 4 форели по 400 г каждая, пучок тимьяна, один лимон, нарезанный на дольки, соль, перец и масло. Для соуса: 1 столовая ложка пасты из хрена, 250 г сливок 22% жирности, горстка грецких орехов или фундука, сок лимона, соль и перец.

Нагрейте духовку до 200°С. На сковороде или на бумаге для выпечки выложите картофель, полейте маслом, приправьте солью и перцем. Готовьте до золотой корочки (около 15 минут). Форель помойте, обсушите салфеткой, посолите и поперчите.Сделайте на рыбе надрезы каждые 2 см и полейте маслом. Внутрь каждой рыбы положите веточки тимьяна и кусочки лимона. Поставьте форель на смежную полку в духовке и запекайте в течение 12-15 минут. Приготовьте соус, смешав пасту из хрена со сливками и орехами, добавьте соль, перец и сок лимона. Подавайте форель с соусом, картофелем, листьями рукколы или другого салата.



»13

Помешивая, доведите соус до кипения. После этого посолите и поперчите.



»14 МУКА

Размешайте муку с небольшим количеством воды, затем влейте стакан воды.



»17

ПОСЛЕДНИЙ ШТРИХ

Подавайте рыбу с луком и зеленью, с которыми она готовилась. Соус подавайте отдельно.



Рис со взбитыми сливками, мармеладом и изюмом

ИНГРЕДИЕНТЫ (10 порций)

200 г риса
250 мл сливок 30% жирности
1 чайная ложка ванильного сахара
1 столовая ложка сахарной пудры
1 маленькая банка смородинового варенья (может быть другое варенье, с кисловатым вкусом)
100 г изюма

ПОСУДА ДЛЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Кастрюля
Дуршлаг
3 Миски разного размера
Блендер



ВАНИЛЬНЫЙ САХАР

Ванильный сахар используется для десертов во всем мире. Если у вас его нет, можете приготовить его в домашних условиях: достаточно положить стручок ванили в банку с сахаром, накрыть крышкой и оставить его там на пару недель.



Для армян это блюдо означает нечто большее, чем просто десерт. Это воспоминание и ностальгия об ушедшем времени. Во время празднований рис сервируется в форме священной для армян горы Арарат. Простое и быстрое в приготовлении, это блюдо подойдет к любому столу.



»1 РИС



Поставьте рис вариться на медленный огонь. Посолите.

»2





Переложите готовый рис в дуршлаг и промойте холодной водой, чтобы сделать его рассыпчатым.

»5

Добавьте сахарную пудру и ванильный сахар. Продолжайте взбивать сливки до густоты.



»6

Разложите рис по тарелкам в форме горки или вулкана.



»7



Сделайте отверстие в форме кратера в центре каждой горки.

»8 ЗАВЕРШАЮЩИЙ ЭТАП



Заполните каждый кратер вареньем, которое послужит имитацией «лавы».

»3



Смешайте рис с изюмом.

»4 СЛИВКИ

Взбейте сливки. Для получения лучшего результата поместите перед этим сливки в морозильник на 5-10 минут.



»9

ПОСЛЕДНИЙ ШТРИХ

Выложите взбитые сливки, имитируя «ледник», украшающий вершину «горы».



Виноград по-армянски

ИНГРЕДИЕНТЫ (4 порции)

1 кг черного винограда (зрелый и тугой)
1 стакан уксуса
1/2 стакана воды
500 г меда
5 зерен кардамона
5 зерен гвоздики
200 г соли

ПОСУДА ДЛЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Кастрюля
Кувшин
Миска
Дуршлаг
Банки



ВИНОГРАД

Еще знаменитый древнегреческий врач Гиппократ говорил о полезных свойствах винограда и меда. В прошлом виноград использовали в лекарственных целях. Сегодня еще употребляют в пищу как свежим, так и сушеным, в виде изюма. Любопытно, что виноград темных сортов обладает бóльшим количеством полезных веществ, чем белый.

Консервирование фруктов является древней традицией – такой же старой, как и армянская кухня. Консервированный виноград по-армянски сам по себе является десертом, но он также на удивление прекрасно сочетается с многими мясными блюдами и сырами.



»1 ЗАЛИВКА





Вскипятите воду. Добавьте гвоздику, кардамон и накройте крышкой. Варите на медленном огне в течение 8 минут.

»2

Добавьте уксус и мед. Доведите до кипения и снимите с огня.





»5 ЗАВЕРШАЮЩИЙ ЭТАП



Заполните банки виноградом, но не очень плотно, чтобы осталось место для заливки.

»6





Добавьте заливку в каждую банку, покрыв плоды, и закройте герметично крышки. Храните банки в сухом месте.

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РЕЦЕПТ »Абрикосовое варенье

Абрикосовое варенье очень популярно в Армении. Для его приготовления вам понадобятся: 2 кг твердых абрикосов, 1 кг сахара и 1/2 стакана воды. Фрукты порежьте пополам и освободите от косточек. В в глубокую кастрюлю с толстым дном влейте воду и добавьте сахар. Как только вода начнет кипеть, положите абрикосы и варите в течение получаса на медленном огне, помешивая время от времени. Простерилизуйте банки и наполните их кусочками сваренных абрикосов на треть объема. Сироп оставьте на медленном огне и дождитесь, пока не загустеет, затем по чуть-чуть добавляйте его в каждую банку. Закатайте стерилизованными крышками, переверните горлышками вниз и укутайте тканью до следующего дня. Абрикосовое варенье прекрасно подойдет к чаю. Таким же образом можно приготовить варенье из груш, яблок, айвы и слив. В случае с яблоками рекомендуем добавить немного сока лимона, чтобы варенье не потемнело ,а также ваниль и корицу для вкуса и аромата.



»3 ВИНОГРАД



Промойте виноград холодной водой.

»4

Осторожно отделите плоды от веточек и поместите их в дуршлаг. Снова промойте водой.





»7

ПОСЛЕДНИЙ ШТРИХ

Употребите виноград уже через неделю. Если через три дня заливка станет мутной, вскипятите ее еще раз и залейте обратно в банки.



Армянская пахлава

ИНГРЕДИЕНТЫ (4 порции)

ТЕСТО

500 г муки для приготовления десертов
250 г муки высшего сорта
250 г сливочного масла
1 взбитое яйцо

НАЧИНКА

250 г очищенного миндаля
125 г сахарной пудры
100 г сливочного масла

ДЛЯ УКРАШЕНИЯ

20 цельных миндальных орехов
500 мл меда

ПОСУДА ДЛЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ

Мясорубка
3 миски разного объема
Чайна ложка
Ложка
Доска для замешивания теста
Скалка
Форма для выпекания
Кисточка для смазывания





МИНДАЛЬ

Миндаль содержит очень много полезных веществ, но если условия хранения не адекватны, он может их утратить. Рекомендуется хранить миндаль в плотно закрытых банках и в холодильнике.

Этот десерт из слоеного теста, пропитанного медовым сиропом, популярен во всех странах Ближнего Востока и на Балканах, хоть и известен под разными именами. Оригинальность вкуса дает право считать пахлаву одним из лучших существующих десертов в мире.



»1 НАЧИНКА



Пропустите миндаль через мясорубку и смешайте с сахаром.

»2



Добавьте к смеси растопленное сливочное масло и перемешайте. Отставьте.

»5



Месите тесто в течении 15-20 минут, понемногу добавляя воду.

»6



Добавьте яйцо и продолжайте месить тесто еще в течение 15-20 минут.

»9 ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Смажьте форму для выпечки маслом.



» 10



»3 ТЕСТО

Смешайте обычную муку с мукой для десертов.







Добавьте 2 столовые ложки растопленного сливочного масла и щепотку соли.

»7



Разделите тесто на 12 шариков.

»8

С помощью скалки очень тонко раскатайте каждый шарик, придавая тесту круглую форму.



»11

Уложите 5 слоев теста, один на другой, смазывая каждый слой растопленным маслом.



С помощью ложки распределите сверху на тесто половину начинки.

»12



Уложите два слоя теста, как и раньше смазав каждый из них растопленным маслом. Распределите оставшуюся начинку сверху.

»13



По этой же схеме уложите остальные пять слоев теста, смазав каждый из них растопленным маслом.

»16 ЗАВЕРШАЮЩИЙ ЭТАП



Поставьте пахлаву в предварительно разогретую до 200°С духовку и выпекайте в течение 45 минут.

»17



Разогрейте мед и смажьте им готовую пахлаву. Дайте пропитаться медом в течении двух часов.

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ РЕЦЕПТ

» Варианты начинки для пахлавы

Хотя метод приготовления пахлавы всегда остается одинаковым, можно поэкспериментировать с начинкой. Например, начинку для основного рецепта можно приготовить, измельчив 200 г миндаля, 50 г грецких орехов и 50 г фисташек. Также вам понравится смесь из орехов сухофруктов: 85 г мелко нарезанного сушеного манго, 85 г фиников, 115 г фисташек, 1 столовая ложка корицы, 1 столовая ложка сливочного масла, 2 столовые ложки подсолнечного масла и 4 столовые ложки жидкого меда. Нужно просто измельчить и смешать все ингредиенты. Вместо фиников и манго можете использовать урюк или сушеные персики, а фисташки можно заменить на фундук. Можете добавить имбирь, мускатный орех либо их смесь – вместо корицы. А мед для покрытия пахлавы можете смешать с тертой цедрой апельсина, мелкими фисташками или апельсиновым соком.



»14



Отметьте с помощью ножа ромбики или треугольники на поверхности торта.

»15



Украсьте цельным миндалем (или грецкими орехами) и смажьте поверхность оставшимся маслом.

»18



ПОСЛЕДНИЙ ШТРИХ

Перед подачей на стол нарежьте пахлаву на порции по заранее отмеченным линиям.



ИЛЛЮСТРИРОВАННАЯ ЭНЦИКЛОПЕДИЯ
«КУЛИНАРНЫЕ ШЕДЕВРЫ МИРА»

АРМЯНСКАЯ КУХНЯ
ТОМ 18

ББК 36.997
И 44

ISBN 978-84-15481-80-5

MediaInfo Group
ГРУППА КОМПАНИЙ

Издатель: ЗАО «Издательский дом «Медиа Инфо Групп»
129110, Москва, ул. Щепкина, д.47, стр.1, офис 6
+7(495) 688-80-78
www.mediainfogroup.ru

©Текст. Editorial SOL90 S.L.
©Дизайн. Editorial SOL90 S.L.
©Фотографии. Editorial SOL90 S.L.
©Перевод. Editorial SOL90 S.L.

Все права защищены

Формат 22 x 27,5 cm
Бумага мелованная
Усл. печ. л. 12
96 страниц

2013 год

ISBN 978-84-15-48180-5
9 788415 481805





Армянская кухня шаг за шагом

[1] Африканская кухня
[2] Итальянская кухня
[3] Испанская кухня
[4] Японская кухня
[5] Средиземноморья кухня
[6] Китайская кухня
[7] Мексиканская кухня
[8] Французская кухня
[9] Итальянская кухня II
[10] Арабская кухня
[11] Центрально-Европейская кухня
[12] Аргентинская кухня
[13] Чилийская кухня
[14] Индийская кухня
[15] Греческая кухня
[16] Сербская кухня
[17] Турецкая кухня
[18] Армянская кухня
[19] Тайская кухня
[20] Еврейская кухня

ISBN 978-84-15-48180-5