



«ПРАЗДНИК ВКУСА И ГОСТЕПРИИМСТВА»:

кухни народов России

Аварская кухня



Аварцы веками живут в горных районах Дагестана — и их кухня родилась из гармонии с природой. Скотоводство, земледелие, садоводство дают главные продукты: мясо, муку, зелень, молоко, сыр, овощи.

ОСОБЕННОСТИ АВАРСКОЙ КУХНИ:

- Мясо в почёте. Чаще всего используют баранину и говядину. Особая гордость — сушёное мясо: его можно подать как самостоятельное блюдо или добавить в сложное кулинарное творение.
- Минимум овощей, максимум вкуса. В ходу лук и помидоры, реже — картофель и баклажаны. Зато зелени, чеснока и острых приправ — в изобилии! Уксус и специи придают блюдам характерный яркий вкус.
- Традиции в деталях. Приготовление пищи — целый ритуал. Для каждого блюда есть свои правила готовки и подачи, а лучшие рецепты бережно передаются из поколения в поколение.
- Меню разнообразно: от наваристых супов и ароматных лепёшек до сытных мясных блюд и сладких угощений.

А главное — каждое блюдо готовят с душой: аварцы известны своим гостеприимством и всегда рады угостить гостя!

ЧУДУ

Чуду — лепешки из пресного теста со всевозможной, разнообразнейшей начинкой. Наполнителем им служит, в первую очередь, мясо, затем картошка, сыр, помидоры, все с большим количеством зелени и приправ, и даже отдельно одна зелень, самых разных видов, культурная и дикая, чуть сдобренная сметаной или сырыми (или сваренными в крутую) яйцами.

Жарятся такие лепешки на сухой, без капли жира сковороде, а маслом смазываются уже готовые. Особенно вкусны они горячими, только что приготовленными.



ХИНКАЛ

Хинкал — традиционное блюдо аварской кухни. По звучанию похоже на грузинские хинкали, однако по сути это совсем другая еда.

Блюдо представляет собой варёные в мясном бульоне кусочки теста («хинкалины»), подаваемые с бульоном, варёным мясом и соусом.

Тесто для аварского хинкала замешивается на кефире, простокваше или сыворотке. К тесту аварцы относятся очень уважительно, как к живому существу. Вымешивают его только руками, обязательно в хорошем настроении. Тесто для хинкала раскатывают тонким пластом, нарезают на квадратики, ромбики, либо полоски, которые скатывают улиткой. Затем кусочки отваривают в бульоне, а готовые кладут на большое блюдо, поливая топленным маслом. Бульон обильно приправляется чесноком и ароматными травами.

Подается хинкал как первое и второе одновременно. Традиционный соус к нему — сметана с чесноком, зеленью, черным перцем и тмином. Любители остренького предпочитают томатную пасту, и, конечно же, пиалу крепкого бульона. Также к хинкалу предлагают маринованные помидоры, квашеные баклажаны и другие соленья и квашения.



КУРЗЕ

Курзе — национальное блюдо дагестанской кухни, вид которого напоминает одновременно пельмени и вареники. Но курзе чуть крупнее, имеют форму капли, начинка в них острее, а защипываются они обязательно косичкой.

В результате в курзе можно положить даже жидкую начинку, например взбитые с зеленью сырые яйца. В этом случае "мешочек" сначала заплетается до середины, затем наливается содержимое и косичка аккуратно доплетается до конца.

Курзе бывает мясным, творожным, картофельным, сырным, в различном сочетании данных продуктов, и с массой других наполнителей.



САРИСИ

Сариси — традиционное блюдо аварской кухни, рулет из бараньей печени и субпродуктов. Ингредиенты мелко рубятся, затем заворачиваются в сальник (жировую сетку) и запекаются.

Также существует рецепт сариси из свежего бараньего сала: сало скручивают в виде трубочки, перевязывают шпагатом и варят в солёной воде. В горячем виде сариси можно подать к любому виду хинкала.



БАХУХ

Бахух — так называется аварская мучная халва. В отличие от восточной халвы на основе кунжута, здесь главный ингредиент — грецкие орехи.

Исторически бахух готовили на свадьбы и большие праздники, так как орехи и мёд были дорогими продуктами. Орехи толкли в ступке, смешивали с топлёным маслом и мёдом, а затем варили до густоты. Также добавляли поджаренную муку для плотности или шафран для аромата. Готовую массу выкладывали на плоское блюдо, украшали узорами из орехов и резали на ромбы.

Сегодня бахух делают и с добавлением какао или сухофруктов, но традиционный рецепт остаётся неизменным в горных аулах. Подают с чаем из горных трав — он оттеняет сладость и делает вкус более гармоничным.

