



«ПРАЗДНИК ВКУСА И ГОСТЕПРИИМСТВА»:

кухни народов России

Татарская кухня



Татары — второй по численности народ России (4,7 млн человек), в основном проживающий в Поволжье (Татарстан и Башкортостан), а также в других регионах страны.

❖ Татарская кухня отличается обилием мясных блюд и бульонов. В приготовлении отдают предпочтение говядине, баранине, мясу утки и конине (свинина под запретом в соответствии с мусульманскими традициями).

❖ Мясо применяют для варки самых разнообразных супов — с лапшой, мукой, картофелем и овощами.

❖ Без мясных продуктов не обходится даже приготовление различной выпечки: пирожки, беляши, чебуреки, булочки — из солёного, сладкого, дрожжевого, сдобного или пресного теста.

Кулинарные традиции татар уходят корнями во времена Волжской Булгарии — когда предки современных татар разводили скот, сеяли зерно и ловили рыбу. 🐎🐟 Основу исторического рациона составляли продукты, удобные для хранения и транспортировки: мясо, молочные продукты и злаки. А конина до сих пор занимает почётное место на столе — ведь лошадь для татар была не только рабочей силой, но и источником пищи. Со временем в кухню проникли элементы восточной и русской гастрономии, добавив новых красок и вкусов.

ТОКМАЧ

Токмач — это популярное блюдо татарской кухни, состоящее из супа с домашней лапшой и отварного картофеля с курицей или другим мясом. Токмач подается в два приема: сначала съедается бульон с домашней лапшой, а после — курица с картошкой. Чтобы приготовить блюдо по традиционному рецепту, необходимо изготовить лапшу из пшеничной муки, куриных яиц и щепотки соли. Тесто для муки замешивают и режут на тонкие полоски. Затем добавляют на две минуты к предварительно сваренному бульону из куриных бедер с картофелем и овощами.



ЧАК-ЧАК

Чак-чак — одно из самых известных блюд татарской кухни, знаменитое печенье из обжаренных кусочков теста с медовым сиропом. Лакомство готовят из пшеничной муки, меда, сахара и яиц. Тесто нарезают тонкими ломтиками или формируют в виде небольших шариков, которые обжаривают во фритюре и пропитывают сахарно-медовым сиропом. При подаче чак-чак чаще всего выкладывают в форме горки.



ЗУР БЭЛИШ

Зур бэлиш — сытный пирог с мясной и картофельной начинкой. Обычно в рецепте национальной кухни используют утку, но также подходят говядина, баранина, курица и индейка. При этом можно смешивать несколько видов мяса, а к картофелю добавлять овощи или крупы. Нужно замесить тесто, разделить на две части и раскатать. На первую часть теста выкладывают мелко нарезанное мясо и овощи. Добавляют в начинку несколько кусочков сливочного масла — так получается вкуснее. Затем сверху закрывают другим куском теста. И ставят в духовку на час-полтора.

