

Национальные кухни



Далеко не всем грекам известно, что их национальная кухня легла в основу популярной Средиземноморской диеты. Придерживаясь они основной своей культуры питания, не злоупотребляя фаст-фудом, у них не возникало бы проблем с фигурами и лишним весом. Греческая кухня проста, полезна и вкусна. Она включает в себя множество овощей, зелени, молодого сыра, морепродуктов, оливок и оливкового масла, которое греки добавляют практически во все блюда. Масло и оливки в Греции продукты поистине культовые – не счесть их сортов и способов посола. О пользе оливкового масла говорить излишне, а вот о вкусе и запахе хочется сказать. Масло холодного отжима обладает приятнейшим вкусом и неповторимым тонким ароматом, который можно сравнить с запахом растертой в пальцах молодой травы. Оно способно украсить собой любое блюдо от салата до осьминога.

Греки мало употребляют соли, ее с успехом заменяет свежий лимон, его подадут и к рыбе, и к мясу, и к ово-

щам. Лимоны, как и остальные цитрусовые, очень популярны, с ними готовятся супы, соусы, десерты. А уж как солезаменитель, лимон не только вкусен, но и исключительно полезен.

Из молочных продуктов греки отдают предпочтение йогурту, кефиру, козьему молоку или нежирному сыру. Без феты или брынзы невозможно представить себе греческую кухню. В качестве горячей закусочки очень вкусны блюда с традиционным соусом – саганаки, в основе которого лежит фета, расплавленная в лимонном соке с овощами, преправами и острым перчиком кафтери.

Чистейшие моря, омывающие Грецию, богаты рыбой и морепродуктами. В любой таверне вы увидите широкое меню: разнообразная рыба, жаренная на гриле, запеченная с травами или овощами, малюсенькие рыбешки, которых тоже умудрились пожарить на гриле, нежнейшие кольца кальмаров, мидии в хрустящем кляре, морские раки, креветки от мелочи до гигантских и, конечно же, осьминог. Осьминог вареный, осьминог на гриле, жареный, с уксусом, с травами и оливковым маслом. И все исключительно вкусное, нежное, свежее – «только что плавало».

Мясо греки готовят не менее вкусно. Приготовленная на углях бризола с запеченными перцами и баклажанами не может оставить равнодушным. На Пасху ото всюду тянет соблазнительным дымком и шашлычным ароматом. Это время широких застолий и пикников на природе, когда в обязательном порядке готовятся барашки или козлята на вертеле.

В Греции самый настоящий культ кофе. Его пьют все, всегда, везде и, кажется, что непрерывно. Горячий, холодный, со всевозможными вкусами и ароматами, взбитый в крепкую пену крошечным миксером – он повсюду.

Назначая встречу, грек непременно скажет: «встретимся на кофе» или «я приглашаю вас на кофе». Чай в Греции не популярен совершенно. Считается, что если человек заказал чай, а не кофе, то у него какие-то неполадки с организмом. Такое же отношение и к супам.

Греки не равнодушны к выпечке, сладостям, мороженому. На каждом углу пекарни «Бугатса» – слоеные пироги с разнообразными начинками, большие и маленькие кондитерские с изумительными сладостями и кафешки, где можно попробовать разнообразнейшие сорта мороженого с орехами, фруктами, ягодами.



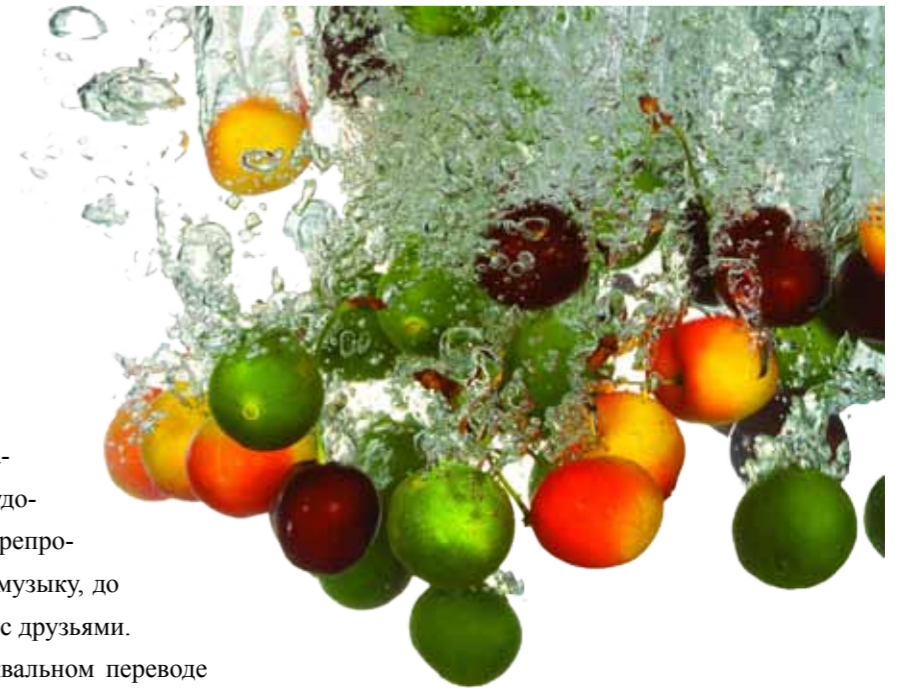
ГРЕЧЕСКАЯ КУХНЯ

Благодаря щедрому солнцу круглый год, на греческой земле вызревают вкуснейшие фрукты, душистые ягоды, прозрачный виноград и огромные арбузы. Нет так же недостатка в овощах, бобовых и зелени, которую греки употребляют свежей, вареной, тушеной.

Греческие застолья это не только гастрономическая радость, это еще и удовольствие от расслабленного времяпрепровождения под красивую мелодичную музыку, до неформального общения и разговоров с друзьями.

Недаром слово «симпозиум» в буквальном переводе означает «выпить в компании». Пьют греки с удовольствием, но в меру. Пара стаканчиков сухого вина за обедом или ужином – отличное и полезное дополнение к мясу или рыбе. Из крепких напитков популярны ципуро и узо – анисовая водка, от которой, как утверждают греки: «никогда не болит голова».

Классическая греческая кухня – это своеобразный стиль жизни. Люди, придерживающиеся его, живут дольше, реже болеют раком, сердечными заболеваниями и ожирением. Кулинарной



истории Греции уже четыре тысячи лет, а первую мире кулинарную книгу написал грек Архестратос в 330 году до нашей эры.

А особо важным ингредиентом в приготовлении пищи греки считают хорошее настроение. Ведь без него блюдо не получится ни вкусным, ни полезным.

Г. Полинская



Национальные кухни



Быстрая zakuska из помидоров и сыра фета

3-4 кружочка помидора; кусок сыра Фета, толщиной примерно 1,25 см, достаточно большой, чтобы накрыть помидоры; 1 ст.ложка оливкового масла; щепотка сушёного орегано.

Выложите порезанный помидор на тарелку одним слоем. Сверху положите сыр и полейте оливковым маслом. Посыпьте орегано. Поместите в микроволновую печь и готовьте, пока фета не начнёт плавиться. В зависимости от мощности микроволновой печи, время приготовления может меняться. На мощности 900 Вт достаточно 2 минут. Подавайте горячим.



Голубцы

50-60 виноградных листьев, 1 чашка растительного масла, 1,5 чашки мелконарезанного репчатого лука, 1 чашка мелконарезанного зеленого лука, полчашки риса, соль, перец, 1-2 лимона, 1 пучок мяты

Очищенные и промытые виноградные листья обдать кипятком и охладить. Перемешать все вышеуказанные продукты, за исключением лимонов, заворачивать полученный фарш в виноградные листья, придавая им продолговатую форму. На дне кастрюли разложить несколько листьев и рядами укладывать на них голубцы. Сверху накрыть их тяжелой тарелкой сверху дном, придавив их, чтобы они не раскрывались во время варки. Затем полить соком лимона и залить водой доверху. Варить на слабом огне до полного испарения воды. Дать им остыть и разложить по тарелкам.

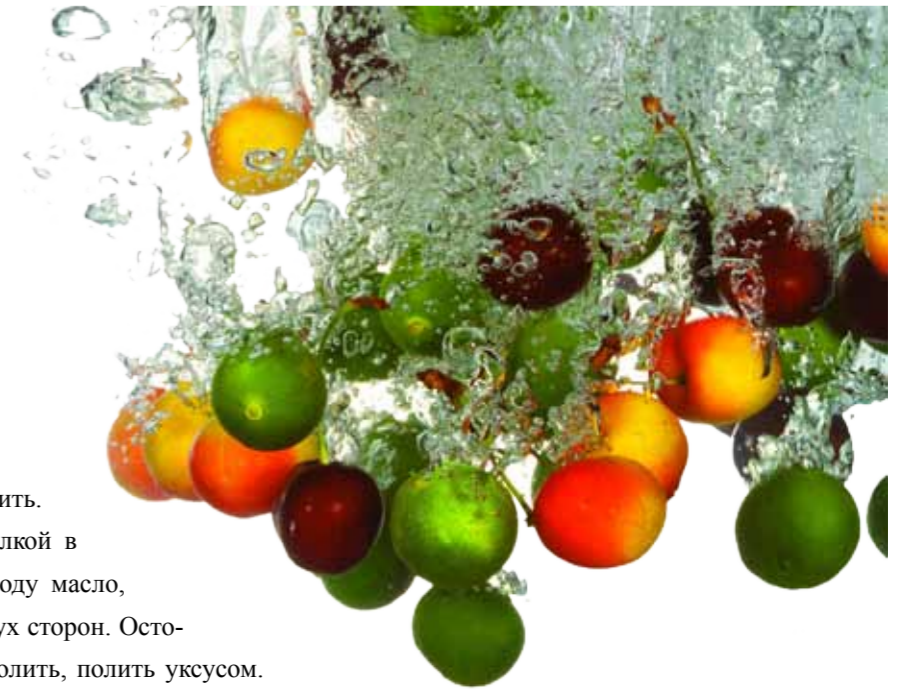


ГРЕЧЕСКАЯ КУХНЯ

Перец жареный

500 г перца, растительное масло, уксус, соль

Перец хорошо промыть и подсушить. Крупный перец нужно проткнуть вилкой в нескольких местах. Налить в сковороду масло, раскалить, обжарить в нем перец с двух сторон. Осторожно достать его из сковороды, посолить, полить уксусом.
Примечание: таким же способом можно готовить баклажаны



Апельсиновый салат острова Корфу

1 кг апельсинов; 2 ст.ложки молотой сладкой паприки; 1 кофейная чашка оливкового масла; соль

Очистите апельсины, разделите на дольки и удалите косточки и белые мембраны. Сложите дольки в салатницу, посоли- паприкой. Полейте лом и перемешайте

Насколько стран- зался бы вам этот ется прекрасным к любому жареному



те и посыпьте оливковым мас-

ным ни пока- салат, он явля- гарниром почти мясу или птице.

Национальные кухни



Кролик в винном соусе

1 кролик, 2 1/2 чашки красного вина, 3 измельченные луковицы, 3 дольки чеснока, немного петрушки, 4 лавровых листа, 3 ложки муки, 1 чашка сливочного масла, соль, перец

Смешать вино, лук, чеснок, лавровый лист. Порезать кролика на кусочки и высыпать в смесь. Оставить на 6 часов, а затем отделить кусочки мяса от смеси, чуть их подсушить и жарить в масле. После этого вылить винную смесь снова в мясо. Посолить, поперчить, добавить 2 чашки воды и тушить в закрытой кастрюле на слабом огне до готовности.



ГРЕЧЕСКАЯ КУХНЯ

Баклажаны-туфельки

Это самые вкусные «туфельки» греческой кухни. Двухцветные с блестящим темным цветом баклажана и золотым цветом подрумяненного соуса бешамель – это туфельки универсального размера для каждого сидящего за столом. Тем же способом, что мы опишем ниже, «туфельки» могут быть приготовлены без мясного фарша, с густым томатным соусом и большим количеством лука и сельдерея, и заключающий штрих вкуса – тертый сыр фета, слегка подрумяненный в духовке.

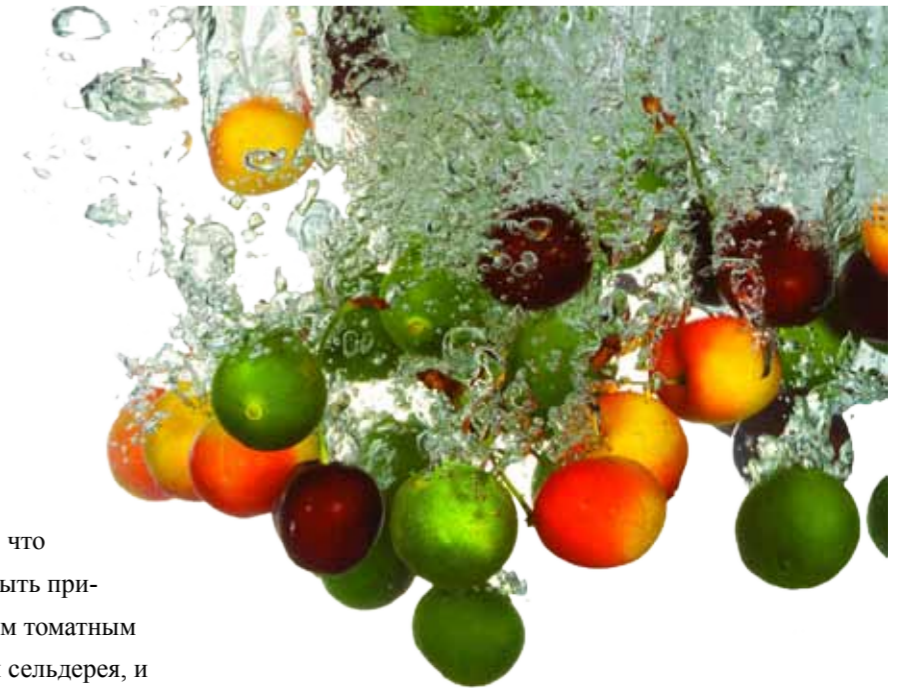
«Туфельки» из баклажанов – лучшее из греческих фаршированных блюд – может одолжить свой рецепт и кабачкам, только тогда они уже будут называться «лодочками».

Ингредиенты:

4 средних баклажана
оливковое масло
тертая фета

Начинка:
6 ст.ложек оливкового масла
2 мелконарезанные луковицы

1 мелконарезанный зубчик чеснока
300 г свиного фарша
2 зрелых помидора соль, перец



Национальные кухни



На полстакана соуса бешамель:
2 ст.ложки слив. масла
2 ст.ложки муки
1 ½ стакана молока
щепотка мускатного ореха, соль,
белый перец



Приготовление:

1. Моеете баклажаны, режете их вдоль посередине, вынимаете сердцевину и кладете их в соленую воду на 30 минут. Толщина одной половинки должна быть около 2 см.

Поле для заметок



2. Опускаете помидоры в горячую воду на несколько минут, после остывания снимаете кожуру и удаляете семена. Мелко нарежете бланшированные помидоры, лук и чеснок

Поле для заметок



3. Поджариваете в оливковом масле лук, чеснок и мясной фарш. Затем добавляете лук, чеснок и соль с перцем. Тушите примерно 20 минут.

Поле для заметок



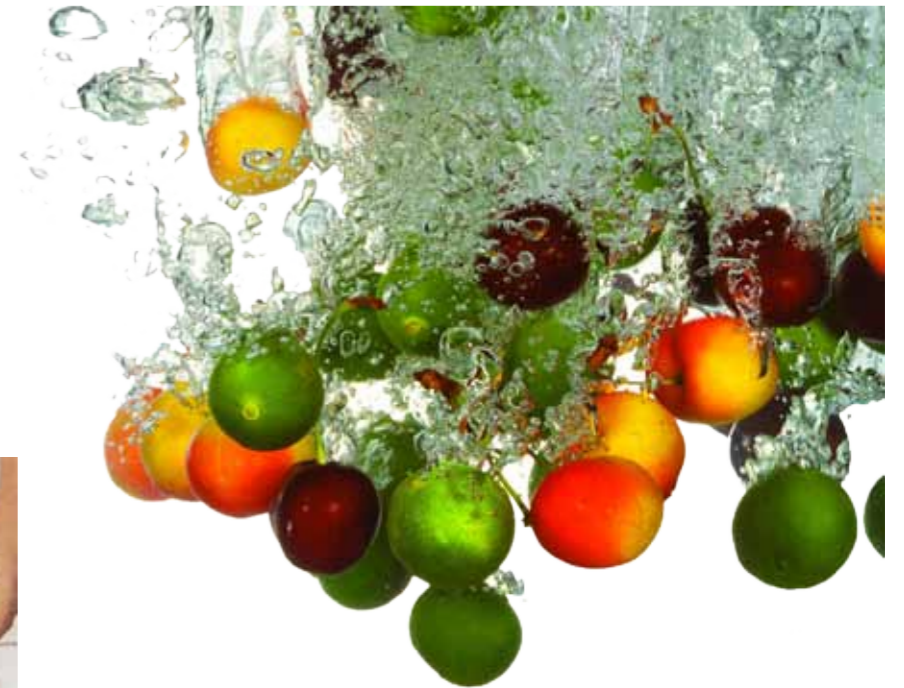
4. Подсушиваете баклажаны и жарите их с двух сторон. Затем выкладываете баклажаны разрезом вниз на бумагу, чтобы ушло лишнее масло.

Поле для заметок



ГРЕЧЕСКАЯ КУХНЯ

5. Приготавливаете соус бешамель. На водяной бане растапливаете сливочное масло, добавляете муку и перемешиваете деревянной ложкой



6. Добавляете понемногу молоко, постепенно взбивая венчиком. Когда смесь достигнет консистенции крема, добавляете приправы

Поле для заметок



7. Наполняете баклажаны начинкой.

Поле для заметок



8. На фарш выкладываете соус бешамель, прочерчиваете вилкой полосы и посыпаете тертым сыром фета

Поле для заметок



9. Печете «туфельки» 30 минут при температуре 160 градусов.

Национальные кухни



Особенности еврейской кухни связаны с религиозными традициями, в первую очередь. Евреям допустимо вкушать только блюда из передней части парнокопытных животных, нельзя готовить мясо с молоком, есть кровь и блюда,

в которые она входит. Вместо

масла, в качестве основы для приготовления мясных (и прочих вторых) блюд используют лишь гусиный и говяжий жир.

Отличается еврейская кухня своей сладостью, бульоны перед подачей к столу слегка сластят. Мясо также часто тушат с применением чернослива, меда, сахара, подают на стол гарнир из моркови и чернослива.

Вообще гарниры нечасто подаются за обедом в еврейских семьях. Традиционная закуска на обед – селедка (форшмак) или рыба. Далее следует бульон, суп, но без мяса, которое съедается потом, как отдельное блюдо, часто без гарнира. Разумеется, завершает обед чаепитие со сладким.

В еврейской кухне готовят много мясных и рыбных блюд, часто пекут сладости. А вот овощи используются ограничено, редко. Как правило, из овощей используют картофель, морковь, свеклу. Еврейский борщ – это смесь свеклы, картофеля, свежего лука, огурца и яиц. Есть и холодный сладкий борщ, в состав которого, кроме свеклы, входят фрукты, зеленый лук и сметана.

Молоко используется евреями только свежее, цельное. Недопустимы молочные и сливочные соусы к мясу, а всевозможные каши и запеканки евреи готовят с удовольствием.

Готовят, как правило, с использованием плиты. Духовой шкаф применяется в исключительных случаях. Блюда варят, тушат, готовят на пару и припускают, часто

МЯСО

Кашрут разрешает употребление мяса. но, согласно Торе, можно есть мясо только тех животных, которые, во-первых, имеют раздвоенные копыта, во-вторых, переже-

пастируют муку с овощами. Пряности также не получили широкого применения, и ограничены традиционным списком – чеснок, лук, имбирь, перец. Но можно точно сказать, что еврейская кухня отличается оригинальностью, своеобразием и очень вкусна.

Национальная еврейская кухня — одна из самых древних, она насчитывает несколько тысячелетий. Поскольку евреи рассеяны по всему свету, живут среди других народов, то и еврейская кухня обогатилась кушаньями разных стран. Но, несмотря на все разнообразие, еврейскую кухню отличают устойчивые традиции, определяемые прежде всего законами кашрута — сводом правил, которые учитывают, готовя еду. Кашрут — термин, обозначающий пищу, допущенную к употреблению по еврейским религиозным законам. Само слово «кошер» с иврита переводится как «подходящий». Кошерно то, что соответствует правилам приличия и подчиняется закону. В сфере питания это то, что еврейский закон разрешает для приема в пищу. Согласно концепции Торы, пища, которую употребляет еврей, влияет и на его физическое состояние, и на состояние духовное. В Торе перечислены правила, которые говорят о том, что запрещено есть плоть, отрезанную от живого существа: запрещено пить кровь, причем еврейский закон даже мясо предписывает употреблять в пищу только тогда, когда из него вытекла вся кровь; строго отделяется потребление молочных и мясных продуктов; > растительную или морскую пищу можно есть как вместе с мясными, так и вместе с молочными продуктами; в строго кошерных домах существует особая посуда для мясных и молочных продуктов, причем а израильской армии и на флоте это разделение является кормой. Текст Торы содержит 613 заповедей, строго регламентирующих практически все основные стороны еврейской жизни, и около 50 из них касаются вопросов питания. По кашруту, которому не менее трех тысяч лет, еда только ради еды предосудительна. Кошерная пища бывает трех видов: мясная, молочная, парве.

вывают жвачку (корова, овца, коза, барак и даже олень), то есть строго травоядных. Категорически запрещена свинина. Хотя копыта у свиньи раздвоены, но она не жует жвачку.

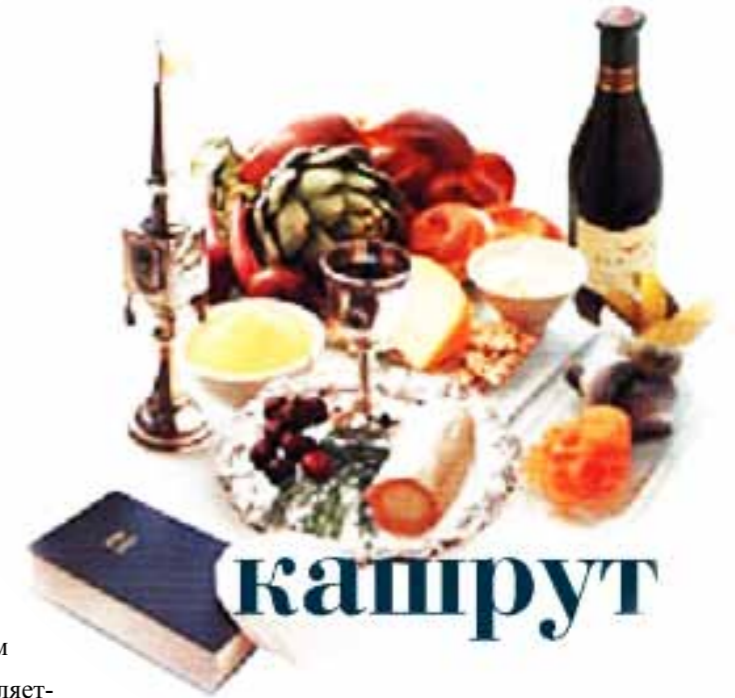
ЕВРЕЙСКАЯ КУХНЯ

Важны выбор животного и разделка туши. Животное должно быть совершенно здоровым. Употреблять в пищу больное животное категорически запрещено. Мясо животных, запрещенных кашрутом, называется тrefным. Таковыми являются лошади, ослы, верблюды, свиньи. В списке запрещенных к употреблению в пищу упомянуты создания, ползающие по земле на собственном брюхе (например, змеи или ящерицы), а также насекомые и всякого рода грызуны. Впрочем, запрет на употребление в пищу продуктов жизнедеятельности насекомых имеет исключение: кашруг разрешает употреблять мед, объясняя это тем, что мед является соком цветов, лишь переработанным пчелой, а потому является продуктом растительного происхождения. Большинство домашних птиц кошерны, то есть индюшек, кур, голубей, гусей, уток, лебедей и каплунов можно употреблять в пищу, причем птицы — куры, утки, индюки гуси — считаются деликатесом. Мясо диких птиц — тrefное, таковых в Торе насчитывается 24 вида. Среди них орлы, соколы, страусы, коршуны, ястребы, кукушки. Но даже птицы, разрешенные к употреблению в пищу, должны быть убиты определенным образом. Этот способ именуется как шхита. Суть его в том, чтобы причинить наименьшее страдание животному. Существуют законы подготовки ножа, которым будет зарезано животное: как заточивать нож, как проверять, чтобы на нем не было ни малейшей щербинки и т. п.; есть законы о том, где и как резать (только одним движением и только горло в районе прохождения сонной артерии). Существует общий запрет на употребление в пищу

РЫБА

Рыбой, согласно кашруту, является живое существо, обитающее в воде, у которого имеются чешуя и плавники.

И соответственно всех обитателей водной стихии; лишенных чешуи и плавников (киты, дельфины, моллюски, ракообразные и т. д.) в пищу употреблять нельзя. Некоторые виды рыб, не имеющих чешуи (сом, осетр, акула, угорь и др.) есть нельзя. В любом виде можно есть карпа, щуку, камбалу, треску, окуня, судака,



пада- л и , т о есть убитых хищными зверями или птицами или погибших иного вида насильственной смертью. Молоко считается кошерным только от кошерных животных. Кашрут не допускает смеси молочного и мясного: после употребления продуктов из мяса нельзя есть ничего молочного в течение 6 часов, а после приема молочной пищи мясо можно есть спустя 30 минут. Разница во временных промежутках объясняется тем, что молочные продукты перерабатываются организмом значительно быстрее, чем мясные. Именно этим, кстати, и объясняется, что в традиционных еврейских блюдах не встречаются соусы из йогурта, сливок или сметаны к курице, а после мясных блюд не подается сыр. Нельзя жарить мясо на сливочном масле.

всех лососевых. Но на крабов, креветок, устриц и им подобных — строжайший запрет

По кашруту, чешуя рыбы не должна быть повреждена и не должна иметь на своей поверхности участков измененного цвета. Рыбу можно употреблять как с мясными, так и с молочными продуктами. Осетровая (черная) икра не кошерна в отличие от красной.

Национальные кухни



ПАРВЕ

Продукты растительного происхождения и яйца относятся к парве. Парве можно подавать как с мясом, так и с молоком.

Позволительно есть овощи и фрукты, требуется лишь

тщательно очищать их от насекомых и червей, а также замачивать на 18 минут перед приготовлением. По кашруту, яйца птиц должны иметь обязательно разные концы: один более острый, другой более округлый.

Шаббат — суббота — среди праздников еврейского календаря занимает особое место. Запрет на повседневную будничную работу в седьмой день недели — одна из главных заповедей Ветхого Завета, которая гласит: «Помни день субботный и чтить его. Шесть дней работай и завершай все дела свои, а в седьмой — все дела делай только для Бога». Традиция запрещает производить в субботу тридцать девять будничных действий, нарушающих ощущение праздника. К ним относят все, что связано с денежными расчетами и повседневной работой (вплоть до приготовления пищи), а также все разговоры на будничные темы. Суббота освобождает человека от рабства повседневности. Суббота входит в еврейский дом в момент зажигания свечей. Вечером в пятницу, обязательно до захода солнца, хозяйка дома зажигает свечи и произносит благословение. После этого считается, что суббота началась. Празднование субботы включает выполнение предписаний Торы и мудрецов по освящению, отделению этого дня. Некоторые из предписаний имеют конкретное выражение: в субботу устраивают три праздничные трапезы и первые две из них начинаются с особой молитвы — молитвы освящения субботы над бокалом вина. Для трапезы в этот день используется самая красивая посуда, ее с любовью расставляют на белоснежной скатерти. Люди должны надеть в субботу красивую одежду. Семья собирается а субботу за столом для об-

щей трапезы, главное украшение которой свежеспеченные золотистые халы. Поскольку в Шаббат запрещены некоторые работы по дому, в том числе зажигание огня для приготовления пищи, то в еврейской кухне есть блюдо, вкус которого не ухудшается от долгого стояния, а улучшается. Называется это блюдо «чолит». Готовят его в пятницу подают в теплом месте до субботней трапезы.

Яйца с обжаренным луком

10 яиц, 1 луковица, 40 г топленого гусиного жира, 1 столовая ложка измельченной зелени укропа или петрушки, соль по вкусу. Яйца сварить вкрутую, остудить, очистить и мелко нарубить. Лук мелко шинковать, обжарить на жире до золотистого цвета, охладить. Яйца соединить с луком, посолить, перемешать, выложить в салатницу, полить жиром, оставшимся на сковороде, посыпать зеленью.

Чолит из говядины

2 стакана фасоли или бобов, 1,5 кг говядины, 3 столовые ложки жира, 2 чайные ложки перца, 2 чайные ложки соли, 1/4 чайной ложки имбиря, 2 чайные ложки красного перца, 3/4 стакана ячменя, соль по вкусу. Замочить фасоль на ночь, затем воду слить. В кастрюле обжарить на жире лук и мясо, посолить, поперчить, посыпать имбирем. Положить сверху фасоль и ячмень (ячмень можно заменить еще одним стаканом фасоли), обсыпать их мукой, красным перцем, залить водой так, чтобы она была выше продуктов на 2—3 см. Кастрюлю закрыть крышкой и тушить на слабом огне при легком кипении 4 часа. Затем снять с огня и поставить в теплое место, чтобы чолит не совсем остыл до подачи к столу.



ЕВРЕЙСКАЯ КУХНЯ

Чолит из курицы

1 тушка курицы, 1,5 кг картофеля, 2 луковицы, 3 дольки чеснока, 1/3 чайной ложки перца, соль по вкусу. Очистить картофель. Отложить 3—4 картофелины, а остальные нарезать на кружки и уложить на дно жаровни. Поверх картофеля выложить слой мяса, нарезанного на порционные куски, сверху — лук и чеснок. Все поперчить и посолить. Отложенный картофель нарезать на кружки и покрыть ими мясо. Залить холодной водой так, чтобы она чуть покрывала картофель, и варить на слабом огне 3—4 часа. Оставить в теплом месте на сутки.

Сырно-луковый пирог

Для теста: 1 стакан муки, 70 г сливочного масла, 2 столовые ложки сметаны, соль по вкусу. Для начинки: 300 г репчатого лука, 100 г любого твердого сыра, 1 яйцо, 2 столовые ложки сметаны, соль по вкусу. Из муки, сметаны, масла и соли замесить тесто. На небольшую сковороду, не смазанную маслом, выложить тесто, разгладить его, загнуть вверх края. Лук мелко шинковать и поджарить до золотистого цвета. На тесто выложить поджаренный лук, сверху — натертый на крупной терке сыр. Пирог начинкой залить смесью из яйца, взбитого со сметаной и солью, и поставить в духовку. Предпочтительнее есть пирог горячим со сметаной, с любым томатным соусом.

Хала круглая

100 г дрожжей, 1/4 стакана теплой воды, 2/3 стакана воды комнатной температуры, 3 столовые ложки сахара, 1 чайная ложка соли, 4 стакана муки, 3 яйца, 3 столовые ложки растительного масла (лучше оливкового), 1/4 стакана изюма, 1 желток. Дрожжи развести в теплой воде, добавить 0,5 стакана муки, щепотку сахара, хорошо перемешать и оставить в теплом месте на 10 минут. Всыпать всю муку в емкость, добавить дрожжевую смесь, соль, сахар, яйца, оставшуюся воду и замесить тесто. Добавить масло и снова вымесить тесто. Тесто не должно быть очень крутым. Оставить его



мину-

ты на три, за-

тем

выбить о доску, посыпанную мукой, всыпать ошпаренный изюм и еще раз вымесить. Смазать маслом кастрюлю, положить в нее тесто, оставить его на 2 часа в теплом месте, чтобы поднялось. Снова вымесить и оставить для подъема еще на 1 час. Затем разрезать тесто пополам и каждую половину скатать в виде колбаски длиной 50 см, причем один конец должен быть толще другого. Свернуть колбаску спиралью так, чтобы толстый коней лежал в центре. Положить халы на смазанный маслом противень, смазать желтком, взбитым с 2 столовыми ложками воды, и оставить на 30 минут, чтобы поднялись. Выпекать в хорошо нагретой духовке в течение 40 минут. Готовые изделия выложить на доску, накрыть полотенцем и куском фланели, а спустя 15 минут утепляющую накидку снять, оставив только полотенце.

Пирог морковный

500 г моркови, 6 яиц, 1,5 стакана сахара, 1 чайная ложка тертой апельсиновой цедры, 1 чайная ложка ликера (по желанию), 1,5 стакана рубленого миндаля (или любых других орехов), 0,5 стакана муки, 1 чайная ложка соды.

Морковь очистить, отварить на слабом огне до мягкости, протереть через сито или измельчить с помощью миксера. Яичные желтки растереть с сахаром, добавить морковь, цедру, ликер, миндаль, муку и соду. Все хорошо

Национальные кухни



перемешать. Белки взбить в крутую пену и осторожно добавить в смесь. Форму смазать жиром, выложить в нее тесто и выпекать в теплой духовке.

Лейках

Рецепт 1

1 стакан меда, 1 стакан сахара, 4 столовые ложки растительного масла, 2 яйца, 500 мл кефира, 5 стакана муки, 0,5 чайной ложки соды. В емкость положить мед, всыпать сахар, влить 1 стакан воды, поставить на огонь и кипятить до полного растворения сахара. Добавить кефир, яйца, масло, питьевую соду, всыпать муку и все тщательно перемешать. Тесто должно напоминать густую сметану. Вылить тесто в густо смазанную маслом форму, выпекать лейках сначала в горячей духовке, затем постепенно уменьшить огонь. Внимание! Заполнять форму тестом следует только наполовину, так при выпекании лейках увеличивается вдвое.

Рецепт 2

2 стакана муки, 3 яйца, 250 г сметаны, 1 стакан меда, 1 стакан сахара, 1 столовая ложка рас-

Штрудель

Талмуд предписывает евреям проводить этот день в веселье. Это один из немногих праздников, когда евреям разрешено употреблять крепкие напитки, причем они должны напиться так, чтобы не замечать разницы между фразами «благословен Мордехай» и «проклят Аман». В праздничной трапезе обязательно должны быть мясо и алкоголь. Одно из главных угощений — аменташ («карманы Амана»), то есть сладкие пирожки с маковой начинкой, а также треугольные сдобные булочки с маком и медом — хоменташ («ухо Амана»). На стол ставят семечки, фасоль и крупы в память о скудном питании царицы Эстер, которая вынуждена была есть только семена, чтобы не есть не кошерную пищу. Не обходится и без запеченной индейки, которую готовят в напоминание об огромной территории царства Эстер. Главная церемония и основной завет праздника — пу-

тительного масла, 1 чайная ложка гвоздики. Яйца растереть с сахаром, добавить сметану, мед, гашеную в уксусе соду (1:1), растительное масло, муку, смолотую в кофемолке гвоздику. Все тщательно перемешать, чтобы тесто походило на сметану. Форму обильно смазать сливочным маслом, выложить в нее тесто и выпекать в духовке около 40 минут.

Блинный пирог с яблоками

Для теста: 2 стакана муки, 3 стакана молока, 2 яйца, 2 крупных яблока, 1 столовая ложка сливочного масла, 1 чайная ложка соли, 1 чайная ложка сахара, корица. Для украшения: варенье или сахарная пудра. Яйца растереть с солью и сахаром, влить немного молока, взбить и добавлять небольшими порциями муку, тщательно перемешивая, чтобы не было комков. Тесто разбавить молоком и испечь блины. Готовые блины уложить в кастрюлю или в глубокую сковороду, смазанную маслом, перекладывая их мелко нарезанными яблоками, кусочками сливочного масла, посыпая сахаром, смешанным с молотой корицей. Получившийся блинный пирог поставить в духовку со средним нагревом, держать минут 30—40, пока не появится румяная корочка. Готовый пирог выложить на блюдо и полить вареньем или посыпать сахарной пудрой.

бличное чтение свитка «Мегилат Эстер», который обязаны слушать все, не пропуская ни единого слова. Тишину синагоги, где звучит только голос чтеца, время от времени, однако, взрывает громкий шум. Это дети в маскарадных костюмах, с погремушками, пистолетиками и трещотками в руках «бьют Амана» всякий раз, когда чтец упоминает его имя. Все это время чтец терпеливо ждет, пока дети успокоятся. В праздник принято посылать дар близким людям. Обычно с подарком, включающим печенье, сласти, фрукты, разнообразные напитки, отправляют детей. Мужчина дарит мужчине, женщина — женщине. Также и дети делают подарки своим друзьям. В праздник дают подаяние, оказывают денежную помощь по меньшей мере двум нуждающимся. В знак того, что смертельная опасность обернулась

ЕВРЕЙСКАЯ КУХНЯ

для евреев замечательной победой, в праздник принято надевать маски, высмеивающие врагов или подчеркивающие родство с Мордехаем, Эстер и другими героями этой истории. Устраивают спектакли, представления клоунов, конкурсы костюмов. Одеваться слишком нарядно не рекомендуется, так как существует обычай поливать друг друга специальным спреем, а также бить пищащими пластиковыми молоточками. Но, конечно, самым впечатляющим зрелищем является карнавальное шествие, которые носит название «адлояда». В средние века во время карнавала сжигали чучело Амана.

Суп картофельный с сельдью

1 кг картофеля, 1 сельдь (400г), 1 морковь, 2 луковицы, 2 столовые ложки сметаны, 1 столовая ложка жира. Лук и морковь мелко нашинковать и обжарить, положить в кипящую воду и варить 5 минут. Добавить нарезанный соломкой картофель и нарезанное ломтиками филе сельди. варить до готовности. При подаче заправить суп сметаной.

Баранина, тушенная с чесноком

1 кг мяса, 1 кг моркови, 2 луковицы, 1 головка чеснока, 80 г сырого куриного жира, лавровый лист, соль по вкусу. Баранину нарезать на небольшие кусочки (вместе с косточками), положить в жаровню вместе с натертой на крупной терке морковью и мелко нашинкованным луком. Добавить куриный жир, влить воду или куриный бульон, посолить и тушить до мягкости мяса. В конце тушения положить лавровый лист и измельченный чеснок. Подавать к столу с рассыпчатым рисом.

Таше

1 кг рубленого мяса, 1 булочка, натертая на терке, 0,5 стакана мелко нарезанного лука, соль, перец. Смешать все компоненты и вымесить фарш. Залить массу бульоном, перемешать и тушить на слабом огне, постоянно помешивая, до загустения.



Студень из куриных потрохов

Куриные головы, ножки, крылышки, шеи. желудка (около 1,5 кг), 300 г куриного мяса, 1 столовая ложка желатина, 1 морковь, 1 луковица, соль, перец. Гребешки и головы обдать кипятком, гребешки очистить от покрывающей их кожицы, а из обработанных голов удалить глаза и клювы. Ножки обдать кипятком и снять с них грубую кожу, обрезать когти. Желудки вычистить. Промытые куриные потроха положить в кастрюлю, залить холодной водой, поставить на огонь, довести до кипения, снять пену, уменьшить нагрев и варить на слабом огне около 3 часов. За 1 час до окончания варки в кастрюлю положить куриное мясо. За 30 минут до конца варки добавить припущенные на сковороде морковь и репчатый лук. В готовый бульон ввести предварительно замоченный желатин. На порционное блюдо уложить мясо птицы, отделенное от костей и измельченное, украсить ломтиками яиц и кружочками вареной моркови, залить процеженным бульоном, украсить зеленью петрушки и поставить в холодильник для застывания.

Утка, фаршированная лапшой и грибами

1 утка (весом около 1,5 кг), 250 г свежих грибов, 1,5 стакана отваренной лапши, 2 столовые ложки жира, 1 яйцо, 3 дольки чеснока, 1 луковица, 1 столовая лож-

Национальные кухни



ка измельченной петрушки, черный и красный молотый перец, соль.

Тушку птицы обработать, выпотрошить, обмыть, натереть сверху и изнутри солью, красным и черным перцем, чесноком.

Мелко нарезанные свежие грибы и нашинкованный лук обжарить на жире, доба-

вить пропущенные через мясорубку утиные субпродукты (печень, желудок, сердце) и жарить вместе 5 минут. Затем снять с огня, добавить лапшу, петрушку, яйцо, перец и все тщательно перемешать. Полученной массой нафаршировать тушку, зашить суровой ниткой разрез, положить тушку в жаровню с растопленным жиром и готовить в духовке не менее 2 часов. В процессе тушения утку несколько раз перевернуть.

Сельдь, запеченная в капусте

1 кг сельди, 800 г капусты, 100 г яблок, 150 г жира, сахар. Филе сельди вымочить в молоке, нарезать на порционные куски, запанировать их в муке. Капусту мелко нашинковать, смешать с натертыми на крупной терке яблоками, посыпать сахаром и перемешать. Уложить на смазанную сковороду слой капусты, затем слой филе сельди, снова слой капусты. Сверху сбрызнуть растопленным сливочным маслом и запечь в духовке до готовности под закрытой крышкой. Подавать к столу с отварным картофелем.

Цимес из моркови, яблок и изюма

10 штук моркови, 1 стакан изюма (без косточек), 2 яблока. 3 столовые ложки сливочного масла, 2 столовые ложки сахарного песка, 0,5 чайной ложки соли. Морковь нарезать соломкой и сложить в сотейник, посолить, добавить 1 столовую ложку сливочного масла и столько воды, чтобы немного покрыть массу. Довести до кипения, затем уменьшить огонь и тушить морковь под крышкой до мягкости. Затем к ней добавить изюм, мелко нарезанные кусочки яблок, сахарный песок и 2 столовые ложки сливочного масла. Все перемешать и поставить на слабый огонь еще на 15 минут.

Блюдо будет готово, когда выпарится вся вода. Подавать к столу блюдо в горячем виде, можно полить сметаной.



Блинчики с картофелем

6 штук картофеля, 1 стакан кефира, 2 яйца, 3 столовые ложки муки, 0,5 чайной ложки соды, соль, масло растительное, масло сливочное. Картофель очистить, сварить в подсоленной воде, горячим натереть на терке, влить в массу стакан кефира, вбить яйца, посолить, добавить соду и все тщательно перемешать. Затем всыпать муку и вымесить тесто. Испечь блинчики. Подавать к столу со сливочным маслом или сметаной.

Блинчики с черносливом

Для теста: 2 стакана муки, 2 стакана молока, 2 яйца, 2 столовые ложки сахара, 2 столовые ложки растительного масла, соль. Для начинки: 100 г чернослива (без косточек), 1/4 стакана сахара, корица. Для соуса: 1 стакан сметаны, 1/4 стакана сахара, отвар чернослива.

Приготовление начинки.

Чернослив положить в кастрюлю, влить 1 стакан воды, всыпать сахар и варить на слабом огне 15 минут. Затем чернослив вынуть из сиропа, обсушить, смешать с двумя столовыми ложками сахарного песка и корицей.

Приготовление теста

Яйца растереть с солью и сахаром, влить немного молока, взбить и добавлять небольшими порциями муку, тщательно размешивая, чтобы не было комков. Тесто разбавить молоком, добавить растительное масло и испечь блины. На испеченные блины положить начинку, свернуть блины

ЕВРЕЙСКАЯ КУХНЯ

трубочками и обжарить в масле с обеих сторон.

Аменташ

Для теста: 3 стакана муки, 2 стакана молока, 2 яйца, 2 столовые ложки сахара, 150 г сливочного масла, 30 г дрожжей, 1 чайная ложка соли.

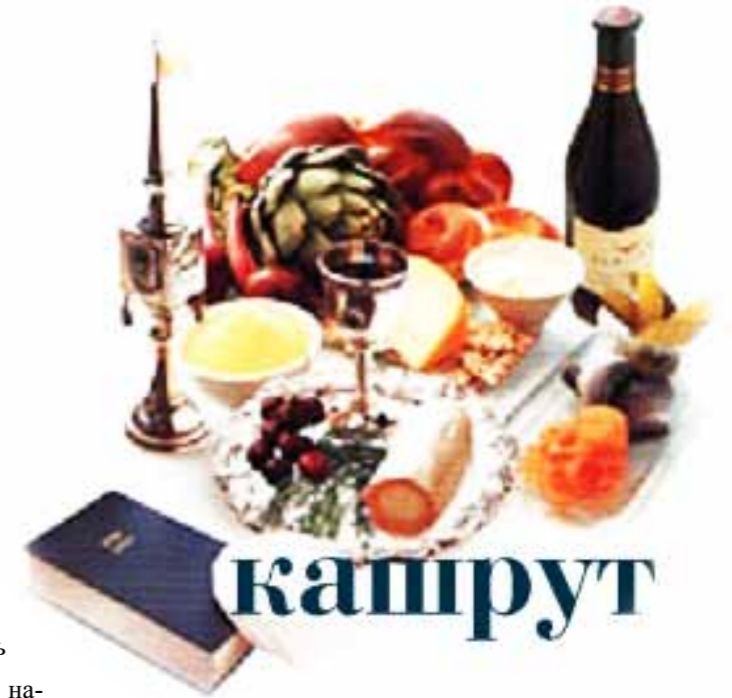
Для начинки: 1 стакан сахара, 1 стакан мака, 1 стакан изюма без косточек, 1 яйцо, 3 столовые ложки измельченных грецких орехов, 1 пакетик ванильного сахара.

Приготовление начинки.

Мак засыпать в кипящую воду, затем отцедить и подсушить. Пропустить мак вместе с изюмом 2 раза через мясорубку с мелкой решеткой, добавить сахар, яйца, ванилин. Все тщательно размешать. В начинку добавить измельченные в кофемолке или с помощью миксера грецкие орехи и еще раз перемешать массу. Приготовление теста

В кастрюлю влить молоко, растворить в нем дрожжи, добавить столько муки, чтобы получилось жидкое тесто, как для блинов, размешать до исчезновения комочков и поставить в теплое место для брожения. Опара должна увеличиться вдвое, а когда она начнет опадать, замесить тесто, добавив яйца, сахар, соль, оставшуюся муку. В конце замеса небольшими порциями добавлять растопленное масло и вмешивать его в тесто. Кастрюлю с тестом накрыть полотенцем и поставить в теплое место на 2 часа.

За это время несколько раз сделать обминку, чтобы выпустить углекислый газ, препятствующий процессу брожения. Когда тесто начнет опадать, выложить его на стол, присыпанный мукой. Тесто разделить на несколько частей, раскатать лепешки диаметром 20 см и толщиной 1 см. На середину каждой лепешки положить 2 столовые ложки начинки. Пирожки защипнуть, придав им форму треугольника, уложить на противень, смазанный маслом, и дать постоять 10 минут. Затем смазать яйцом и выпекать в умеренно горячей духовке 25—30 минут. Готовые пирожки посыпать сахарной пудрой.



Хомешаш

Для теста: 5 стаканов муки, 75 г дрожжей, 1/4 стакана воды, 3/4 стакана молока, 3/4 стакана сахара, 3 яйца, 1 стакан растопленного сливочного масла, 1/2 чайной ложки соли. Для начинки: 2 стакана мака, 1 стакан молока, 3/4 стакана меда, 1 чайная ложка измельченной лимонной цедры, 1/2 стакана изюма без косточек.

Приготовление начинки

Мак ошпарить и пропустить через мясорубку, смешать с молоком, медом и варить, непрерывно помешивая, на слабом огне, пока масса не загустеет. Добавить цедру, предварительно ошпаренный кипятком изюм, все перемешать и охладить.

Приготовление теста.

Дрожжи развести в теплой воде и влить их в молоко, добавить 1 стакан муки, сахар, соль, взбивая, добавлять по 1 яйцу и в завершение процесса — масло. Все тщательно перемешать, всыпать оставшуюся муку и замесить тесто, которое поставить в теплое место на 2 часа. Когда тесто, увеличившись в объеме вдвое, начнет опадать, выложить его на присыпанную мукой доску и месить 5 минут. Разделить тесто на две части и раскатать каждую в лепешку толщиной 5 мм. Вырезать кружки, на середину которых положить начинку, и слепить пирожки треугольной формы. Уложить их на смазанный маслом противень и оставить для расстойки на 10—15 минут (до увеличения в объеме вдвое). Затем смазать пирожки взбитым желтком и выпекать в умеренно горячей духовке 25—30 минут до золотистого цвета.