



МКОУ Баклушинская средняя школа




«Национальные блюда татарского и русского народа»



Выполнила работу
Ученица 7 класса
Абуталипова Диляра
Преподаватель:
Хабиева Х.М.





Татарские национальные блюда:
5 самых вкусных рецептов татарской кухни

Эчпочмаки

Кыстыбый

Зур-бэлиш

Бешбармак

Шурпа



Эчпочмаки

Треугольные пирожки делают со всеми возможными начинками! Общее остается одно: начинка всегда кладется внутрь сырой.

Ингредиенты: 250 мл молока, 500 г муки, 1 ст.л. сахара, 3 ст.л. растительного масла, 1 яйцо, 1 ч.л. сухих дрожжей, 500 г картофеля, 500 г баранины, 250 г лука, 1 желток, 250 мл бульона, соль и перец.

Приготовление: Залить дрожжи с сахаром теплым молоком и оставь на пару минут. Добавить масло, яйцо, соль и постепенно введи просеянную муку. Замесить муку и оставь тесто в тепле на час. Очень мелко нарезать картофель и мясо, и смешай со специями. Разделить тесто на части, раскатай, выложи начинку и залепи пирожки треугольниками. Сверху оставить отверстие для пара и накрой пробкой из теста. Выпекать 30 минут при 180 градусах, потом влить в каждый немного бульона и допекать еще 30 минут.



КЫСТЫБЫЙ

Ингредиенты: 330 мл молока, 1 яйцо, 1 ч.л. сахара, щепотка соли, 270 г муки, 150 г сливочного масла, 1 кг картошки, 1 луковица, 20 мл растительного масла.

Приготовление: Смешать муку и 130 мл теплого молока, добавить туда треть растопленного масла, соль, сахар и яйцо. Отварить картофель и размять в пюре с оставшимся молоком и еще третью масла. Лук обжарить на растительном масле и тоже смешать с пюре.

Разделить тесто на части, тонко раскатай каждый шарик и обжарь на сухой сковороде. Смазать оставшимся маслом, выложить начинку на одну сторону и сложи пополам.



Зур-бэлиш

Ингредиенты: 450 г муки, 150 г сметаны, 150 мл кефира, 1 ч.л. разрыхлителя, 700 г картофеля, 200 г лука, 600 г говядины, специи, бульон.

Приготовление: Замесить тесто из сметаны, кефира, муки и щепотки соды, и оставь его на полчаса. Мелко нарезать картофель, лук и мясо, и хорошо приправить начинку. Отделить примерно четверть теста, а остальное раскатай в форму.

Выложить начинку, накрыть крышкой из оставшегося теста и залепи края. По центру сделать отверстие для пара и накрой его пробкой из теста. По желанию добавить украшения и отправить пирог в духовку на 2,5 часа при 180 градусах. Через 40 минут влить в отверстие немного бульона и убавь температуру до 150.



Большой и сытный мясной пирог, который точно станет звездой семейного ужина или праздничного стола.

Бешбармак



Мясо с лапшой и картофелем – что может быть вкуснее и сытнее?

Ингредиенты: 500 г говядины, 500 г картофеля, 3 луковицы, 1 морковь, 100 г зелени, 3 стакана муки, 1 яйцо, 1 стакан воды, специи, 1 ст.л. растительного масла.

Приготовление: Крупно нарезать мясо и залить его в кастрюле 2 л воды. Когда закипит, снять пену, добавить крупно нарезанную морковь и 1 луковицу, и оставь вариться 3 часа на медленном огне.

Смешать яйцо, стакан воды и ложку масла, посолить и медленно ввести муку. Оставить тесто на 30 минут, раскатать пластом до 3 мм и нарезать на ромбы по 5-8 см. Достать готовое мясо из бульона, опустить в него измельченный лук на минуту, и в нем же отварить до готовности картофель. После картофеля отварить лапшу, выложить блюдо на тарелку и посыпать все зеленью.



Шурпа

В татарской кухне встречаются многие традиции соседних народов. Вот одна из них!

Ингредиенты: 700 г баранины, 4 луковицы, 2 помидора, 2 моркови, 2 перца, 3 картофелины, специи, зелень.

Приготовление: Нарезать мясо и поставить его вариться, периодически снимая пену. Когда вода закипит, сменить ее и снова закипятить бульон. Крупно нарезать овощи, добавить в почти готовый бульон картофель с морковью, а через 5 минут лук. За 15 минут до конца добавить перец и томаты со специями, а перед подачей посыпать зеленью.



Русские
национальные
блюда:

5 самых
вкусных
рецептов
русской
кухни

Окрошка

Блины

Жаркое

Курник

Буженина



ОКРОШКА

Куда же без классического русского летнего супа! Залить его квасом, кефиром или газированной минералкой.

Ингредиенты: 500 г картофеля, 300 г вареной колбасы, 3 яйца, 200 г редиса, 300 г огурцов, 1 перец, зелень и специи.

Приготовление: Отварить картофель, нарезать его одинаковыми кубиками с колбасой, яйцом, перцем и огурцами. Редис измельчить тонкими кружочками, смешать ингредиенты, приправить и добавить рубленую зелень.



БЛИНЧИКИ

Русские блины можно подавать с чем угодно:
от сметаны до красной икры.

Ингредиенты: 1,5 стакана муки, 500 мл молока, 2 яйца, 1 ч. сахара, щепотка соли, 1 банка красной икры.

Приготовление: Смешать молоко с яйцами, солью и сахаром, добавить просеянную муку и размешать. Нажарить блины, скатать их с красной икрой в рулетики или конвертики.



КУРНИК

Это высокий закрытый пирог с начинкой из курицы.

Чаще всего его выпекали на свадьбу.

Ингредиенты: 4 стакана муки, 250 г маргарина, 100 г сливочного масла, 1 стакан воды, 1 ч.л. сахара, 5 картофелин, 500 г куриного филе, 2 луковицы, 1 желток, 1 ст.л. сухих дрожжей, специи.

Приготовление: Развести дрожжи в теплой воде с сахаром, а муку размешать в крошку с холодным маргарином. В сухую смесь вылить жидкость, замесить тесто и убрать на полчаса в холодильник под пленкой. Мелко нарезать и отварить картофель, обжарить измельченную курицу на сливочном масле с луком. Отделить меньшую часть теста и раскатать в форму. Выложить картофель, на него – курицу, а сверху – кусочки сливочного масла и специи. Закрыть пирог оставшейся частью теста, сделать отверстие посередине, смажь желтком и оставить на 20 минут. Запекать 25 минут при 200 градусах.



Жаркое

Классическое жаркое готовят в горшочках и несколько часов томят в печи.

Ингредиенты:

400 г свинины, 6 картофелин, 1 луковица, 1 морковь, 1 кабачок, 2 ст.л. сметаны, 3 ст.л. растительного масла, 2 ст.л. томатной пасты, 100 мл воды, специи, сушеные грибы, зелень.

Приготовление:

Отдельно измельчить и обжарить МЯСО, картофель и остальные овощи. Выложить все в горшочки слоями, присыпать специями и залить соусом из томатной пасты и сметаны. Добавить немного воды, сушеные грибы и зелень. Запекать 1,5 часа при 160 градусах.



Это сытное мясное блюдо упоминается еще в источниках 16 столетия.

Буженина

Ингредиенты:

1 кг свинины,

3 зубчика чеснока,

2 лавровых листа,

2 ч.л. изюма,

2 ч.л. соли,

1 ч.л. перца,

50 мл растительного

масла,

400 мл воды.



Приготовление: Промыть и обсушить мясо, сделать надрезы и начинить дольками чеснока с изюмом. Натереть свинину солью с перцем и оставить на час. Слегка обжарить ее со всех сторон на растительном масле пару минут, выложить в форму на подушку из лаврового листа, залить горячей водой и выпекать 1,5 часа при 180 градусах под фольгой.

A detailed watercolor illustration of various kitchen items and ingredients. In the top left, a golden-brown pie with a lattice crust sits on a wooden board. Next to it is a whisk and a spoon. On the right, a round wooden lid is visible. Below the lid, a loaf of bread is wrapped in a green cloth tied with a string. In the center, a wooden spoon rests on a bed of straw. To the right of the spoon, there are several eggs, some whole and some cracked open. A cutting board with a knife and sliced bread is in the bottom right. The background is a light, textured surface with a faint diamond pattern. The text "Спасибо за просмотр!" is written in a blue, serif font in the center.

Спасибо за
просмотр!