

Бурятская кухня

Выполнила ученица 9 «А» класса
лица 1524(3)

Шишова Екатерина

Учитель технологии : Майорова А.Б.

Традиционная кухня



- Издавна в пище бурят большое место занимали продукты животного и комбинированного животного-растительного происхождения. Впрок заготовлялось кислое молоко особой закваски (курунга), сушёная спрессованная творожистая масса — хурууд.

Традиционная кухня



- Подобно монголам, буряты пили зелёный чай, в который наливали молоко, клали соль, масло или сало.
- В отличие от монгольской, значительное место в бурятской кухне занимает рыба, ягоды (черемуха, земляника), травы и специи. Популярен байкальский омуль, копчёный по бурятскому рецепту.
- Символом бурятской кухни являются позы (трад. название бууза), приготовляемое на пару блюдо. Соответствует китайскому блюду-баоцзы.

Позы



- **Пóзы** — название на русском языке традиционного бурятского языка (бур. бууза) и МОНГОЛЬСКОГО (МОНГ. бууз) блюда. Считается, что позы — один из вариантов китайского блюда баоцзы (КИТ. 包子, *bāozi*). Блюдо также родственно кавказским хинкали, тюркским мантам. Подобно баоцзы и мантам, готовится на пару, как правило, в т. н. позницах, бузоварах или мантоварках — специализированных для этих целей вариантах пароварки. В качестве основных компонентов начинка поз (фарш) содержит рублёное мясо и репчатый лук.

Позы



- Позы имеют форму чашечки, сходную с баоцзы и хинкали, обычно с отверстием сверху. Диаметр готовых поз — примерно 5—8 см. Едят позы традиционно руками, причём образовавшийся при приготовлении бульон внутри поз, надкусив позу у донышка, выпивают отдельно через образовавшееся отверстие.

Позы



- В Бурятии проводятся конкурсы, посвящённые этому блюду, где не только лепят и едят буузы, но и приобщают молодёжь к культуре народа. 31 января 2014 года на конкурсе "Буузын Баяр" был побит рекорд по количеству съеденных поз - более 20 тыс.

Ингредиенты

Для фарша

- Свинина свежая-450 г
- Говядина свежая -400 г
- Баранина свежая-300 г
- Лук репчатый-2 штуки
- Чеснок -2 зубчика
- Соль –по вкусу
- Перец черный молотый- по вкусу
- Молоко-100 мл
- Масло растительное-50 мл

Для теста

- Мука пшеничная в/с -500 г
- Вода очищенная-200 мл
- Яйцо куриное-1 штука
- Соль- по вкусу