

Особенности организации массового питания в Узбекистане

Узбекские национальные блюда - это яркие краски природы, вековые традиции и аромат Востока, пища, которая не оставит равнодушным ни одного гурмана и ценителя истинного вкуса. Почуяв аромат блюда, а тем более увидев его, Ваш желудок сразу же закричит Вам «я голоден!».

Гастрономических радостей в Узбекистане, уж поверьте, не меньше, чем звезд на небе

Основные ингредиенты

Основные ингредиенты узбекских блюд - мука, мясо (в основном баранина), курдючный жир (сало), овощи, зелень и специи. Есть блюда, которые готовят исключительно мужчины, либо только женщины. Приготовление некоторых особенных блюд связано с праздниками, памятными событиями, поверьями.

Узбекские блюда, как правило, очень сытные и калорийные.

Большое значение при их приготовлении имеют **травы и пряности** - кориандр (кинза), зира (зра, кумин), барбарис, кунжут, райхон (базилик) и др. Специи повышают аппетит, поэтому эти блюда хочется съесть сразу, как только учуешь их аромат. Зачастую в рецептах узбекских национальных блюд используется катык (кислое молоко, классический йогурт), а также зеленая редька. Она менее жгучая, чем черная редька, а в сочетании с маслом и морковью даже сладкая;

Национальная посуда

В процессе приготовления блюд узбекской кухни часто не обойтись без специфических среднеазиатских кулинарных приспособлений и посуды:

- **касакан** (мантышница). Некоторые национальные узбекские блюда готовятся исключительно на пару - это разнообразные манты и ханумы.

Для их приготовления используется специальная кастрюля - каскан со съемными решетками (мантышница, пароварка);

- **тандыр** - среднеазиатская глиняная печь. Изготавливают её вручную.

Она напоминает большой глиняный кувшин. Тандыры бывают вертикальные и горизонтальные. К примеру, горизонтальные больше подходят для выпечки лепешек, а вертикальные - для самсы.

- **казан** - чугунный котел с толстыми стенками. Многие блюда получается приготовить только в казане, поскольку он хорошо сохраняет и равномерно распределяет жар.

Национальная посуда, в которой традиционно подают еду:

- **касушка** - большая пиала для еды;

- **ляган** - блюдо большого размера, украшенное традиционными росписями. В ляганах подают плов и многие другие блюда.

- **пиала**, из которой пьют чай.

Национальное блюдо

Плов - самое знаменитое блюдо Узбекистана. Согласно легендам, блюдо это изобрел сам Тамерлан, но исследования показывают, что знали его на этой земле за дюжину веков до "Великого Хромого". Плов широко используется и в будние дни, и в праздники, простой и очень многокомпонентный, он употребляется практически везде в Средней Азии. Однако узбекский плов - понятие очень национальное.

В разных частях республики его готовят по-своему - из баранины и говядины, с "зирой" (семена аниса) и барбарисом, с перцем или шафраном, с чесноком или курагой, на кунжутном или подсолнечном масле, но обязательно с луком, морковью и рисом. Плов здесь готовят только мужчины, с обязательной молитвой и особым тщанием, в особом котле (кагане) и желательно - на открытом огне.

Сама процедура приготовления настоящего плова очень сложна - тут и особым образом нашинкованные и обжаренные овощи ("зирван"), и длительная "закалка" риса (его вымачивают в соленой воде), и особым образом смешанное масло, и многоступенчатая процедура варки и томления.

Узбекская кухня

Узбекская национальная кухня очень богата и разнообразна: десятки видов плова, манты, самса, шашлыки, лагман, ханум, мампар, чучвара, восточные сладости и другие **узбекские блюда** можно отведать практически в любом кафе и ресторане республики. Самыми распространенными блюдами узбекской кухни являются:

Плов - блюдо из риса, масла, мяса, моркови; в каждом узбекском городе есть своя уникальная рецептура приготовления этого вкуснейшего национального азиатского блюда;•

Шашлык - мясное блюдо, которое готовится на открытом огне; отличается разнообразием вариантов и способов приготовления;•

Самса - пирожки треугольной формы из слоеного теста с начинкой из мяса, картошки или тыквы, запеченные в особой печи - тандыре;

Шурпа - суп из свежей баранины и овощей;•

Манты - приготовленное на пару блюдо из пресного теста с начинкой из нарезанного мяса или тыквы, курдючного жира, лука с традиционными узбекскими специями - зирой и черным перцем.

Нахуд - среднеазиатский крупный горох, тушенный с бараниной; Для тех, кому узбекская кухня покажется слишком калорийной, открыты двери ресторанов, предлагающих Европейскую, Вегетарианскую, Русскую, Китайскую, Японскую и др. кухни мира. Будучи в Узбекистане, обязательно посетите восточные базары, где можно приобрести вкуснейшие, экологически чистые **фрукты** и овощи, впитавшие щедрое азиатское солнце, а также уникальные **восточные сладости** и сухофрукты.