

Урок № 41-41

**Тема 4.4.Кухни народов средней Азии: Узбекистана, Таджикистана, Казахстана.**

**Тема урока:** Холодные и горячие блюда и закуски, сладкие блюда, напитки и кондитерские изделия. - 1 час.

**Тема 4.5.Кухни народов Кавказа: Армении, Грузии, Азербайджана.**

Тема урока: Традиции, режимы питания, кулинарные предпочтения народов Армении, Грузии, Азербайджана – 1 час

**Цель урока:** формирование умений обучающихся систематизировать информацию для освоения теоретических знаний по технологии приготовления холодных и горячих блюд и закусок, сладких блюд, напитков и кондитерских изделий Узбекистана, Таджикистана, Казахстана; традиции, режимы питания, кулинарные предпочтения народов Армении, Грузии, Азербайджана.

**План урока**

1. Холодные и горячие блюда и закуски, сладкие блюда, напитки и кондитерские изделия **Узбекистана, Таджикистана, Казахстана.**

2. Традиции, режимы питания, кулинарные предпочтения народов Армении, Грузии, Азербайджана.

**ЗАДАНИЕ:1. Рецепт сладкого блюда, напитка и кондитерского изделия Узбекистана.**

2. Традиции, режимы питания, кулинарные предпочтения народов Армении, Грузии, Азербайджана.

**ЛЕКЦИЯ**

1. Холодные и горячие блюда и закуски, сладкие блюда, напитки и кондитерские изделия.

Основные блюда и супы

Плов - тушеный рис с мясом и иногда с овощами.

Басма — тушёное мясо с луком и другими овощами. Готовится в казане, накрытым сверху чашей и под прессом<sup>[17]</sup>.

Гумма — пирожки с потрошками (ливером), жареные на хлопковом масле

Димлама — тушёное мясо с луком и другими овощами

Долма — голубцы, фарш заворачивают в молодые листья винограда.

Кабоб — шашлык

**Козон-кабоб** (казан кебаб) — Мясное блюдо.

Пирожок — блюдо с жареным мясом и картошкой.

Ковурдок — жареное мясо с овощным гарниром.

Катыкли — суп на основе катыка (кислое молоко), иногда в бульон добавляют кислое молоко (например, в рисовый суп)

Лагман - лапша по узбекски.

Манты — лепят как крупные пельмени, готовят на пару в мантышнице.

Майда манты — манты мелкие с картошкой.

Хоним — паровой рулет теста с мясной или с картофельной начинкой с луком и тыквой готовящееся на пару в мантышнице.

Ютанза (ётанза) — паровые пампушки.

Мастава — рисовый суп.

Мошкичири — рисовая каша с машем (бобы мунг)

Мошхурда — рисовый суп с машем (бобы мунг)

Нарын — нарезанное тонкой лапшой отварное тесто с мелко нарезанным мясом (баранина или конина)

Самса — пирожки характерной трех- или четырехугольной формы (мясные, куриные, из тыквы, картошки, зелени (кук-самса)), готовятся в тандыре или в духовке.

Угра (лапша)

Чалоп — холодный суп на основе катыка

Чучвара — узбекские пельмени.

Шавла — блюдо, родственное плову, практически с тем же набором продуктов (рис, мясо (или потроха), морковь), приготавливаемое на хлопковом масле.

Шурпа — картофельный суп с мясом, слово повсеместно используется просто в значении суп.

Яхна-гушт — холодное мясное блюдо подается с горячим бульоном отдельно.

Аччик гушт — острое мясо.

Салаты и холодные закуски



Казы и карта (справа и слева)

Аччик-чучук — салат из помидоров, огурцов, лука и острого перца (*аччик* — «горький»)



Аччик-чучук

Шакарон — салат из помидоров, лука и чёрного перца, заправленный маслом. Подаётся обычно к плову.

Постдумба — кушанье из курдючного сала

Хасип — отварная колбаса из мясного фарша с рисом.

Казы<sup>[18]</sup> — колбаса из конины

Хлебо-булочные изделия

Бугирсок — колобки

Катлама — лепёшки из слоёного теста

Лочира — лепёшки из сдобного теста

Оби-нон — лепёшки на воде

Патыр — лепёшки на масле или жире

Талкон — толокно

Урама — хворост

Юпка — лепёшки из очень тонко раскатанного слоёного теста

Чап-чак — тонкая лепешка готовится на тандыре, популярна в Самарканде

Кондитерские изделия

Нишолда — сладость, напоминающая густое варенье белого цвета. Подаётся во время Рамадана.

Новот — узбекский сахар (цвет от белого до коричневого), состоит из фруктозы и глюкозы. Оказывает лечебное действие при: диарее, обезвоживании, депрессии, пониженном давлении, расстройствах пищеварения и т. д.

Парварда — леденцовая карамель

Холвайтар — жидкая мучная халва

Кисломолочные изделия

Катык — кисломолочный напиток из кипячённого молока.

Сузьма — кислая творожная масса после сцеживания катыка.

Курт — высушенные шарики из сузьмы с добавлением соли и перца.

Айран — разведённая в кипячённой холодной воде сузьма с добавлением кубиков льда и яблок.

## 2. Традиции, режимы питания, кулинарные предпочтения народов Армении, Грузии, Азербайджана.

Гостеприимство азербайджанской нации отличается наличием различных обычаев. По традиции, гости не отпускаются из дома без ужина. Встретив гостей на стол подают самые изысканные блюда. В древнем Азербайджане существовал обычай: если прислуга выносила гостю полную сумку с продуктами на дорогу, это был намек на то, что гостю пора в обратный путь<sup>[2]</sup>.



Плов

Чаепитие

Особое значение для азербайджанцев чай. В любом азербайджанском доме гостю первым делом предлагают чай. Всегда с чая начинается застолье, им же оно и заканчивается. Национальной посудой для питья чая является «армуду» стакан, который по форме напоминает грушу (по другим источниками классическую фигуру восточной женщины)<sup>[3]</sup>. Подача чая гостям — одна из древних традиций Азербайджана. Азербайджанский народ, как правило, предпочитает макать в чай кусочек сахара, а затем кусочек и потягивать чай, вместо того чтобы добавлять в него сахар. Символом гостеприимства считается подача чая непосредственно перед основным приемом пищи с различными видами варенья (Клубника, инжир, абрикос, ежевика, вишня, грецкий орех), сладостей и фруктовых десертов. Чайный стол не обходится без лимона. Они подают горячий чай в чашки или Armudi стекла (грушевидные стеклянные). Armudi стекло — это символ чайной церемонии. Главное в процессе приготовления чая техника кипятка. Запах и вкус свежего самоварного чая (самовар — металлическая емкость для кипячения воды) уникален и не может сравниться с другими чайными запахами. Азербайджанская семья из четырех человек употребляет около 500 г чая в месяц и около 6-8 кг в год.

Чай подают на любой церемонии в Азербайджане, будь то похороны или свадьба. Является ли чай сладким или без сахара показывает решение или, по крайней мере, мнение родителей девушки о браке в процессе сватовства. Сахар — ключевой показатель их согласия.

Блюда



Гарнир плова

Традиционными блюдами, которыми угощаются обычно гости, являются «аш» ([плов](#)), причем имеются очень много разновидностей, «[долма](#)» и «[кабаб](#)» ([шашлык](#)), если на даче или в доме с двором.

**Азербайджанская кухня** ([азерб.](#) *Azərbaycan mətbəxi*) — национальная кухня [азербайджанского народа](#), являющейся также кухней народов [Азербайджана](#). Азербайджанская национальная пища отличается большим разнообразием, насчитывая десятки видов различных блюд: молочных, мясных, мучных, овощных и т. д. Сами способы приготовления и потребления пищи различны и многообразны. В прошлом пища различалась также в зависимости от географических условий и социального положения людей<sup>[1]</sup>.

Основные компоненты кухни определяются предписаниями ислама и природными условиями страны: [горный](#) и [субтропический климат](#) обусловили широкое распространение в азербайджанской кухне [баранины](#), птицы, речной и морской (каспийской) рыбы, а также [фруктов](#) и [овощей](#). Широкое распространение получили специи и приправы, а также разнообразная зелень: [петрушка](#), [кресс-салат](#), зелёный и чёрный [базилик](#), [укроп](#), [кориандр](#), [горький](#) и [душистый перец](#), [кинза](#), [мята](#), [сельдерей](#), тархун ([эстрагон](#)), [порей](#), зелёный [лук](#), [кисличник](#) и т. д.<sup>[источник не указан 41 день]</sup>

□

Содержание

Особенности азербайджанской кухни



Кебаб из джейрана и даг-кечи

Широкое распространение в азербайджанской кухне получили шашлыки и блюда в [тандыре](#). Имеются различные напитки, сладости. Отличительная особенность азербайджанской кухни — использование баранины для приготовления различных блюд. Гораздо в меньшей степени азербайджанцы потребляют [говядину](#), [птицу](#), [рыбу](#). На формирование азербайджанской кухни оказали влияния требования ислама — в результате традиционно не представлены в ней блюда из свинины и блюда, содержащие алкоголь. Другая особенность азербайджанской кулинарии — острый вкус и неповторимый аромат, которые придают блюдам всевозможные специи и зелень: горький и душистый перец, [базилик](#), корица, гвоздика, укроп, петрушка, кинза, мята, [тмин](#) и многие другие. Особо стоит остановиться на шафране и сумахе.

Первый из них является неизменным компонентом для приготовления многочисленных пловов. Сумах, как правило, подается к различным мясным блюдам. Широко использует азербайджанская кулинария овощи ([помидоры](#), [огурцы](#), [баклажаны](#) и другие), фрукты ([яблоки](#), [груши](#), [айву](#), [апельсины](#), [лимоны](#)), косточковые ([сливы](#), [алычу](#), [абрикосы](#), [персики](#)). Также имеются различные виды [долмы](#) из баклажанов, помидоров и перца.

Некоторые блюда азербайджанской кухни готовятся в специальной посуде. Например, суп пити — в питишницах, пловы — в [казанах](#), особых котлах с утолщённым дном и специальными крышками, в которых помещаются раскалённые угли, для того чтобы плов «упревал» равномерно. Для особого вида мясного ассорти — саджа — используют одноимённую сковороду с установленной под ней крохотной жаровней<sup>[2]</sup>. Для

приготовления [кебаба](#) и [люля-кебаба](#) используют различные шпажки, для первых блюд — чашки — *каса*, для тушения мяса — *тас* — небольшие кастрюльки и другое<sup>[3]</sup>.

## Плов



### Шах-плов

Одним из наиболее известных блюд азербайджанской кухни является [плов](#). Существует несколько разновидностей азербайджанского плова<sup>[4]</sup>: *каурма-плов* (с бараниной), *турчи-каурма-плов* (с бараниной и кислыми фруктами), *чий-дошамя-каурма-плов* (с бараниной, тыквой и каштанами), *тоух-плов* (с курицей, жаренной кусочками), *тярчило-плов* (с курицей или фаршированным цыплёнком), [чыгыртма-плов](#) (с курицей, залитой взбитым яйцом), *фисинжан-плов* (с дичью, орехами, кислыми фруктами и корицей), *шешрянч-плов* (яичный), *сюдлу-плов* (молочный) и *ширин-плов* (фруктовый сладкий). В отличие от других кухонь, здесь готовят отдельно рис и отдельно основу плова (*тару*) — [мясо](#), фрукты и т. д., — соединяя всё это в одном блюде только при подаче на стол. *Подача и еда азербайджанских пловов имеют свои традиции*<sup>[5]</sup>.

### Сладкие блюда



### Персиковое варенье по-азербайджански

В кулинарии Азербайджана немало своеобразных по вкусу сладостей, которые подразделяются на три подгруппы — мучные, карамелеобразные и конфетообразные. В них содержится значительное количество добавок и пряностей: мак, орехи, миндаль, кунжут, имбирь, кардамон, ванилин и другие. К мучным изделиям относятся [шекербура](#), [пахлава](#), [шекер-чурек](#), [курабье бакинское](#), [кята карабахская](#)<sup>[6][7][8][9]</sup>, [бакинская](#)<sup>[10]</sup>, [нахичеванская](#)<sup>[11]</sup> и [гянджинская](#)<sup>[12]</sup>, *мутаки шемахинские*, *пахлава нахичеванская*. Национальные мучные изделия насчитывают более 30 наименований, причём в каждом районе имеются свои особые изделия. Особое место занимают шекинские сладости. Это шекинская пахлава, *пешвенк*, *тел* (*терхалва*), *гырмабадам*, при производстве которых используется рисовая мука, сахар, ядра орехов, [сливочное масло](#), яичные белки и пряности.

В марте 2009 года кулинары Гянджи изготовили чудо-пахлаву. Длина этого кондитерского изделия, испечённого в честь праздника Новруз, составляет 12 метров, а ширина — четыре. Вес сладости около трёх тонн. Эти показатели позволили азербайджанской пахлаве установить рекорд и попасть в книгу рекордов СНГ. Кроме того, это изделие из слоёного теста претендует на место в Книге рекордов Гиннеса. Иное назначение имеют [шербетты](#). В отличие от таджикских и среднеазиатских (здесь они прежде всего сладость, десерт), азербайджанские шербетты представляют собой

прохладительные напитки, а также играют роль питья, сопровождающего пловы. В качестве основного компонента в них, помимо фруктовых и ягодных соков, используются также настои и дистилляты ароматических частей растений — семян, почек и тому подобных, а фруктовая основа состоит из соков кислых фруктов и ягод<sup>[5]</sup>.

**Армянская кухня** — национальная [кухня армянского народа](#).

По мнению [Вильяма Похлёбкина](#), одна из древнейших кухонь в Европе и самая древняя в Закавказье<sup>[1]</sup>. Армянские кулинарные традиции берут начало из глубокой древности. Известно, что армяне имели представление о процессах [брожения](#) и [хлебопечения](#) ещё 2500 лет назад. Традиции приготовления многих армянских блюд остаются неизменными. Традиционность и преемственность армянской кулинарии проявляются различно — например, в использовании старинной [кухонной утвари](#) и в [технологии приготовления блюд](#).

Названия многих блюд армянской кухни связаны с названием посуды, в которой их готовят, например: [путук](#), [кчуч](#), [тапак](#).

□

Технология приготовления

Титульный лист книги «Сорок армянских блюд» (Москва, 1909 год)

Технология приготовления многих армянских блюд в ряде случаев трудоёмка.

Приготовление большого количества блюд армянской кухни построено на фаршировании и взбивании.

Другой характерной особенностью технологии армянской кухни является то, что разные части блюда часто готовятся отдельно друг от друга, а потом объединяются. В армянской кухне присутствует разнообразие технологических приёмов. Например, при приготовлении многих [кондитерских изделий](#) идут [арбузные корки](#), овощное сырьё.

Также разнообразны способы приготовления [супов](#).

Армянская кухня располагает разнообразными по составу блюдами и сложной вкусовой и ароматической гаммой. Связано это с тем, что продукты, используемые в армянской кухне, стабильно произрастают на территории [Армянского нагорья](#) и [Аралатской долины](#).

Армяне ещё в глубокой древности овладели [скотоводством](#) и [птицеводством](#), и это обусловило большое разнообразие разводимых видов животных: [коровы](#), [овцы](#) (на территории Армении были выведены собственные породы овец ([балбас](#), [бозах](#), [мозех](#)), [свиней](#) и птиц — [индейки](#)<sup>[источник не указан 2010 дней]</sup>, [куры](#), [гуси](#), [утки](#)).

В армянской кухне можно встретить очень редкое сочетание различных видов мяса. Например, одно из древнейших блюд — арганак — сочетает [куриное](#) и [оленье мясо](#), последнее варят в [курином бульоне](#). Популярен также мясной бульон — [хаш](#).

При приготовлении пищи армяне используют большое количество зелени, которую употребляют как в сыром виде, так и в виде специй к приготавливаемым блюдам. [Степан Зелинский](#) в научном издании «Сборник материалов для описания местностей и племен Кавказа», вышедшем в 1881 году, отмечал что армяне не могут жить без огородной зелени, дыни, арбузов и прочей растительности. По его словам армяне почти никогда не садятся даже за закуску без овощей и зелени. Любовь армян к зелени породила даже пословицу у татар:

«*Достоинство розы соловей знает, а достоинство зелени - армянин*<sup>[2]</sup>»



Лаваш на рынке в Ереване



### Хаш

Тепловая обработка

На вкусовые качества блюд армянской кухни отпечаток накладывают и способы их тепловой обработки. Одно и то же блюдо может быть подвергнуто и обжариванию, и варке, и тушению. При этом тушение преобладает.

Применение пряностей

Как и многие закавказские кухни, в армянской кухне очень часто используют пряности: [чёрный перец](#), [кинза](#), [мята](#), [эстрагон](#), [базилик](#), [чабрец](#), [чеснок](#) и [лук](#), а для кондитерских изделий — [корица](#), [кардамон](#), [гвоздика](#), [шафран](#) и [ваниль](#). Армянские блюда отличаются остротой.

**Грузинская кухня** — национальная кухня [грузинского народа](#). Большинство блюд и напитков которой были придуманы в древнегрузинских государствах [Колхида](#) ([Эгриси](#)) и [Диаоха](#) во втором тысячелетии до н. э. <sup>[[источник не указан 541 день](#)]</sup>, впоследствии они практически не изменялись (диаохские: [шотиспури](#), [хинкали](#), [суп-харчо](#), [чурчела](#), колхские: [сулугуни](#), [хачапури](#), [мжаве](#), [сациви](#), [бадриджани](#) и т. д.). Многие из грузинских блюд, такие как [цыплёнок табака](#), [харчо](#), [хачапури](#), широко известны в мире и стали интернациональными <sup>[[источник не указан 541 день](#)]</sup>.

Грузинская кухня опирается на контраст пряного и острого <sup>[[источник не указан 541 день](#)]</sup>. Широко используются [овощи](#), как в качестве самостоятельного блюда, так и в качестве дополнения к мясным блюдам.

В Грузии, как и во многих странах мира есть региональные кухни, в частности, различаются кухни западной и восточной Грузии.

□

В кухне западной Грузии характерно употребление лепёшек [мчади](#) из [кукурузной муки](#) особого помола и из особого вида [проса](#) — чумизы, которую применяют вместо хлеба с супами, мясными и овощными блюдами. Из кукурузной муки также варят кашу гоми, которую едят горячей с сыром внутри. В западной Грузии большую часть мясного рациона составляет [домашняя птица](#), в основном индейки и куры. Гусей и уток в Грузии готовят редко. В западногрузинской кухне применяют более острые соусы; так, в состав [аджики](#) входит до 25 % [острого перца](#), тогда как в соусах восточной Грузии до 5 % <sup>[1]</sup>. Крепкий алкоголь здесь закусывают чурчелой, сухофруктами, фруктами. В кухне восточной Грузии более распространено употребление пшеничного хлеба. Что же касается мяса, то в восточной Грузии наряду с основным для грузин мясом — говядиной — часто едят свинину и баранину, употребляют довольно много животных

жиров. В качестве закуски к крепким алкогольным напиткам используют солёные и маринованные овощи (мжавеули).

Традиции грузинской культуры питания

Культура питания Грузии ярко проявляется во время застолья под названием супра, где предлагается большой ассортимент национальных блюд и много вина. Такое действо сопровождается национальными танцами, хоровым пением и может продолжаться часами. Во время супры выбирается тамада, который и руководит всем мероприятием.

Ингредиенты растительного происхождения

В состав многих блюд грузинской кухни входят фасоль, баклажаны, белокочанная и цветная капуста, свёкла, помидоры, много грецких орехов. Это так называемые основные овощи<sup>[источник не указан 541 день]</sup>. Чаще всего фасоль и баклажаны готовят с различными приправами и грецкими орехами, в результате чего получаются множество видов лобио и блюд из баклажанов (бадриджани). Наравне с сельскохозяйственными культурами используют и дикорастущие травы — крапиву, чину (бобы), портулак, мальву (молодые побеги и листья), а также молодую ботву огородных культур — свёклы, цветной капусты.