

# АФГАНСКИЙ

---

Лучшие рецепты

---

# КАЗАН



Издательство АСТ  
2025

# ХАРЧО



Настоящий грузинский харчо — это острый, пряный и густой суп с говядиной, орехами и ткемали. В афганском казане он раскрывается особенно ярко: мясо буквально распадается, рис не теряет форму, а специи насыщают каждую ложку.

### Ингредиенты:

- Говядина — 800 г
- Луковица — 3 шт.
- Крупная морковь — 1 шт.
- Протертые помидоры или томатная паста — 1 банка (400 мл)
- Чеснок — 1 головка
- Грецкие орехи — 50–100 г
- Рис — 100–150 г
- Соус ткемали — 5–6 ст. л.
- Острый перец — 1 стручок
- Хмели-сунели — 1 ст. л.
- Сахар — 1,5 ч. л.
- Растительное масло — для жарки
- Петрушка и кинза — по вкусу
- Соль, черный перец — по вкусу

### Способ приготовления:

- 1** Говядину нарезать крупными кусками и выложить в афганский казан. Добавить одну целую луковицу. Залить водой до 2/3 объема казана. Закрывать крышку и поставить на огонь. Варить около 1 часа после закипания.
- 2** Пока мясо варится, обжарить грецкие орехи на сухой сковороде до появления аромата. Затем измельчить орехи (можно ножом или в блендере).
- 3** Оставшиеся лук и морковь мелко нарезать кубиком. Обжарить на растительном масле до мягкости и полупрозрачности лука.
- 4** Добавить в сковороду томатную пасту или протертые помидоры и сахар. Хорошо перемешать и слегка обжарить.
- 5** Добавить хмели-сунели, измельченные грецкие орехи и черный перец. Влить соус ткемали, посолить и все тщательно перемешать. Продолжить обжарку несколько минут. По истечении часа аккуратно выпустить пар из казана. Вынуть мясо и луковицу. Мясо нарезать на более мелкие куски.
- 6** Вернуть мясо обратно в казан, добавить туда зажарку. Измельчить чеснок, зелень и острый перец. Добавить в казан. Остроту можно регулировать по вкусу, в зависимости от остроты перца.
- 7** Посолить по вкусу, добавить промытый рис. Закрывать казан, снова поставить на огонь. После закипания варить 15 минут. Затем выпустить пар.

# ЛАГМАН В АФГАНСКОМ КАЗАНЕ



Суп, который может выступать и в роли полноценного второго блюда: наваристый бульон, тянущаяся лапша и мясо с овощами в густой заливке. В афганском казане лагман готовится быстро, а вкус получается по-настоящему аутентичным. Особенно лагман хорош с зеленью и кусочком лепешки.

### Ингредиенты:

- Говяжьи ребра — 1 кг
- Лук — 5 шт.
- Морковь — 1 шт.
- Сельдерей — 1 стебель
- Картофель — 2 шт.
- Болгарский перец — 2 шт.
- Свежие помидоры — 4 шт.
- Приправа для мяса — по вкусу
- Соль — по вкусу
- Лапша для лагмана — по порциям
- Вода — 1–2 стакана (по желанию)

### Способ приготовления:

- 1** Нарезать лук мелкими кубиками. Таким же образом подготовить морковь, сельдерей, картофель и помидоры. Болгарский перец нарезать крупнее — средними кусочками.
- 2** Выложить на дно казана слой лука. Сверху распределить мясо. Посолить и приправить специями по вкусу. Следующим слоем разместить картофель, морковь и сельдерей. Завершить укладку овощей нарезанными томатами и болгарским перцем. При необходимости добавить 1–2 стакана воды — по желанию, в зависимости от того, насколько густой бульон вы хотите получить. Закрыть казан крышкой и поставить на открытый огонь. Томить около 45 минут.
- 3** Пока готовится основа лагмана, отварить лапшу отдельно до готовности. По окончании приготовления осторожно сбросить давление, открыть крышку.
- 4** Выложить лапшу в тарелки, сверху разложить мясо и овощи с бульоном. По желанию украсить зеленью и острым перцем. Подавать горячим.