



Посвящается
любимой бабушке
Лёле Кантемировне
Башоровой



Обращение к читателям	6
ОСЕТИНСКАЯ КУХНЯ: Республика Северная Осетия - Алания	13
Осетинские пироги	17
Осетинский пирог с сыром от Жанны	18
Осетинский пирог с фасолью от Лали	22
Осетинский пирог с мясом	25
Осетинский сыр от Анжелы	29
Осетинский пирог со свекольными листьями от Анжелы	30
Осетинский пирог с картофелем	33
Лывжа	36
Дзыкка от бабушки Амины	38
Осетинский пирог с вишней	39
КУХНИ НАРОДОВ ДАГЕСТАНА: Республика Дагестан	41
Дагестанские чуду от Патимат	46
Аварский хинкал от Патимат	51
Аварская абрикосовая каша от Хиэри	56
Коктейль из толокна от Руслана	60
Кофе горцев от Руслана	60
Паста из урбеча от мамы	62
Даргинский слоеный хинкал от Хиэри	64
Даргинские чуду от Хиэри	69
Курзе с мясом от Айшат	73
Тонкий хинкал	76
Цкен от бабушки Сарии	79
Азербайджанская миндальная пахлава	81
Яичные курзе	82





ВАЙНАХСКАЯ КУХНЯ:	
Чеченская Республика, Республика Ингушетия	85
Чепалгаш от Хадижат	89
Хингалш от Хадижат	90
Чеченские галушки с лососем и страчателлой от Хадижат	93
Сискал-пончики от Хадижат	94
Жижиг-галнаш от Асет	98
Ингушский соус «Бирх»	99
Сискал от Асет	100
Вайнахская халва от Фатимы	102
Вайнахский хлеб	104
Горские вареники с черемшой от Фатимы	106
Спагетти с песто из черемши	108

КАРАЧАЕВО- БАЛКАРСКАЯ КУХНЯ:	
Республика Карачаево-Черкесия, Республика Кабардино-Балкария	III
Балкарские хычины с картофелем и сыром	117
Тузлук	118
Классический балкарский хычин от Бисо	121
Хычин со свекольной ботвой от Бисо	122
Горная форель от Бисо	125
Шашлык от папы Бисо	126
Суусаб	128
Картофельное пюре с сыром по-балкарски	129
Карачаевский бал-хычин от Эухры	131
Крым-хычин от Бисо	132
Карачаевский хычин с мясом от бабушки Разият	134
Балкарская шорпа от Бисо	137
Шашлык из бараньей печени от Бисо	138
Сохта от тети Эули	140
Быстрый хычин от Бисо	141



АДЫГСКАЯ КУХНЯ:	
Республика Карачаево-Черкесия, Республика Кабардино-Балкария, Республика Адыгея	143
Адыгейский (адыгский) сыр от Мадина	147
Черкесский домашний хлеб	148
Адыгские (черкесские) пирожки с сыром	150
Соус к баранине	156
Бжедугский щипс от Беллы	156
Куриное жаркое от наны Лёли	161
Кукурузные чуреки от дедушки Владимира	162
Яичница по-кабардински от дедушки Владимира	164
Кукурузная каша с сыром	165
Пшеничная паста от наны Лёли	166
Фасолевый соус от наны Лёли	167
Слоеный хлеб от наны Лёли	168
Лакумы от наны Лёли	171
Черкесская халва из пшена от Мариты	173
Лягур с пастой от Ирины	177
Суп «Ашрык» от Ирины	178
Адыгский хворост от Ирины	181
Фруктовая пастила от тети Фатимы	182
Торт «Юза»	187





М



оя бабушка, ветеран труда, всю жизнь проработала шеф-поваром в санатории «Грушевая роща» в Нальчике. До чего прекрасно она готовила! Особенно ей удавались адыгские и осетинские блюда: я так ясно помню вкус ее лакумов, осетинских пирогов, фасолевого соуса... Именно она привила мне любовь к гастрономии и уважение к традициям.

Помню, смотрела, как бабушка замешивала тесто из самых простых продуктов, и вдруг получался шедевр. «Это же магия!» – будучи маленькой девочкой, думала я.

Все мои летние каникулы проходили у бабушки, да не просто в гостях, а на профессиональной кухне. С каким интересом и восторгом я смотрела за тем, как она в команде с другими поварами готовила вкуснейшие блюда для постояльцев санатория. Никогда не забуду и то, как бабушка выходила в зал к гостям, и ей аплодировали! Я тогда думала, что это лучшая профессия на свете – готовить для других.

Теперь, став взрослой, я бы хотела сохранить все то невероятное, теплое и настоящее, что знала с детства, сохранить бабушки-

ны рецепты и поделиться ими с вами, дорогие читатели. Как нельзя кстати случилось большое путешествие на Кавказ: мы с отцом отправились исследовать южные регионы нашей большой страны. Сколько прекрасных людей мы встретили в пути, сколько вкусов для себя открыли!

Благодарю за радушие и щедрость, за истории, рецепты и неограниченную помощь Анзора Апполоновича Макиева, Амира Апполоновича Макиева, Мадина Ахмедовича Альхаова, Римму Каплановну Альхаову, Хизри Магомедовича Лабазанова, Зураба Исаевича Измаилова, Хаву Увайсовну Арсанукаеву, Альберта Александровича Саралып, Хадижат Адамовну Мовлатову, Маргариту Мустафаевну Джуртубаеву, Азизу Эльдаровну Бечелову, Джабраила Кубатиевича Хаупа, Заура Джабраиловича Хаупа, семью Ныровых во главе с Маирбеком Хусеновичем Ныровым, Джамилю Сейрановну Овсетову, Беллу Адамовну Теужеч, Хираясухму Магомедсаидовича Магомедова, Мадину Магомедшариповну Бабаеву, Виолетту Хакимовну Георгиеву, Ирину Лостанбиевну Хабитову и Фатиму Лостанбиевну Кулову.

Мадину Алисаговну Хацукову – за предоставление национальных адыгских костюмов.

Отдельная благодарность фотографу – Ольге Сергеевне Горбунцовой.

Огромное спасибо Бисо Шамильевичу Чеченову, обогатившему эту книгу аутентичными рецептами карачаево-балкарской кухни.

Было большой радостью приготовить своими руками столько блюд, увидеть столько красоты, встретить невероятных людей, собрать их истории, передаваемые в семьях из поколения в поколение, и со всем теплом души рассказать о них вам.

Выражаю благодарность всем тем, без кого эта книга точно не увидела бы свет. Моему отцу Валерию Абдуловичу Башорову, без которого не состоялась бы поездка, который поддерживал и помогал мне на протяжении всего путешествия. Моей маме Татьяне Владимировне Башоровой за бесценные советы: именно она делилась многими воспоминаниями из детства, историями и рецептами. Родной тете Фатиме Владимировне Шериевой за содействие в сборе информации об аутентичной адыгской кухне.

За постоянную поддержку во всем – моему супругу Дмитрию Викторовичу Борису.

А еще хотела бы от души поблагодарить издательство «Комсомольская правда» за всестороннюю помощь и реализацию моего начинания.

Залина Борисова (Башорова)



Как я любил, Кавказ мой величавый,
Твоих сынов воинственные нравы...

Михаил Лермонтов

К



Кавказ – это бывший океан. В результате столкновения тектонических плит образовался Большой Кавказский хребет, а также Черное, Каспийское и Азовское моря. До сих пор местные жители находят в горах окаменелые ракушки, морские звезды, а в 2013 году в результате раскопок обнаружили скелет кита. В эти живописные горы пришли племена, потомки которых по сей день населяют республики нашего Кавказа. На своих исторических землях живут прекрасные народы, о многих из которых я расскажу в этой книге. Надеюсь, читатель простит мне невозможность охватить все, ведь регион, в который мы отправляемся, – источник бесконечных открытий, история, не имеющая конца.

Я истинная патриотка своей малой родины – Кабарды. За ее пределами с гордостью представляю весь Кавказ, считая все малые и большие народы Северного и Южного Кавказа своими дорогими братьями и сестрами. И наконец, в масштабах нашей огромной России надеюсь пусть и в малом, но отдать должное ее красотам, мощи и необъятности. Рассказать миллионам соотечественников о том, какими богатствами мы обладаем, какое сокровище наши люди и традиции. Именно любовь к Родине и сподвигла меня на написание этой книги.

Думаю, как нельзя более уместны здесь будут слова великого советского танцовщика, хореографа и балетмейстера, уроженца Чеченской Республики Махмуда Эсамбаева. Как-то на вопрос, в чем была сила Советского Союза, он ответил следующее: «...мы не считали, кто какой национальности, просто наши национальные песни и танцы многоголосием вливались в общую гамму песни. Песни, танцы народов, как блески, собирались в один огромный бриллиант». Не это ли так верно и актуально в наши дни? Итак, о нескольких бесценных гранях этого бриллианта, ослепительно сияющих под южным солнцем, и пойдет мой рассказ.

Чтобы передать весь спектр эмоций, старинные рецепты национальных кухонь и новые решения, колорит народов Северного Кавказа, я отправилась в экспедицию по горным республикам. В ней мне хотелось не только записать рецепты со

всеми тонкостями, но и услышать от людей об их жизни, быте, традициях. Окунуться в мир их воспоминаний, со всем уважением и бережностью пересказать услышанное вам, чтобы оно громко звучало по всей нашей стране. Вы увидите, что держите в руках не энциклопедию – на это я не претендую, но записки из путешествия, живые наблюдения, рассказы местных жителей, в которых былое переплетается с современностью.

Кавказ подо мною. Один в вышине
Стою над снегами у края стремнины;
Орел, с отдаленной поднявшись вершины,
Парит неподвижно со мной наравне.
Отселе я вижу потоков рожденье
И первое грозных обвалов движенье.

Александр Пушкин

Будучи уроженкой Нальчика, я сразу же решила совместить поездку к родителям с экспедицией. Приехав домой, рассказала об идее книги, желании сохранить аутентичные рецепты и поведать о них людям. Отец предложил взять его машину и отправиться в путь прямо завтра.

Сказано – сделано! На следующий день мы уже ехали в Северную Осетию. Сразу же решили, что нужно выведать секрет вкуснейших осетинских пирогов, расспросить хозяек об особенностях приготовления начинок, ритуальном смысле этого блюда. Таким был наш минимум, но узнали мы много больше.

Побывали и в Дагестане – в небольших затерянных в горах аулах, где до сих пор соблюдают древние обычаи, готовят чуду и хинкал в дровяных печах – все как 150 лет назад. В плане также была Адыгея, где я научилась готовить самый настоящий местный сыр – да-да, тот самый, знакомый каждому по полке в супермаркете (приоткрою завесу тайны: по сравнению с творениями местных в магазинах все не то!).

Еще одной республикой в списке оказалась Карачаево-Черкесия. Тут мы путешествовали по высокогорным селам Карачая, где меня учили готовить хычины, запивали их освежающим айраном. Ох, я просто не могла выпустить фотоаппарат из рук, до того красиво вокруг было – дух захватывало!

Невозможно было пропустить и родную республику – Кабардино-Балкарию. Всякий скажет, что здесь находится самая высокая вершина Европы – Эльбрус. А что еще? О, тут вы встре-

тите потрясающие гастрономические традиции адыгской и карачаево-балкарской кухонь. И конечно, экспедиция была бы неполной, не будь в ней Чеченской Республики и Республики Ингушетии. Здесь я увидела самые чистые улицы в мире! А еще познакомилась с вайнахской кухней: местные жительницы с радостью устроили мне мастер-класс по чеченским лепешкам – их называют чепалгаш – и галушкам.

Признаюсь вам, я не очень люблю выражение «кавказская кухня», хоть оно и расхожее, ведь Кавказ населяет множество народностей, и кухня каждой обладает своими особенностями, характерными чертами, чем-то уникальным. Да, на первый взгляд может показаться, что традиции схожи. Действительно, некоторые мотивы, обычаи, элементы традиционного костюма, а также рецепты близки. Но это и не удивительно – с древних времен, будучи соседями, люди нет-нет да и перенимали что-то друг у друга. Конечно, не обходится и без споров о принадлежности того или иного блюда, дискуссии о том, кто и от кого что заимствовал, но мне они не по душе. Зачастую даже самые опытные исследователи не могут найти истину, она теряется во времени. А уж если прибавить сюда продолжающееся развитие региональных кухонь (ведь не стоят же они на месте!) и современные тенденции, то и вовсе не сыскать ответа. Да и к чему спорить, если все это – наше общее достояние? Напротив, отрадно, что многие блюда – общенациональные, любимые миллионами семей и вдохновляющие готовящих на новые решения.





ОСЕТИНСКАЯ КУХНЯ:

Республика Северная Осетия - Алания



Читатель! Сбираюсь поведать тебе
Старинную повесть о славном
И доблестном предке, стяжавшем себе
Бессмертье в потомстве забавном.
Я сам из потомков его и, как гусь,
Лишь годный в жаркое, нередко,
Встречаясь с другими «гусями», кичусь
Прославленным именем предка.
Преданье я черпал из тысячей уст,
А памятник цел и поныне:
Священная роща иль «Хетагов куст»
Стоит в Куртатинской долине.
Еще не касался ни разу топор
Его долговечных питомцев;
В нем странник чужой потупляет свой взор,
Послушный обычаю горцев.

Коста Хетагуров



Такое добрососедство не могло не способствовать появлению и сохранению большого количества обычаев, символов, ритуальных значений, в том числе и в гастрономическом плане.

Осетинская кухня складывалась веками под влиянием кочевого образа жизни предков. Она довольно лаконична, все блюда готовятся быстро, не требуют длительных манипуляций с продуктами. Основу, конечно же, составляет мясо: баранина, говядина, также любима птица; стоит отметить и обилие молочных продуктов (сюда относятся сметана и сыр). Хлеб пекут из пшеничной и кукурузной муки.

Что примечательно, в традиционной кухне встречается не так уж много свежих овощей и фруктов, совсем нет салатов, однако вся пища питательная, полезная, придающая силы и позволяющая выжить в горных условиях.

Не удивляйтесь: из-за различий в диалектах названия одних и тех же блюд могут звучать несколько иначе или иметь разные окончания.

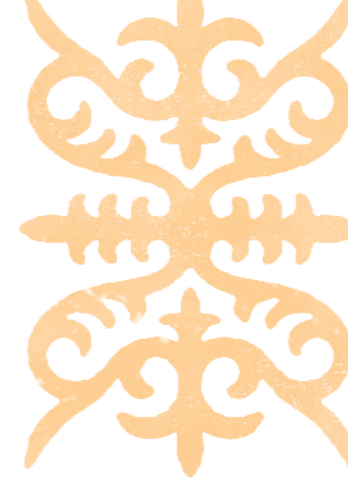
А чем вообще славится Осетия? Всякий вспомнит знаменитые пироги. Но разве это все? Осетия – это бескрайние «альпийские» луга, чистейшие бурные горные реки, живописные ущелья и древние родовые башни, радушие и гостеприимство.

Н

а юге нашей страны близ Большого Кавказского хребта раскинулась Республика Северная Осетия – Алания, туда я и отправилась первым делом. Бежали километры пути, и все ближе был Владикавказ – город, в чьем названии так громко звучит призыв – «владей Кавказом»!

Говорят, что осетины – одни из прямых потомков древних алан, и объясняют это сходством языков (осетинский относится к иранской группе, и аланы говорили на схожем языке). Обычай и культура в целом также похожи. Сегодня, в современной Северной Осетии, бок о бок живут мусульмане, последователи традиционных верований и христиане (кстати, осетины были одними из первых народов, принявших христианство).





Осетинские пироги



росто выпечка? О нет, это религиозный обряд. Ко всем праздничным застольям в обязательном порядке готовят три осетинских пирога, которые складывают друг на друга. Они символизируют три мира: нижний, средний и верхний. Кто-то говорит иначе: «прошлое, настоящее, будущее» или «Земля, воздух, Солнце». Как бы то ни было, на поминки готовят всего два пирога (то есть верхний не кладут). Также считается, что выпекание швом вверх характерно для праздничных пирогов, а швом вниз – для поминальных.

Блюдо с тремя пирогами – символ трех столпов всего сущего, именно поэтому при разрезании его запрещено вращать. Ведь вращение означает, что приводятся в движение Земля, воздух, Солнце и создается хаос.

Перед разрезанием обязательно произносят молитву, при этом пироги немного смещают в разные стороны, чтобы было видно, что их именно три. Принято разрезать сразу всю стопку на два креста, то есть на восемь частей.

Надо отметить, что в качестве ритуального готовят только уалибах – пирог с осетинским сыром, а все остальные, с самыми разнообразными начинками, подаются отдельно, в дополнение, особых значений в них искать не стоит.

Стандарт осетинских пирогов – круг диаметром 30-35 см, а вот толщина всегда зависит от начинки. Впрочем, могут встретиться и треугольники, о таких пирогах мы тоже поговорим.

Рецептом традиционных пирогов с сыром со мной поделилась опытный пекарь, специалист по осетинской кухне Жанна Медоева. Перед вами семейный рецепт семьи Медоевых, от прапрабабушки он передается из поколения в поколение.



Осетинский пирог с сыром от Жанны

Уалибах

На 3 пирога

Начинка

Осетинский сыр – 1 кг 650 г

Пшеничная мука – 30 г

Соль – 7 г

Тесто

Пшеничная мука – 950 г

Вода – 660 г

Подсолнечное масло – 20 г

Дрожжи (свежие) – 12 г

Соль – 12 г

Сахар – 10 г

Кроме того

Сливочное масло – 40 г
(для смазывания пирогов)

Растительное масло для
смазывания миски

Пшеничная мука для
формовки пирогов

1 Сыр натереть на крупной терке, размять руками до однородной массы. Посолить, добавить муку и перемешать. Разделить массу на три части, подкатать в шарики. Накрыть полотенцем.

2 Перейти к приготовлению теста. Сначала сделать опару, для нее взять 120 г воды от общего количества и прогреть до 35 °С. Добавить дрожжи, сахар и 1 ст. л. муки. Перемешать, накрыть пищевой пленкой и оставить при комнатной температуре на 20 минут, за это время опара должна увеличиться вдвое.

3 Муку просеять в миску и сделать углубление, влить опару. Добавить соль и подсолнечное масло, замесить гладкое однородное тесто. Смазать чистую миску растительным маслом, выложить в нее тесто. Накрыть полотенцем и оставить при комнатной температуре на 1 час (тесто должно увеличиться вдвое). Использовать сразу.

4 Разделить тесто на три части: две из них отложить и накрыть полотенцем, а третью сначала скатать в шар, а затем размять руками в лепешку. В центр выложить начинку, аккуратно поднимая края теста к центру, собрать пирог и тщательно закрепить края. Аккуратно нажимая ладонями, сформовать пирог диаметром 30-35 см. Для удобства можно воспользоваться фанерным кругом нужного диаметра.

5 Важно равномерно распределять начинку по всей площади лепешки (для этого можно периодически переворачивать пирог, проверяя, все ли ровно). Выложить его на сухую чугунную сковороду или противень, застеленный пергаментом, швом вверх. В центре сделать отверстие для выхода пара.

6 Выпекать в предварительно разогретой духовке при 280-300 °С 5-7 минут. Пока выпекается один пирог, подготовить следующий. Достав пирог из духовки, сразу обильно смазать его сливочным маслом.

Если вы положите в начинку сулгуни и моцареллу, смешав их 1 к 1, получится не так аутентично, но тоже вкусно.

Вы можете заменить свежие дрожжи сухими, последних понадобится в 3 раза меньше (то есть всего 4 г).





Не забыла ли я о своем обещании рассказать про треугольные пироги? О нет, ничуть. И так, пекут их только по особым праздникам и только с сыром, видя в них символ триединства верхнего, среднего и нижнего миров. Выкладывать такие пироги опять же нужно «веером» – то есть чтобы было видно, что их три. Вы без труда можете сделать такие, взяв то же тесто и ту же начинку, что указаны выше для пирогов с сыром. Разница лишь в формовке.



о Владикавказе нас ждал и гид – Анзор Макиев, он сопровождал нас на протяжении всей поездки по Осетии. Узнав, что у его брата Амираана есть кафе, где готовят по местным рецептам, мы тут же захотели заглянуть в гости и расспросить обо всех секретах.

Так мы познакомились с Лали Тегиевой – опытным поваром, пищевым технологом. Мы провели целый день на кухне кафе. По правде сказать, удивительно, что вообще нашлось время на мои расспросы, ведь заказы шли непрерывающимся потоком. А ближе к обеду у кафе и вовсе собралась огромная очередь желающих отведать ароматных пирогов.

Лали собирала и выпекала в подовой печи один пирог за другим, а я только успевала задать уточняющие вопросы. Так, узнала, что важным условием является высокая температура – 300-350 °С. Время выпекания в этом случае составляет не более 5 минут. Дело в том, что при выпечке тесто должно схватиться моментально, чтобы сочная начинка не начала пропитывать его. Если все сделано верно, мы получаем сочную начинку и мягкое, не клеклое тесто.

Для домашнего применения границы температурных значений чуть расширены, что вы можете видеть в рецептах, но если у вас есть возможность получить более высокую температуру, воспользуйтесь этим.

Есть ли что-то еще, какая-то тайна? Лали отвечает: «Секрет вкусных пирогов – в соблюдении технологии, использовании самых качественных ингредиентов. И самое главное – готовить нужно с удовольствием и душой!»



Осетинский пирог с фасолью от Лали

Кадурджын

На 2 пирога

Начинка

Фасоль (сушеная) – 350 г
Молоко – 50 г
Сливочное масло – 40 г
Лук (репчатый) – 2 шт.
Паприка – 3 г
Чабер (джедждын) – 3 г

Тесто

Пшеничная мука – 460 г
Вода – 280 г
Подсолнечное масло – 40 г
Дрожжи (свежие) – 10 г
Сахар – 16 г
Соль – 8 г

Кроме того

Сливочное масло – 50 г
(для смазывания пирогов)
Растительное масло для
смазывания миски
Пшеничная мука для
формовки пирогов

1 Для начинки промыть фасоль, отварить в большом количестве воды до полной готовности (она должна быть очень мягкой). Воду слить, пропустить фасоль через мясорубку или измельчить в блендере. Лук мелко порубить, обжарить на сливочном масле, добавить паприку, чабер и молоко, готовить вместе еще 1 минуту. Подмешать к фасоли и дать остыть. Разделить начинку на две части, подкатать в шарики.

2 Для теста прогреть воду до 35 °С. В глубокую миску просеять муку, сделать углубление, всыпать дрожжи, соль и сахар, добавить подсолнечное масло, влить всю воду. Замесить однородное тесто.

3 Смазать чистую миску подсолнечным маслом, выложить собранное в шар тесто. Сверху также смазать маслом, накрыть полотенцем. Оставить при комнатной температуре на 1 час (объем должен увеличиться вдвое). Подошедшее тесто разделить на две части, подкатать в шарики. Один отложить, второй выложить на присыпанную мукой круглую доску. Размять тесто в лепешку.

4 В центр выложить подготовленную начинку, подтягивая края теста к середине, собрать пирог. Действовать нужно аккуратно, не торопясь, чтобы тесто не порвалось. Тщательно скрепить края, затем ладонями придать пирогу форму круга диаметром 30-35 см. Для более удобной формовки стоит периодически переворачивать пирог и подсыпать муку.

5 Выложить пирог на противень, выстеленный пергаментом, либо на сухую сковороду. В центре сделать небольшое отверстие. Выпекать в предварительно разогретой духовке при 280-300 °С 5-7 минут. Пока выпекается один пирог, подготовить следующий. Достав пирог из духовки, сразу обильно смазать его сливочным маслом.



Вы можете заменить свежие дрожжи сухими, последних понадобится 3,5 г.

«Ага, два пирога», – скажет кто-то. Да, верно, здесь нет ритуального значения, поэтому таких пирогов можно приготовить сколько угодно. Дальше вы увидите еще пару примеров.



братите внимание на окончания в названиях пирогов. Если вы видите *-джын*, это указывает на наличие какой-либо начинки. А вот в дигорском диалекте вы встретите окончание *-гун*, и несмотря на различное звучание, смысл будет тот же.

Название начинается с *фьд-* или *фид-*? Значит, будет рубленое мясо!

Фьдджын отличается от других пирогов. Его формуют в сковороде, и выпекается он дольше: и потому что мясу требуется больше времени, и потому что слой начинки толще обычного.



Осетинский пирог с мясом

Фьдджын

На 1 пирог (на форму диаметром 30 см и высотой 4 см)

Начинка

Говядина – 400 г
Лук (репчатый) – 150 г
Вода (холодная) – 100 г
Чеснок – 2 зубчика
Соль – 6 г
Черный перец (молотый) – 1 г

Тесто

Пшеничная мука – 550 г
Вода – 370 г
Подсолнечное масло – 50 г
Сахар – 10 г
Соль – 6 г

Кроме того

Сливочное масло
для смазывания
пирога

1 Говядину очень мелко порубить или пропустить через мясорубку вместе с луком и чесноком. Добавить перец, соль, воду – все тщательно перемешать.

2 Муку просеять, сделать углубление, влить теплую воду, добавить растительное масло, соль и сахар. Замесить однородное тесто, накрыть полотенцем и дать ему отдохнуть 5 минут. После разделить тесто на две части: 500 и 420 г.

3 Большую часть раскатать скалкой в пласт толщиной около 3 мм. Перело-

жить на сухую сковороду или в форму для запекания. На тесто выложить мясную начинку.

Раскатать оставшееся тесто, по центру сделать надрезы ножом. Выложить пласт поверх начинки, защипать края (также их можно скрепить с помощью скалки, прокатав ей по краям сковороды).

4 Выпекать в предварительно разогретой до 250 °С духовке 10-15 минут (до золотистой корочки). Выпеченный пирог обильно смазать сливочным маслом.



благодарив за гостеприимство Лали и хозяина кафе Амираана, мы отправились в горы. Как будто и недалеко, а времени ушло много: то и дело на трассу выходили стада коров, создавая пробки и придавая путешествию невероятную колоритность.

Зачем они так делают? Почему не пасутся на лугах, ведь это три шага от дороги? Оказалось, дело в том, что проезжающие мимо машины обдувают животных потоком воздуха, тем самым отгоняя назойливых насекомых. Кто бы мог подумать!

Наконец мы поднялись высоко – к изумрудно-зеленым лугам, на которых нежились все те же коровы, щипали сочную траву и выглядели вполне довольными своей жизнью. «Должно быть, тут очень вкусный сыр и отличные молочные продукты», – тут же подумалось мне, о чем я и сказала гиду.

«Сейчас мы кое-куда поедem!» – последовал ответ. Анзор кратко переговорил с кем-то по телефону, о чем-то договорился, положил трубку и добавил, обращаясь к нам: «Едем!»

Куда – я так и не поняла, но деваться некуда, мы были уже в пути. Через 15 минут путешествия по горной дороге показалось село Кани. Оказалось, и оно – не наш конечный пункт, за его чертой, на удалении, среди гор мы нашли дом, у которого и была припаркована машина.

Внутри нас ждала хозяйка.

– Анжела, – представилась она, протянув мне руку.

– Залина, – сказала я, отвечая рукопожатием.

– Ты осетинка?

Я ответила, что нет, но имя действительно осетинское – его выбрала бабушка. За неспешной беседой мы и не заметили, как уже уселись пить чай с местным сыром – его Анжела делает сама.

В хозяйстве семьи пять коров – тех самых, с изумрудных лугов. И надо ли говорить, что молоко они дают в самом деле превосходное, а сыр получается великолепным?

Впрочем, одно дело пробовать, а другое – узнать все детали, посмотреть на процесс от и до. Ничего не скрывая, хозяйка радушно пригласила нас на кухню, чтобы ознакомиться со всеми тонкостями приготовления.

Итак, очень важно использовать свежее домашнее молоко. Анжела с вечера доит коров, а с утра принимается за сыр. Он сычужный – то есть молоко сквашивается с помощью сычужной закваски. А где же ее взять? О нет, не в магазине! Закваску готовят из желудков – там содержится необходимый фермент.

Делается это так: желудок (коровы, бычка или барана) промывают, убирают жир, засыпают солью и выдерживают в стеклянной емкости 3 суток. Затем просоленный желудок подвешивают в проветриваемом сухом помещении и оставляют минимум на 2 месяца. Уже высохший желудок нарезают на куски, заливают сывороткой и дают настояться 4-5 дней. Вот теперь закваска готова. Можно приступать к приготовлению сыра.





Осетинский сыр от Анжелы

Примерно на 500 г сыра

Молоко (свежее, домашнее) – 5 л

Сычужная закваска – 4 г

Соль – 5 г

1 Молоко прогреть до 37 °С, влить закваску и перемешать. Оставить на 1 час для ферментации. Получившуюся творожную массу прямо в кастрюле размять руками.

2 Оставить массу, чтобы она осела на дно – на это потребуется примерно 10 минут (не более!). Затем собрать сыр со дна, выложить в сито и оставить на 10 часов, чтобы стекла сыворотка. Периодически переворачивать творожную массу в сите, чтобы она приобретала форму. Готовую головку сыра посолить, втирая соль со всех сторон.

Такой сыр можно есть сразу. Максимальный срок хранения – 1 неделя в холодильнике. В сыры с более продолжительным сроком годности добавляют больше соли, а также сушат их в специальных вентилируемых помещениях.

Н

епременно хочу отметить, что вкус и качество кавказских сыров ничуть не уступают мировым аналогам, признанным эталонам. Сыроварение известно в регионе испокон веков, поэтому всякий, кто желает прикоснуться к живым традициям, должен хотя бы раз за поездку попробовать местный сыр. Тут знают толк в качестве!

Значит ли это, что можно смело купить любой? Не совсем. Если вы ищете настоящий осетинский сыр в магазинах, а не дегастируете в гостях, стоит уточнить, где именно он был произведен, и полагаться только на локальные сыроварни.

Далее Анжела принялась готовить пироги. Ведь разве можно отпустить гостей, когда они еще не попробовали те, что пекутся со свекольными листьями!

В вашем регионе есть похожие традиции? Или, может, это что-то совершенно новое, о чем вы никогда не слышали? Как бы



то ни было, речь идет о традиционном угощении, чей рецепт передается из поколения в поколение и любим осетинами по сей день.

Анжела печет пироги исключительно в дровяной печи. Конечно, это добавляет не только колорита, но и вкуса – он просто непередаваемый!

В левый отсек такой печи закладываются дрова, а в правом на двух уровнях выпекаются пироги. Температура при этом достигает 350 °С (да-да, снова эти высокие значения!).

Но если вдруг у вас нет такой печи, мы прекрасно обойдемся и домашней духовкой, главное помнить про температуру выпекания – она должна быть максимальной.

Кроме того, для нашего пирога нужно выбрать самые сочные и свежие свекольные листья. От качества ботвы будет зависеть вкус всей начинки.

Забегая вперед, скажу, что Осетия и добрый осетинский народ навсегда остались в моем сердце. Теперь, готовя дома пирог со свекольными листьями, я мысленно переносусь в горы Алании.



В другой раз попробуйте в начинке смесь сулгуни и моцареллы. Неаутентично, но вкусно!

Осетинский пирог со свекольными листьями от Анжелы

Цахарджын

На 2 пирога

Начинка

Свекольные листья – 550 г
Зеленый лук (перья) – 100 г
Осетинский сыр – 400 г
Соль – 2-3 г

Тесто

Вода – 430 г
Пшеничная мука – 580 г
Соль – 4 г
Сахар – 10 г
Дрожжи (свежие) – 8 г
Подсолнечное масло – 40 г

Кроме того

Сливочное масло – 50 г (для смазывания пирогов)
Растительное масло для смазывания миски
Пшеничная мука для формовки пирогов

1 Свекольные листья промыть и обсушить, мелко нарезать, удаляя жесткие стебли. Лук также промыть, обсушить и мелко нарезать. Сыр натереть на крупной терке и соединить с зеленью. Добавить соль, перемешать до однородности, сформовать два шара.



2 Воду прогреть до 35 °С. В большую глубокую миску просеять муку, сделать углубление, всыпать дрожжи, соль и сахар. Влить воду и замесить однородное тесто.

3 Смазать чистую миску подсолнечным маслом, выложить тесто и также смазать маслом. Накрыть полотенцем и оставить при комнатной температуре на 1 час (объем должен увеличиться вдвое).

4 Подошедшее тесто разделить пополам, подкатать, чтобы получилось два шара. Один накрыть полотенцем, второй выложить на присыпанную мукой круглую доску. Размять тесто в лепешку.

5 В центр выложить подготовленную начинку, подтягивая края теста к середине, собрать пирог. Тщательно скрепить края, затем ладонями придать пирогу форму круга диаметром 30-35 см.

6 Выложить пирог на противень, выстеленный пергаментом, либо на сухую сковороду. В центре сделать небольшое отверстие. Выпекать в предварительно разогретой духовке при 280-300 °С около 5 минут. Пока выпекается один пирог, подготовить следующий. Достав пирог из духовки, сразу обильно смазать его сливочным маслом.