



ЛИЛИЯ
ШАЙДУЛЛИНА



ТАТАРСКАЯ КУХНЯ

Издательство АСТ
Москва



От автора

Никогда бы не поверила, что я буду причастна к написанию книги, да ещё и о национальной кухне. В детстве я очень любила перелистывать и рассматривать картинки в кулинарных книгах. Меня привлекали фотографии готовых блюд, особенно мне нравилась выпечка и разные изделия из теста. Я могла долго и дотошно рассматривать каждое блюдо.

Я родилась в небольшом городе Лениногорске Республики Татарстан. Часто мы всей семьёй ездили на родину моего отца деревню Сухояшево, что в Азнакаевском районе Татарстана. Там эбика (бабушка) встречала нас с разными вкусностями и ароматным чаем. Бабушка держала коров, гусей, кур, и на столе всегда было свежайшее молоко, масло, яйца, мясо. Из этих продуктов она готовила простые и очень вкусные национальные блюда. Эти яркие воспоминания из детства сохранились в моей памяти.

Моя мама научила меня делать тесто и готовить из него различные пироги, пирожки, булочки, пирожные, торты и т. д. Тогда ещё не было Интернета, поэтому все рецепты записывались в тетрадь и выглядели очень скудно и кратко.

Сейчас я веду свой кулинарный канал и снимаю приготовление блюд на видео, потому что хочу, чтобы каждый смог приготовить еду по моим рецептам и порадовать ей своих любимых и родных!

Не бойтесь экспериментировать на кухне и пробовать что-то новое и интересное, ведь именно так рождаются лучшие рецепты!



Благодарности

Я хочу выразить огромную благодарность своей любимой семье: мужу и сыну. Всё время они поддерживали меня, верили и помогали уверенно идти к своей цели!

Также хочу поблагодарить издательство АСТ за доверие, оказанную поддержку и профессионализм!



Город Лениногорск Республики Татарстан





О книге

Эта книга создана для всех, кто хочет научиться готовить татарские блюда, узнать их вкус, открыть для себя что-то новое или возродить старое, давно забытое, но чутко хранимое нашими мамами, бабушками, прабабушками. Они сохраняли свои рецепты в блокнотиках, тетрадочках и своих сердцах. Передавали рецепты блюд из уст в уста и берегли секреты их приготовления. Готовили просто от души и с любовью к близким, поэтому всё было таким вкусным и запоминающимся.

В этой книге я сохранила всё самое любимое, чтобы передать это дальше, следующим поколениям. В ней вы найдете и национальные татарские блюда, и просто любимые рецепты, которые чаще всего готовили мои бабушка и мама. Они очень рано ушли из моей жизни, поэтому я тщательно подбирала рецепты из своих детских воспоминаний и уже из жизненного опыта.

В книге я собрала несколько рецептов теста, которые вам всегда пригодятся для приготовления разной выпечки и не только. Пошаговое описание всех рецептов поможет вам приготовить блюда именно такими, как я и задумала.

Мне бы очень хотелось, чтобы эта кулинарная книга стала для вас настольной, чтобы вы ей пользовались, вдохновлялись и радовали своих родных и любимых!



О муке

Мука в выпечке — это главный ингредиент. В представленных рецептах я использую пшеничную муку высшего сорта, она самая популярная и её можно купить в любом продуктовом магазине. Из муки высшего сорта получается лёгкая и воздушная выпечка. С ней легко можно приготовить пироги, торты, пирожные, булочки, кексы и т.д

Выбирайте муку от известного вам производителя, в закрытой упаковке без повреждений и всегда обращайте внимание на срок изготовления. Перед тем как использовать муку, лучше всего её просеять через сито. За счет этого она немного просушится, станет легче и воздушнее, а также очистится от возможных посторонних включений.

Виды и сорта муки. Вид муки зависит от того, из какого зерна или круп она перемалывается: пшеничная, ржаная, овсяная, рисовая, кукурузная, льняная, гороховая и т.д

В пшеничной муке различают сорта:

1. Экстра — самый тонкий помол муки, изготовлен только из центральной части зерна. На такой муке хорошо получаются кондитерские изделия типа бисквитов, пирожных.
2. Высший сорт — также производится из центральной части зерна, имеет более кремовый или желтоватый оттенок. Это самая часто встречаемая мука в продаже, с ней легко готовить различные изделия от вареников и пельменей до сдобы и десертов.
3. Первый сорт — содержит небольшое количество отрубей, что придаёт более кремовый оттенок муке. Из такого сорта чаще всего выпекают хлеб и хлебобулочные изделия.
4. Второй сорт — отличается от первого большим содержанием отрубей и имеет более тёмный оттенок. Также хорошо использовать её для приготовления хлеба.
5. Цельнозерновая — в ней уже присутствуют все части зерна, такая мука считается более полезной благодаря содержанию большего количества клетчатки и витаминов.



В ржаной муке различают три основных сорта: сеяная (самый мелкий помол, содержит небольшое количество отрубей), обдирная (более грубая) и обойная (очень грубая и тёмная мука). Чаще всего в продаже встречается именно обдирная мука, из неё готовят хлеб, крекеры и т.д. Мука разного сорта имеет и разные свойства, в них по-разному развивается клейковина. Это всегда нужно учитывать, если вы хотите заменить часть муки или всю муку на какую-либо другую в рецепте. Соответственно и результат будет совершенно иной.

Как вводить муку в тесто?

Практически в каждом рецепте я обращаю внимание на то, что мука вводится постепенно, т.е. в несколько приёмов, не вся сразу. Для чего это нужно и почему? Всё очень просто. У каждого производителя одна и та же мука может различаться от партии к партии по своей влагоёмкости, и, чтобы тесто не получилось слишком плотным и сухим, мука вмешивается постепенно. Если же наоборот, после того, как вы ввели всю муку по рецепту, тесто осталось жидким и липким, можно ввести ещё немного муки в процессе вымешивания.

О дрожжах

Чаще всего можно встретить три формы используемых дрожжей:

1. Прессованные, или сырые дрожжи продаются небольшими брикетами и содержат до 70% влаги. Имеют короткий срок годности и обязательно хранятся в холодильнике.
2. Сухие активные дрожжи. Расфасованы в маленькие пакетики по 10 гр или пакетами по 50–100 гр. В них содержится не более 5–8% влаги. За счет способа высушивания они имеют форму небольших круглых гранул. Каждая гранула имеет защитную оболочку из частично инактивированных дрожжевых клеток. Поэтому сначала их нужно растворить в жидкости, а потом замешивать тесто.
3. Инстантные дрожжи. Они отличаются от сухих тем, что не имеют защитной оболочки, по форме напоминают мелкую вермишель и не требуют растворения в жидкости. Их можно сразу смешивать с мукой.

Если вы хотите заменить сухие дрожжи прессованными, делайте это в соотношении 1:3. Т.е. если по рецепту необходимо взять 5 гр сухих дрожжей, то прессованных понадобится 15 гр.

О сахаре и соли

Это тоже важные компоненты вкусного теста. Без сахара и соли не добиться хорошей текстуры самой выпечки, не говоря уже о том, что они придают ему вкусовые качества. Правильное их сочетание только улучшит тесто, и выпечка получится восхитительной.

О масле

Сейчас на полках магазинов можно встретить различные виды масла. Это и сливочное масло 82.5%, и масло сливочное крестьянское 72.5%, различные маргарины и спреды. Также к ним я отношу рафинированное подсолнечное масло, т. к оно чаще всего входит в состав теста и применяется для фритюра. В своих рецептах я использую только сливочное масло 82.5% и рафинированное подсолнечное масло от проверенных производителей. Также в этой книге я рассказываю, как приготовить в домашних условиях вкусное топленое масло и испечь на нём татарское курабье.

О других добавках

Под этими словами я подразумеваю такие часто встречающиеся компоненты, как ванильный сахар и разрыхлитель.

Ванильный сахар лучше всего использовать с добавлением натуральной ванили. Тогда ваша выпечка будет невероятно ароматной и вкусной. Если такой найти сложно, можно купить обычный ванильный сахар. Он уступает по вкусу, но мне нравится больше, чем обычный ванилин, с которым легко можно переборщить.

Разрыхлитель делает тесто пышным, воздушным и мягким. К нему же я отнесла бы и соду. Её не стоит гасить уксусом, если в тесте содержится какой-либо кислый продукт, например, кефир, творог, сметана, мёд.

Если же у вас нет под рукой готового разрыхлителя или вы по каким-то причинам не хотите использовать магазинный, его просто приготовить дома. Для этого нужно смешать 3 части лимонной кислоты (её лучше перемолоть в кофемолке в пудру), 5 частей соды и 12 частей муки. Такой домашний разрыхлитель может долго храниться в сухой, плотно закрытой баночке и использоваться по необходимости.



Необходимый кухонный инвентарь

Для приготовления понадобится стандартный кухонный инвентарь, с которым вам будет проще и легче воплотить в реальность то или иное блюдо. У себя на кухне я стараюсь использовать самый минимальный набор для приготовления. Сейчас есть огромный выбор различной кухонной утвари и приспособлений, но не всегда они играют решающую роль во вкусе готового блюда. И только вам решать, что должно быть на вашей кухне.

Миски для смешивания. Лучше, чтобы они были разного объёма, материал для них может быть любой. Я больше всего люблю стеклянные или керамические.

Формы для запекания и противни. Лучше приобрести сразу разного размера. Это могут быть как металлические противни, сковороды и разъёмные жестяные формы, так и сделанные из закалённого стекла.

Также вам понадобятся лопатки, венчики для взбивания, кисточка для смазывания, скалка и кулинарные мешки с насадками.

Во многих рецептах я использую пергаментную бумагу. С ней намного проще приготовление и выпечка. Берите пергамент с силиконизированным покрытием. К нему точно ничего не прилипает, и выпечка получится отменной.

Миксер и блендер. Без них в наши дни сложно представить себе кухню любой хозяйки. Это настоящие помощники, чтобы быстро и легко взбить что-то для теста или измельчить, например, орехи для торта. Важно выбрать технику с достаточно высокой мощностью.

Если вам нравится украшать пироги, то лучше всего приобрести для этого разные вырубки, кулинарные плунжеры, а так же ролики для теста, чтобы делать сеточку. Все эти приспособления можно приобрести в интернет-магазинах или в магазине для кондитеров.

И главным помощником на кухне является духовка. Не важно, какая она — газовая или электрическая. Важно знать её температурный диапазон, хорошо ли она держит те или иные температуры. Если у вашей духовки нет термометра, то можно приобрести отдельный и так контролировать температуру во время приготовления.





ДОМАШНЕЕ

топлёное масло

Топлёное масло — это очень ценный продукт, который широко применяется в кулинарии. Его можно добавлять в тесто и готовить различную выпечку: она приобретает потрясающий аромат и вкус. На таком масле можно и жарить, так как у него высокая точка дымления и оно не содержит вредных продуктов. Не зря топлёное масло называют настоящим золотом: оно очень полезное и разрешено даже тем, у кого есть непереносимость лактозы. Масло обладает приятным орехово-сливочным вкусом, оно отлично дополнит ваши блюда и сделает их полезнее.

Ингредиенты

- Сливочное масло жирностью 82.5% — 500 г



Приготовление

1. Масло нарезать кусочками в сотейник или кастрюлю с толстым дном. Поставить на небольшой огонь, медленно растопить и довести до кипения. После закипания, не перемешивая масло, огонь убавить до минимального и томить его 30–40 минут. Когда пенка из мягкой и воздушной станет более плотной, а осадок на дне приобретет лёгкий карамельный цвет, масло будет готово.
2. В конце томления всю пенку аккуратно снять ложкой. Масло убрать с огня, немного остудить и перелить в чистые сухие баночки. Закрыть крышками и убрать в холодильник.
3. Из 500 г сливочного масла получается примерно 400 мл топленого.





КРАСНЫЙ ТВОРОГ

кызыл эремчек

Красный творог — один из главных ингредиентов, входящих в состав самого популярного пирога — губадия. Такой творог готовится из домашнего молока или молока с коротким сроком годности с добавлением катыка. Но за пределами Татарстана катык очень сложно найти, и многие даже о нём и не слышали. Поэтому я предлагаю приготовить такой творог из молока с ряженкой. По вкусу он ничем не уступает тому, что готовится на катыке. Творог остается таким же вкусным, слегка сладковатым, сливочным и с лёгким карамельным оттенком. Такой творог не только кладут в начинку пирога, но и подают к чаю как отдельное лакомство на небольших тарелочках.

Ингредиенты

**ВЫХОД ГОТОВОГО ПРОДУКТА
ПРИМЕРНО 300–400 ГРАММОВ**

- Молоко — 800 мл
- Ряженка — 450 мл
- Сливочное масло — 15–20 г
- Сахар — 1 ч. л.



Приготовление

1. В кастрюлю с толстым дном или казан налить молоко и довести до кипения. Как только молоко закипит, сразу влить в него всю ряженку и перемешать. Вскоре сыворотка начнёт отделяться от творога. Продолжить готовить на среднем огне до полного выпаривания сыворотки. На это уходит не более 1–1,5 часа. Периодически нужно перемешивать массу, чтобы творог не прилипал ко дну кастрюли.
2. После того как вся жидкость выпарилась, добавить масло и сахар, перемешать и продолжить готовить до полного испарения влаги. Как только это произойдет, сразу снять творог с огня.
3. Красный творог готов, когда в нём нет жидкости, но в то же время он не пересушен.
4. Готовый красный творог переложить на тарелку и хорошо остудить.
5. Для длительного хранения такого творога его лучше дополнительно подсушить в духовке.

Приятного аппетита!







Течтѣ