



## Основные блюда

В этой главе, дорогой мой читатель, вы найдете блюда, которые можно приготовить на праздничный стол. Ваши гости непременно оценят их вкус. Они настолько прижились в восточном мире, что сегодня мы готовим их и в повседневной жизни, чтобы порадовать свою семью. Они не только очень просто готовятся, но и содержат много полезных продуктов и насыщают на целый день.



# Бешбармак

Мясо, шужук и казы положите в кастрюлю, залейте холодной водой и посолите. Карта пахнет специфически, поэтому варите ее отдельно, посолив и добавив лавровый лист. Когда вода закипит, снимите пенку и убавьте огонь. В кастрюлю с колбасами положите картофель и варите полчаса на среднем огне до готовности. Затем уберите его в отдельную посуду и накройте крышкой. Колбасы варите на медленном огне еще час, после чего выньте и накройте, чтобы не остыли. Через полчаса мясо и карта тоже готовы.

Процедите бульон, половину отлейте в кастрюлю, где будете варить тесто. Туда же добавьте бульон от колбас или воду. Полную кастрюлю поставьте на сильный огонь.

Для заправки туздык лук нарежьте кольцами, выложите в сотейник, поперчите, добавьте лавровый лист, залейте бульоном и накройте крышкой. Можно или оставить так, или поставить на огонь, довести до кипения и убрать с плиты.

В оставшийся бульон, процеженный ранее, добавьте жидкий курт, или сузбе. Такой бульон называется сорпа, его подают после еды.

Для приготовления теста в холодную воду разбейте яйцо, добавьте соль и перемешайте до растворения соли. В миску просейте муку, сделайте углубление и, постепенно вливая воду, замесите тесто. Замешивайте его в течение 10 минут, потом уберите в мешочек на 30–40 минут.

Подошедшее тесто разделите на 5–6 частей, сформируйте лепешки и уберите их в целлофан. Затем из лепешек раскатайте тонкие круги и выкладывайте на хлопчатобумажное полотенце. Сверху тоже накройте полотенцем. Так складывайте их друг на друга.

В закипевший бульон кладите лепешки, можно по две штуки. Накройте крышкой и варите, пока тесто не поднимется шапкой. Сразу же снимите его: главное — не переварить. Сливайте излишки бульона и выкладывайте на блюдо, аккуратно рассоединяя. Сверху поливайте туздыком, чтобы тесто не слиплось.

Нарежьте мясо, шужук, казы и карта. По краям выложите вареный картофель, в середину — мясо и колбасы. Сверху полейте горячей заправкой.





### Совет

Мясо конины засолите за несколько дней до начала готовки. Конину можно заменить бараниной и не добавлять шужук, казы и карта. Более современный вариант – бешбармак из домашнего гуся или утки. Сейчас готовят еще и фишбармак – блюдо из красной рыбы или диетический вариант – из говядины или курицы. Бульон с сузбе в конце можно исключить. Не во всех регионах Казахстана его подают к бешбармаку, в основном только на севере и востоке страны.

- Конина — 3 кг
- Шужук — 1 шт.
- Казы — 1 шт.
- Карта — 1 шт.
- Картофель — 6–7 шт.
- Лук — 500 г
- Черный перец — ½ ст. л.
- Лавровый лист — 3 шт.
- Жидкий курт (сузбе)
- Пресное тесто — 800–900 г

# Басма

В этом блюде ингредиенты укладываются слоями в холодный казан. Первым слоем — мясо, у меня баранина на косточке с жирком и говядина. Если мясо нежирное, то выложите сначала тонко нарезанный курдюк, и только потом мясо.

Вторым слоем — лук, также можно добавить лук, смешанный с зеленью. Далее крупно нарезанные овощи: помидоры, морковь, баклажаны, сладкий перец, острый перец и картофель. Добавьте соль. Затем положите капустные листья, немного придавите руками и закройте крышкой. Теперь поставьте на средний огонь и варите 3 часа, не открывая крышку.

Басма готова. Подготовьте большое блюдо и выкладывайте также слоями. Блюдо готовится в собственном соку без добавления воды.





- Баранина на косточке — 600 г
- Филе говядины — 300 г
- Картофель — 700 г
- Сладкий перец — 400 г
- Помидоры — 450 г
- Лук — 300 г
- Морковь — 150 г
- Баклажаны — 350 г
- Капуста — 6 листов (250 г)
- Острый перец — 2 шт.
- Соль — 2,5 ст. л.
- Зелень

# Бешбармак из гуся

На 5–6 порций

Мясо желательно предварительно засолить на ночь. Это один из основных секретов вкусного бешбармака. На пятилитровую кастрюлю добавьте столовую ложку соли, если мясо соленое. В холодную воду отправьте вариться гусиное мясо, доведите до кипения на сильном огне и варите 2,5–3 часа на медленном огне.

Разделите тесто на 5–6 частей, сформируйте лепешки и уберите их в целлофан. Затем из лепешек раскатайте тонкие круги. Выкладывайте лепешки на хлопчатобумажное полотенце и сверху тоже накрывайте полотенцем, и так складывайте друг на друга.

Сваренное мясо выньте, дайте немного остыть и порежьте на крупные куски.

Приготовьте туздык. Лук нарежьте на крупные кольца, выложите в сотейник и добавьте черный перец. Бульон очистите от пенки, зачерпните его с поверхности и налейте в сотейник — это будет наша заправка туздык. Поставьте на сильный огонь и доведите до кипения. Как только закипело, снимите с огня. Так лук отдаст свой аромат бульону и останется хрустящим.

В кастрюлю долейте кипятка, при необходимости добавьте соль. Доведите до кипения и опускайте тесто в воду по одному большому кругу или по два средних. Не уменьшайте огонь, ждите, пока тесто поднимется шапкой, тогда сразу его выньте. Выложите на блюдо и аккуратно рассоедините. Полейте немного туздыка, чтобы тесто не слиплось. Далее выложите оставшееся тесто, а на него — нарезанное мясо. Снова полейте туздыком.

Бешбармак из гуся готов!





- Гусятина — 2–2,5 кг
- Пресное тесто — 500 г
- Лук (небольшого размера) — 3 шт.
- Черный перец — 1 ч. л.
- Соль — 1–2 ст. л.



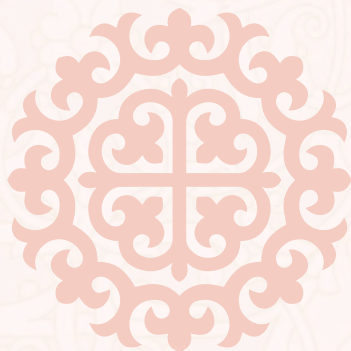
# Буглама

В холодный казан первым слоем положите курдюк, нарезанный пластинами, сверху — мясо, порубленное крупными, но не толстыми кусками. Третий слой — лук, нарезанный полукольцами. Далее кладите картофель: мелкий — целиком, крупный разрежьте пополам. Затем выложите баклажаны, нарезанные крупными кругами. Дальше идет слой сладкого перца, его необходимо очистить и разделить на 4 части. Последний слой — помидоры. Их лучше резать сразу над казаном.

Добавьте соль и сверху посыпьте зелень. Накройте крышкой и готовьте на среднем огне. Через 1,5 часа блюдо готово.

## Совет

В данном рецепте курдючный жир можно заменить обычным растительным маслом.





- Мясо — 500 г
- Картофель — 1 кг
- Лук — 250 г
- Курдюк — 90 г
- Сладкий перец — 500 г

- Баклажан — 400 г
- Помидоры — 500–600 г
- Петрушка — 1 пучок
- Соль — 2 ст. л.

# Ланфан

Мясо нарежьте соломкой и замаринуйте его в соевом соусе и крахмале, руками перемешайте и оставьте минимум на 30 минут.

Пока маринуется мясо, приготовьте овощи. Пекинскую капусту и сладкий перец нарежьте соломкой, сельдерей — брусочками, чеснок — на крупные части, лук — полукольцами. Чили можно взять целиком, а можно тоже порезать.

В казане разогрейте масло и отправьте туда мясо. Жарьте около двух минут. Затем добавьте лук и жарьте еще 3–4 минуты. Теперь выложите сельдерей, затем пекинскую капусту и сладкий перец. Все овощи жарьте по 2–3 минуты. Добавьте томатную пасту и все приправы, включая соль, чеснок и чили. Все перемешайте. Залейте горячую воду чуть ниже уровня жарки. Поставьте на самый медленный огонь и тушите 30 минут.

Блюдо готово! В качестве гарнира подайте рассыпчатый рис.

## Совет

Сычуаньский перец хаджо — один из основных компонентов, который отличает лагман. Именно он придает блюду неповторимый пряный вкус. Если вам будет трудно найти хаджо в чистом виде, поищите готовые наборы специй для лагмана, там этот перчик будет наверняка.





- Мясо — 300 г
- Крахмал — 1 ст. л.
- Соевый соус — 2 ст. л.
- Лук — 180 г
- Сельдерей — 70–100 г
- Сладкий перец — 200 г
- Пекинская капуста — 100 г
- Растительное масло — 70 мл
- Чеснок — 3 зубчика
- Чили — 1 шт. (или ½ шт.)
- Томатная паста — 2 ст. л.
- Соль — 2 ч. л.
- Паприка — 1 ч. л.
- Хаджо — 1 ч. л.
- Бадьян — 1 звездочка
- Молотый белый перец — 1 ч. л.

# Гуйру-лагман

Лапша для лагмана готовится так. В холодную воду добавьте соль, яйцо и перемешайте. Постепенно добавляя жидкость, замесите тесто. Месите тесто около 10 минут, затем уберите в целлофан и дайте отдохнуть. Через 40 минут снова вымесите и уберите в мешочек на 20 минут.

Раскатайте тесто в круг толщиной около 1,5 см. Смажьте растительным маслом и нарежьте на полосы шириной 1,5–2 см. Сложите их друг на друга и промажьте маслом сухие места. Уберите смазанные жгуты теста в целлофан и дайте пропитаться. Сформируйте не слишком тонкие жгутики. Блюдо смажьте маслом и выложите заготовки спиралькой, смазывая их сверху. Накройте или уберите в целлофан, чтобы не обветрились.

Когда жгуты будут готовы, начинайте вытягивать лапшу: одной рукой скатываете, другой тянете. В кастрюле вскипятите воду, посолите и опустите туда 3–4 связки. Варите, не уменьшая огонь, 4–5 минут. Дуршлагом выньте лапшу и опустите в холодную воду на несколько секунд, чтобы не слиплась.

Теперь готовим гуйру-лагман. Замаринуйте мясо. Нарежь-

те его тонкими крупными кусочками, посолите, поперчите, добавьте треть яйца, крахмал, соевый соус и немного воды, все перемешайте и оставьте мариноваться на 1–1,5 часа.

Капусту нарежьте на квадраты, помидоры — кубиками, болгарский перец — средними квадратиками, фасоль и сельдерей — средними кусочками, лук — полукольцами. Чеснок, острый перец и имбирь мелко нарубите.

В сковороду налейте масло, раскалите и жарьте мясо до корочки 2–3 минуты. Добавьте лук и также хорошо обжарьте. Влейте пару ложек соевого соуса и все перемешайте. Выложите сельдерей, посолите, добавьте томатную пасту и обжаривайте две минуты, не убавляя огонь. Выложите капусту и готовьте еще пару минут. Добавьте фасоль и, перемешивая, жарьте еще две минуты. Выложите помидоры, болгарский перец, чеснок, острый перец, имбирь, хаджо и черный перец и обжаривайте еще 5 минут.

В самом конце добавьте 300 мл кипятка и тушите на слабом огне около 12 минут.



- Мясо — 300 г
- Лук (среднего размера) — 1 шт. (200 г)
- Красный болгарский перец — 3 шт.
- Пекинская капуста — 200 г
- Сельдерей — 70 г
- Стручковая фасоль (джандо) — 100 г
- Помидоры — 250 г
- Соевый соус — 2 ст. л.
- Томатная паста — 1 ст. л.
- Имбирь — 10 г
- Острый перец — 1 шт.
- Чеснок — 4 зубчика
- Соль — 2 ч. л.
- Хаджо — 1 ч. л.
- Черный перец — 1 ч. л.
- Растительное масло — 100 мл

### Для маринада:

- Соль — 0,5 ч. л.
- Черный перец — 1/3 ч. л.

- Крахмал — 1 ст. л.
- Яйцо — 1/3 шт.
- Соевый соус — 1 ст. л.
- Вода — 2 ст. л.

### Для лапши:

- Мука — 500 г
- Холодная вода — 150 мл
- Яйцо — 1 шт.
- Соль — 1 ч. л.
- Растительное масло для смазывания

### Совет

Если не нашли хаджо в чистом виде, попробуйте посмотреть готовые наборы специй для лагмана. Как правило, в них присутствует хаджо.

# Даянджи

Вначале замаринуйте разделанную на средние куски курицу в соевом соусе и крахмале. Перемешайте руками и оставьте минимум на 30 минут.

За это время нарежьте овощи: сладкий перец — квадратами, лук — полукольцами, сельдерей — брусочками, картофель — дольками.

В казане нагрейте масло и всыпьте сахар, он должен полностью растаять. Затем выложите курицу и обжаривайте на сильном огне 3–4 минуты, нам необходимо получить красивую корочку. Слейте излишки масла и добавьте лук, жарьте также где-то три минуты. Теперь очередь сельдерея и картошки. Немного обжарьте и добавьте сладкий перец. Все ингредиенты жарьте по 3–4 минуты на сильном огне. Добавьте томатную пасту и все приправы, включая соль. Залейте все кипятком и доведите до кипения на сильном огне. Затем накройте крышкой и оставьте тушиться на медленном огне на 30 минут.

Готовую лапшу удон опустите в кипяток на несколько секунд и выложите на блюдо. Сверху разложите курицу с овощами и полейте подливкой.

