

# Содержание

## **Хлеб и лепешки**

Хачапури по-аджарски (лодочка) . . . . .	12
Хачапури по-мегрельски . . . . .	16
Пиде . . . . .	20
Пита . . . . .	24
Ламаджо . . . . .	28
Хычин . . . . .	32
Самса . . . . .	36
Слоеное тесто . . . . .	40
Хлеб (матнакаш) . . . . .	42
Жингялов хац . . . . .	46

## **Закуски**

Бастурма . . . . .	52
Сыр панир . . . . .	56
Закуска из баклажанов . . . . .	60
Сырные корзинки . . . . .	62
Пхали . . . . .	64
Цицак . . . . .	66
Сало . . . . .	68
Говяжий язык . . . . .	70
Сациви . . . . .	72

## **Первые блюда**

Харчо . . . . .	78
Хаш . . . . .	82
Шулюм . . . . .	86
Спас (танов апур) . . . . .	90
Фасолевый суп с домашней лапшой . . . . .	94
Суп Кололак . . . . .	98

## **Основные блюда**

Толма с виноградными листьями . . . . .	104
Постная толма (пасуц толма) . . . . .	108
Летняя толма . . . . .	112
Жаркое в тыкве . . . . .	116
Чанахи . . . . .	120

Хапама (сладкий плов в тыкве) . . . . .	124
Хинкали . . . . .	126
Чахохбили . . . . .	130
Жижиг-галнаш . . . . .	134
Хохоп . . . . .	138
Эчмиадзинская кюфта . . . . .	140
Ишли кюфта (киббе) . . . . .	144
Запеченная баранья нога . . . . .	148
Люля-кебаб . . . . .	150
Плов . . . . .	154
Ачма . . . . .	158
Хашлама . . . . .	162
Оджахури . . . . .	166
Ишхан (форель) в лаваше . . . . .	170
Айлазан . . . . .	172
Ариса . . . . .	174
Тжвжик . . . . .	178
Цыпленок тапака . . . . .	180
Чакапули . . . . .	184

## **Сладости и выпечка**

Пахлава . . . . .	190
Гата . . . . .	194
Чурчела . . . . .	198
Шакар-локум . . . . .	202
Халва . . . . .	204
Микадо . . . . .	206
Вяленая хурма . . . . .	210
Слойки с сыром . . . . .	212
Блины с мясом . . . . .	214
Арахис в карамели (козинаки) . . . . .	218
Профитроли . . . . .	220

## **Соусы и закрутки**

Ткемали . . . . .	224
Аджика . . . . .	228
Огурцы маринованные . . . . .	230
Помидоры маринованные . . . . .	232
Варенье из тыквы . . . . .	234
Хавиар (баклажанная икра) . . . . .	236



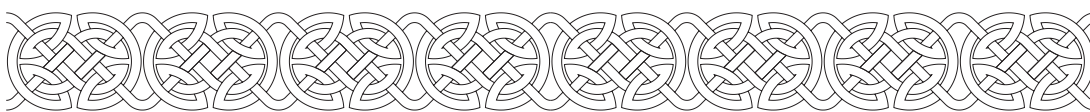
## *Дорогие друзья!*

*Добро пожаловать в мой мир. В мир, где пахнет домом и уютом, где двери всегда открыты для родных и друзей, где столы сгибаются от вкуснейших блюд.*

*С особым трепетом я начинаю свою первую книгу. Для меня это целая жизнь, то, чем я наполнена. Я заново окунулась в детство, где по утрам слышен запах свежего хлеба, где тепло маминых рук.*

*Это не просто книга рецептов, это многовековые традиции, быт и жизнь людей, которые веками передавались из поколения в поколение.*

*Давайте вместе разгадаем секрет долголетия и откроем для себя этот таинственный и загадочный Кавказ.*



## Полезные советы

- 1 Чтобы бульон получился более насыщенным по вкусу, мясо необходимо положить в холодную воду и доводить жидкость до кипения вместе с мясом. Таким образом, мясо постепенно отдаст в готовящийся бульон свои вкусовые качества.
- 2 Чтобы при варке мясо получилось более сочным и вкусным, его необходимо класть в уже кипящую воду. Такой метод варки также помогает предотвратить появление пены.
- 3 Прежде чем жарить котлеты, мясо или рыбу, да в принципе любые продукты, необходимо разогреть сковороду на сильном огне, затем добавить масло на горячую сковороду и только после этого жарить продукты с обеих сторон по 1–3 минуты с каждой стороны. Затем можно убавить нагрев и довести продукт до готовности при более низкой температуре
- 4 Жесткое мясо при варке или тушении станет мягким, если в жидкость для тушения добавить немного уксуса.
- 5 Чтобы однородно развести муку в воде, необходимо небольшое количество воды добавить в муку и размешать венчиком, а не наоборот.
- 6 Если бульон пересолен, его можно спасти с помощью мешочка с рисом. Пару горстей риса необходимо завернуть в чистую марлю, сложенную в несколько слоев, завязать, опустить мешочек с рисом в бульон и варить 5–7 минут. Рис заберет в себя лишнюю соль из бульона.





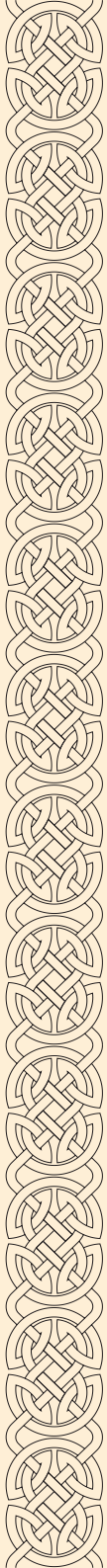
- 7 Зелень дольше останется свежей в холодильнике, если положить ее в банку и плотно закрыть крышкой.
- 8 Молоко при кипячении не убежит, если смазать края кастрюли жиром.
- 9 Чтобы дрожжевое тесто быстрее подошло, его можно поместить в духовой шкаф или мультиварку при 30 °С.
- 10 Если в контейнер с хлебом положить свежее яблоко, хлеб дольше останется мягким.
- 11 На томатной пасте не появится плесень, если сверху залить ее тонким слоем растительного или оливкового масла.
- 12 Рыба при жарке не будет скручиваться, если перед приготовлением сделать на коже филе неглубокие надрезы.
- 13 Чтобы авокадо быстрее поспело, заверните его в бумагу вместе с бананом или яблоком.
- 14 Мягкое липкое тесто проще раскатать между двумя слоями пергаментной бумаги.
- 15 Дрожжи следует разводить в воде, температура которой варьируется от 20–40 градусов. Ниже 20 °С процесс замедляется, а при высокой температуре дрожжевые грибки погибают.
- 16 Если в тесто для блинов или оладьев влить небольшое количество растопленного сливочного или растительного масла, их можно выпекать и на сухой сковороде.











# Хлеб и лепешки

Аромат свежеепеченного хлеба, доносящийся из кухни рано утром, ничего не заменит. Это аромат заботы и любви. Тепло свежего хлеба напоминает о тепле материнских рук. И потому устоять невозможно, чтобы не потрогать свежий хлеб. Пожалуй, ни разу в детстве мне не удалось донести до дома хлеб из пекарни, не отщипнув ни кусочка.





# Хачапури по-аджарски (лодочка)

Единого рецепта хачапури не существует. Название «хачапури» состоит из двух слов «хача» и «пури», что по-грузински значит «творог» и «сыр».

Знаменитая лодочка хачапури по-аджарски с золотым желтком по центру покорила весь мир и является официальным символом Грузии.

По традиции, тесто для хачапури замешивают на домашнем мацони, но вполне допустимо заменить мацони кефиром или даже молоком.

Традиционно для приготовления хачапури используют молодой имеретинский сыр. Из имеретинского сыра варят сулгуни, так что в начинке можно использовать сулгуни или смесь сулгуни и творога, чтобы получить тот же вкус и текстуру.

Я использую быстрый рецепт теста и начинки, чтобы как можно чаще печь для своих близких их любимые хачапури по-аджарски.

## ИНГРЕДИЕНТЫ НА 4 ШТ.:

### Тесто:

½ ст. л. соли  
1 ч. л. сухих дрожжей  
1 ч. л. сахара  
20 мл растительного масла  
500 мл воды  
+/- 700 г муки

### Начинка для хачапури:

500 г сыра сулгуни  
4 яйца + 1 на обмазку  
100 г сливочного масла + 40 г  
для подачи







## ПРИГОТОВЛЕНИЕ:

- 1** Муку просеять в большую миску, добавить остальные ингредиенты для теста и замесить. Тесто должно получиться мягким, чуть липнущим к рукам.
- 2** Накрывать тесто чистым полотенцем или пищевой пленкой и оставить подходить в теплом месте. Тесто должно увеличиться в объеме в два раза.
- 3** Подошедшее тесто обмять. Разделить на 4 части, подкатать в шары и дать постоять в тепле еще минут 15.
- 4** Сулугуни натереть на крупной терке. В миске смешать сулугуни и мягкое сливочное масло.
- 5** Раскатать каждый шар теста в круглую лепешку толщиной 3 мм.
- 6** По противоположным краям выложить  $\frac{1}{2}$  – 1 столовую ложку начинки и завернуть края с начинкой к центру, чтобы создать объемный бортик. Соединить и защипнуть концы, придавая хачапури форму лодочки.
- 7** Перенести лодочку на противень, застеленный бумагой для выпекания. Смазать бортики яйцом. В центр выложить 2–3 столовые ложки начинки и равномерно распределить.
- 8** Оставить подойти при комнатной температуре на 10–20 минут.
- 9** Выпекать в заранее разогретой до 220 °С духовке до румяной корочки примерно 20 минут.
- 10** За пять минут до готовности в сыре сделать углубление и добавить в центр яйцо. Вернуть в духовку еще на 2–3 минуты.
- 11** Перед подачей выложить в центр горячего хачапури кусочек сливочного масла.





02

## Хачапури по-мегрельски

Хачапури по-мегрельски — это закрытый пирог с щедрой порцией сырной начинки, запеченный под ароматной сырной корочкой.

Этот вид грузинского хачапури идеально подходит для того, чтобы сделать несколько лепешек впрок и в течение нескольких дней давать по кусочку близким с собой на работу, в школу, в дорогу.

Даже тесто для хачапури по-мегрельски можно замесить накануне и оставить подходить на ночь в холодильнике. Ведь при раскатывании вся пышность из него уйдет под давлением скалки. Сдается мне, что самые практичные люди на Кавказе родом из Мегрелии.

### ИНГРЕДИЕНТЫ НА 4 ШТ.:

½ ст. л. соли  
1 ч. л. сухих дрожжей  
1 ч. л. сахара  
20 мл растительного масла  
500 мл теплой воды  
+/- 700 г муки

### Начинка для хачапури:

500 г сыра сулгуни  
2 яйца  
150 г сливочного масла