

повар и поваренок



# ТАТАРСКАЯ КУХНЯ



ЭКСМО



[www.kuhnjatv.ru](http://www.kuhnjatv.ru)

повар и поваренок



# Татарская кухня



Москва



ЭКСМО

2012

## Опытный Повар и его помощник Поваренок,

как всегда, рады вам помочь и сделать ваше времяпрепровождение на кухне комфортным и интересным, и для удобства дают опознавательные знаки возле каждого рецепта.



этим значком обозначается степень сложности. Такое блюдо может приготовить новичок, оно легкое и незатейливое.



тут придется потратить немного времени и приложить чуть больше усилий.



блюдо требует внимания и терпения, а также некоторого опыта.



это, скорее всего, трудоемкий рецепт, приготовление которого потребует от вас как времени, так и мастерства. Но не стоит бояться! Нет такого рецепта, который вы не смогли бы приготовить!



это количество порций, которое вы сможете приготовить из данных ингредиентов.



этим значком мы обозначили для вас вегетарианские блюда.

50 мин

такое время необходимо для приготовления блюда.

450 ккал

столько калорий содержится в блюде.



# СОДЕРЖАНИЕ

4. Салат из белокочанной капусты, лука и яиц
5. Салат из зеленого лука с яйцами
6. Рубленая зелень с яйцами и катыком
7. Салат из баранины
8. Калжа (отварное мясо)
9. Шулпа (бульон)
10. Окрошка по-татарски
12. Чумар по-татарски
13. Солянка по-казански
14. Гороховый суп с домашней лапшой
15. Тутырма из баранины и картофеля
16. Азу по-татарски с картофелем
17. Баранина, запеченная со сладким перцем и кислым молоком
18. Клецки из телятины в соусе
19. Биточки по-татарски
20. Тулма (голубцы)
21. Чак-чак
22. Губадия
23. Кыстыбый с картофелем
24. Коймак (оладьи)
25. Баурсак
26. Эчпочмаки
27. Перемячи с мясом
28. Трехслойный катлыпаштет
29. Чибрики с вареньем или джемом
30. Шербет из урюка
31. Чай по-татарски







## САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ, ЛУКА И ЯИЦ

150 г белокочанной капусты  
1 луковица  
2–3 яйца  
3 ст. л. растительного масла

зелень петрушки  
сок 1/2 лимона  
черный молотый перец  
соль



784 ккал 20 мин



Чтобы удобнее было  
обминать капусту,  
воспользуйтесь  
глубокой посудой.

Белокочанную капусту нарезать соломкой и перетереть с солью так, чтобы появился сок. Мелко нарезать репчатый лук, сваренные вкрутую яйца нарезать кружками, соль, масло, лимонную кислоту и перемешать. Сверху посыпать измельченной зеленью петрушки.

# САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ЛУКА С ЯЙЦАМИ

1 пучок зеленого лука

3 яйца

4 ст. л. растительного масла

1 ст. л. виноградного уксуса

соль



899 ккал 20 мин

Зеленый лук обмыть холодной водой, обсушить и мелко нарезать. Яйца сварить вкрутую и нарезать кубиками. Перед самой подачей на стол салат заправить уксусом, посолить, полить растительным маслом.



Виноградный уксус вполне можно заменить на яблочный или обычный с добавлением сока лимона.

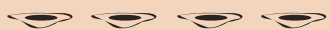




## РУБЛЕНАЯ ЗЕЛЕНЬ С ЯЙЦАМИ И КАТЫКОМ

500 г шпината  
500 г мелко нарезанного  
зеленого лука  
6 яиц  
3 ст. л. молока

500 г пряной зелени  
(петрушки, кинзы, мяты)  
100 г топленого сливочного  
масла  
250 мл катыка



1730 ккал 30 мин

В глубокой сковороде растопить масло, перекалить его, обжарить последовательно всю зелень, начиная с нейтральной и заканчивая пряной, так, чтобы она слегка осела. Влить в эту массу яйца, предварительно взбитые с молоком, быстро и равномерно перемешать их с зеленью и обжарить. Затем полить полученное блюдо катыком.



Если нет катыка –  
не проблема!  
Просто замените  
его айраном или  
кефиром.



# САЛАТ ИЗ БАРАНИНЫ

300 г вареной баранины  
2–3 клубня картофеля  
1 морковь  
2 свежих огурца  
1 луковица

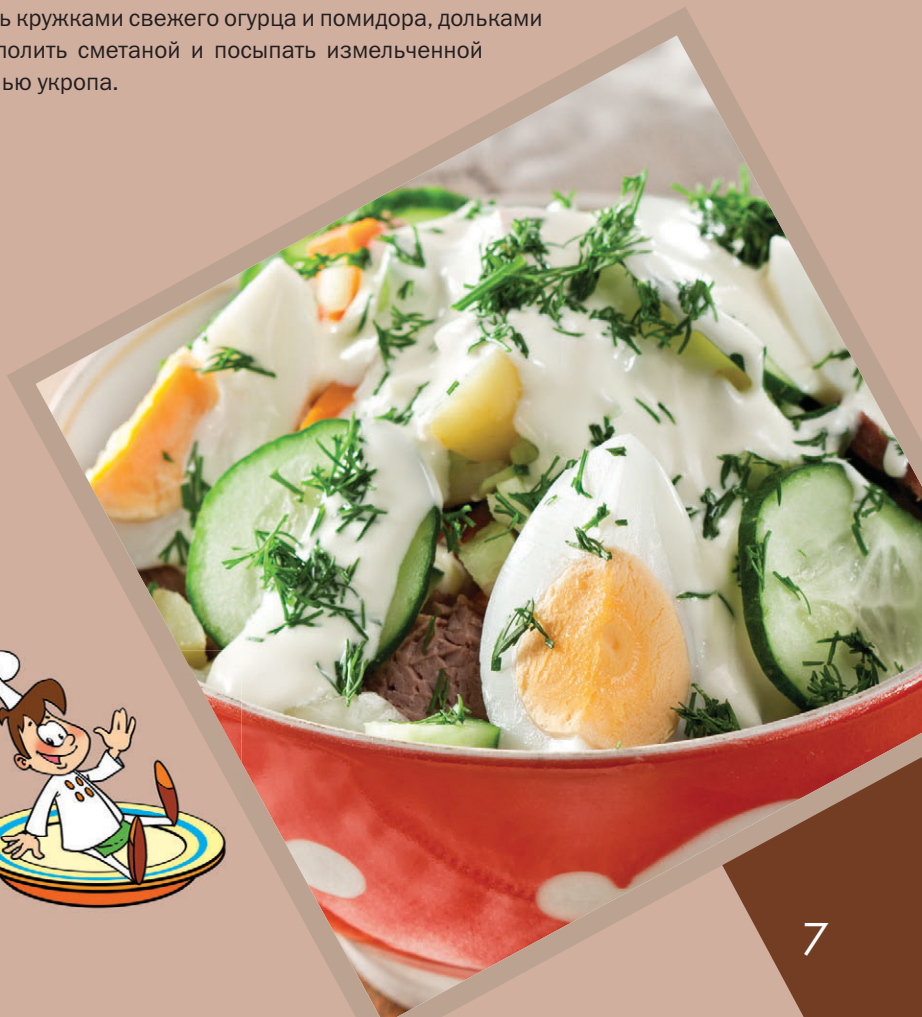
2 яйца  
150 г сметаны  
пучок укропа  
черный молотый перец  
соль



Чтобы отварной картофель в мундире легко очистился, опустите клубни на 1 минуту в очень холодную воду.



Картофель и морковь по отдельности отварить в кожуре, очистить и нарезать кубиками. Мясо отварить и нарезать тонкими кусочками огурцы, репчатый лук мелко нарубить. Сваренные вкрутую яйца очистить и нарезать дольками. Подготовленные продукты смешать, посолить и поперчить. Затем уложить горкой в салатник, украсить кружками свежего огурца и помидора, дольками яиц, полить сметаной и посыпать измельченной зеленью укропа.







## КАЛЖА (ОТВАРНОЕ МЯСО)

1 кг мяса (грудинки и покромки  
говядины или корейки  
и грудинки баранины)  
любые овощи для гарнира

лавровый лист  
черный перец горошком  
соль



2100 ккал 2 часа

Мясо с костью нарезать кусками по 75–100 г, положить в кастрюлю, залить горячей водой и поставить на огонь. Когда закипит, добавить соль, черный перец горошком и довести до готовности, затем положить лавровый лист и проварить еще 2–3 мин. Готовую калжу вынуть шумовкой и положить горкой в тарелку.



В качестве гарнира можно подать соленые огурцы и помидоры, квашеную капусту, маринованный лук.

# ШУЛПА (бульон)

1 кг мяса  
3–4 л воды  
1 луковица  
1 морковь

небольшой кусочек корня  
петрушки  
соль



2210 ккал 3 часа

Мясо обмыть, нарезать на куски весом 300–400 г, положить в кастрюлю, залить холодной водой, накрыть крышкой и поставить на сильный огонь, чтобы вода быстрее закипела. После закипания регулировать нагрев так, чтобы не было бурного кипения, иначе бульон станет мутным. Пену, появляющуюся при кипении, нужно время от времени снимать. Если пена уже осела, нужно добавить холодной воды — тогда пена всплывет. После снятия пены дать бульону еще раз закипеть. Жир, всплывший на поверхность, нужно осторожно удалить и затем использовать для обжаривания лука и корней. После того как пена снята, добавить в бульон очищенные и разрезанные пополам овощи и коренья. Когда они сварятся, вынуть из бульона. Мясо варить 1,5–2 ч, за 20–30 мин до окончания варки добавить соль. Сваренное мясо выложить в отдельную посуду, шулпу процедить через дуршлаг или частую марлю. Готовое мясо можно использовать для приготовления вторых блюд.

Мясную шулпу можно подавать отдельно, с выпечными изделиями или использовать для приготовления различных супов с крупой, лапшой или овощами.



# ОКРОШКА ПО-ТАТАРСКИ

10

350 мл хлебного кваса

1 яйцо, сваренное вкрутую

100 г отварной говядины

пучок зеленого лука

100 мл катыка

щепотка сахара и соли

1 ч. л. горчицы

рубленный лед



470 ккал 30 мин

1. Тщательно растереть яичный желток (белок оставить), перемешать его с горчицей и добавить сахар по вкусу. Получившуюся смесь положить в квас и поставить в холодильник.
2. Мелко порезать зеленый лук и растереть его с солью.
3. Заранее охлажденную отварную говядину, яичный белок и огурцы порезать тонкими длинными полосками.
4. Перемешать лук и нарезанные продукты с заготовленным квасом, посолить и поставить охлаждаться.
5. Подавая на стол, посыпать нарезанным укропом. Отдельно подается айран или катык и рубленный лед.











## ЧУМАР ПО-ТАТАРСКИ



1,5 л готового прозрачного  
мясного или мясокостного  
бульона из баранины  
или говядины  
2 яйца

100 г пшеничной муки  
30 г моркови  
1 луковица  
перец горошком, соль



5900 ккал 1 час

Для приготовления клецек насыпать горкой в подходящую посуду просеянную муку, сделать в ней углубление. Выпустить в муку яйцо, положить соль и постепенно влить туда 40 мл холодного бульона, замешивая тесто. Оно должно получиться достаточно жидким, по консистенции похожим на густую сметану и хорошо вымешанным, однородным. Бульон влить в кастрюлю, поставить на огонь и довести до кипения. Добавить перец горошком, соль, очищенную и нарезанную толстыми кружочками морковь и очищенный репчатый лук целой головкой. Отделяя ложкой от приготовленного теста небольшие кусочки (величиной примерно с лесной орех), класть их в кипящий бульон. Варить при постоянном помешивании.



# СОЛЯНКА ПО-КАЗАНСКИ

по 25 г отварных говядины,  
баранины, почек  
1 луковица  
2 соленых огурца  
10–15 г топленого масла  
25–30 г чернослива

1 ст. л. сметаны  
50 мл катыка  
1 ст. л. томатной пасты  
300 мл мясокостного бульона  
10 г листиков свежей мяты  
перец горошком, соль

!!  1200 ккал 20 мин

Отварное мясо и почки нашинковать мелкой соломкой. Лук нарезать тонкими кольцами и отдельно спассеровать на разогретой с топленным маслом сковороде. С соленых огурцов срезать кожицу, удалить семена и нарезать мякоть длинными полосками. Затем припустить их в маленькой кастрюле. Отдельно спассеровать томатную пасту. Чернослив тщательно промыть и замочить в горячей воде, затем освободить от косточек. Процеженный бульон перелить в кастрюлю, туда же положить подготовленные продукты, перец горошком, соль. Все прокипятить в течение 10–15 мин. Готовый суп должен быть густой консистенции.



Подавать солянку по-казански в глубоких тарелках, со сметаной или катыком, посыпать мелко нарубленными листиками мяты.





## ГОРОХОВЫЙ СУП С ДОМАШНЕЙ ЛАПШОЙ



200 г мяса  
80 г гороха  
50 г домашней лапши

1 луковица  
10–15 г топленого масла  
соль по вкусу



960 ккал 1 час

Сварить мясной бульон, процедить его. Сварить в отдельной посуде горох.

После того как он будет готов, ввести в бульон, добавить нарезанный небольшими ломтиками лук, соль. Довести все до кипения и через 5 мин положить домашнюю лапшу, нарезанную кубиками и ромбиками.

Если суп не мясной, то лук можно спассеровать. В этом случае закладывать его в суп нужно перед домашней лапшой.

Подавать порционно, в тарелках, с катыком.



# ТУТЫРМА ИЗ БАРАНИНЫ И КАРТОФЕЛЯ

1 кг мякоти мяса  
5–6 клубней картофеля  
2–3 луковичы

200–300 мл холодного мясного  
бульона  
черный молотый перец  
соль

!!  
• • 2800 ккал 2 часа

**Ж**ирную баранину нарезать мелкими кубиками или нарубить на доске. В рубленое мясо добавить нарезанный мелкими кубиками картофель, репчатый лук, соль, черный молотый перец, немного холодного мясного бульона и, тщательно перемешав, начинить подготовленную кишку, завязать. Начинка для тутырмы должна быть жидкой. Сварить подготовленную тутырму в кипящей соленой воде, проколов ее иглой в 3–4 местах.

**В**ремя варки примерно 1–1,5 ч. Подавать готовую тутырму в горячем виде, нарезав кружочками толщиной в 3–4 см.







## АЗУ ПО-ТАТАРСКИ С КАРТОФЕЛЕМ



1 кг мякоти говядины или  
баранины  
6-7 клубней картофеля  
2 луковицы  
4 свежих помидора  
2 ст. л. томатной пасты  
100 г жира  
3 соленых огурца

1 ч. л. сахара  
3-4 зубчика чеснока  
2 лавровых листа  
3 горошины душистого перца  
пучок укропа или 70 г зелени  
петрушки  
черный молотый перец  
соль



3200 ккал 20 мин

Мясо нарезать мелкими кубиками или брусочками (по 15–20 г) и обжаривать на растительном масле до румяной корочки. В почти готовое мясо положить обжаренный картофель и через 2–3 мин — очищенные от кожицы и крупных семян ошпаренные соленые огурцы, нарезанные ромбиками.

После того как огурцы проварятся 8–10 мин, в азу добавить нарезанные дольками свежие помидоры и довести до кипения.

Готовое азу заправить рубленым чесноком, растертым с зеленью петрушки.



# БАРАНИНА, ЗАПЕЧЕННАЯ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ И КИСЛЫМ МОЛОКОМ

1 кг баранины  
пучок зеленого лука  
2 сладких болгарских перца  
100–120 г растопленного

сливочного масла  
250 мл кислого молока  
3 яйца  
перец красный молотый, соль



3700 ккал 1 час

Нарезать кусочками мясо молодой баранины от задней ножки и положить в глиняную обливную посуду или на противень. Прибавить, предварительно мелко нарезав, стебли зеленого лука и сладкий перец, а также растопленное сливочное масло. Поставить в духовку и запечь. Затем посолить, посыпать 1 ч. л. красного молотого перца и влить немного воды. Когда мясо будет готово, залить его кислым молоком, взбитым с яйцами и солью по вкусу. Вторично запечь в горячей духовке.





## КЛЕЦКИ ИЗ ТЕЛЯТИНЫ В СОУСЕ



700 г телятины  
75 г пшеничного хлеба  
350 мл молока  
1–2 яйца  
50 г сливочного масла

500 г белого соуса с яичными  
желтками, томатного  
или сметанного соуса  
зелень, мускатный орех  
черный молотый перец, соль



3700 ккал 1 час

Мякоть телятины пропустить 2 раза через мясорубку, добавить пшеничный хлеб (без корок), размоченный в молоке, 1 сырое яйцо и, все перемешав, пропустить еще раз через мясорубку.

Массу положить в посуду и выбить ее, добавляя понемногу молоко. С последней порцией молока положить в массу соль (10 г на 1 кг массы), немного мускатного ореха и черного молотого перца. После этого массу протереть через сито и тщательно смешать с размягченным сливочным маслом.

Разделать массу на клецки при помощи двух столовых ложек и сварить их в подсоленном бульоне. Сваренные клецки залить белым соусом с яичными желтками, сметанным или томатным соусом из свежих помидоров.

При подаче посыпать зеленью петрушки или укропом.





# БИТОЧКИ ПО-ТАТАРСКИ

500 г говядины  
100 г пшеничного хлеба  
150 мл кислого молока  
1 луковица  
3 яйца  
50 г ядер грецких орехов

50 г изюма без косточек  
зелень петрушки или укропа  
2 ст. л. молотых белых сухарей  
60 г топленого масла  
черный молотый перец  
соль



2600 ккал 1 час



Приготовить котлетную массу из жирной говядины или баранины с добавлением сырого репчатого или зелено-го лука, яйца, молотого черного перца, рубленых ядрышек грецких орехов, промытого и ошпаренного кипятком изюма и измельченной зелени петрушки или укропа. Массу перемешать и разделить на небольшие колобки, панировать их в пшеничной муке, смочить в сыром взбитом яйце и снова панировать в молотых сухарях, после чего зажарить на сковороде или противне с жиром.

**Совет:** Готовые битки подать с отварным или жареным картофелем, с отварной фасолью в томате, стручками фасоли в масле, с пюре из картофеля, фасоли или с рассыпчатой рисовой или пшеничной кашей. К биткам можно подать острый томатный соус.

Подавать теплыми.







## ТУЛМА (ГОЛУБЦЫ)



1 кочан капусты  
250 г фарша из баранины  
2 ч. л. риса  
1 луковица  
4 ст. л. растительного масла  
2–3 лавровых листа  
соль, свежемолотый черный  
перец

### Соус:

1 луковица  
100 г топленого масла  
1 помидор  
1 морковь  
2 ст. л. сметаны  
2 ст. л. томатной пасты

Вместо риса вполне  
подойдет пшеничная  
крупка, тогда нужно  
будет взять 3 ст. л.



2800 кал 1, 5 часа

Кочан обмыть, снять верхние поврежденные листья. Снять листья (чистые внутренние), срезать заглубевшие части и опустить на 10 мин в кипящую подсоленную воду, затем откинуть на дуршлаг и дать воде стечь. Если на листьях остались твердые части, отбить их до мягкости.

Фарш посолить, поперчить, добавить измельченный лук и тщательно перемешать. Рис хорошо промыть и добавить к фаршу, еще раз все перемешать.

Растопить масло, положить нарезанный лук, морковь, помидоры или томатную пасту и поставить на огонь, через некоторое время добавить воду, соль, сметану, перец и варить 10–15 мин.

На каждый из листов капусты положить немного начинки и завернуть в виде голубца. Голубцы поджарить на растительном масле, затем переложить в сотейник, залить соусом и готовить 30–40 мин, за 5 мин до готовности добавить лавровый лист.

# ЧАК-ЧАК

1 кг муки  
10 яиц  
10 мл молока  
1 ст. л. соли  
1 ст. л. сахара

1 ст. л. растительного масла

## Глазурь:

200 мл меда  
100 г сахара  
50 г сахарной пудры



2800 кал 1, 5 часа

Яйца взбить, добавить молока, 1 ст. л. сахара, соль, все хорошо перемешать, добавить муку и замесить тесто. Разделить тесто на кусочки и раскатать их в жгуты толщиной 1 см. Готовые жгуты нарезать на небольшие кусочки и скатать их в небольшие шарики.

В сотейнике разогреть масло и обжарить в нем шарики из теста до золотистого цвета. Как только шарики будут готовы, выложить их на бумажные полотенца, чтобы убрать лишнее масло.

В отдельной кастрюле разогреть мед, всыпать 100 г сахара, все хорошо перемешать. Нагреть около 1–2 мин.

Готовые шарики уложить в глубокую посуду или форму, полить медом и хорошо перемешать, чтобы все шарики покрылись сладкой глазурью.

Оставить чак-чак на некоторое время для пропитки.



Перед перемешиванием чак-чака для пропитки лучше намочить руки холодной водой.





## ГУБАДИЯ



1 кг дрожжевого теста  
900 г баранины  
500 г творога  
200 г сахара  
2 л молока

100 г топленого масла  
300 г риса  
200 г изюма  
300 г топленого масла  
6 яиц



9500 кал 2 часа

В кастрюлю выложить творог, молоко и сахар, тщательно перемешать и варить на медленном огне, постоянно помешивая, пока тесто не превратится в желтую мягкую массу, состоящую из небольших крупинок. Яйца сварить вкрутую и нарубить.

Мясо пропустить через мясорубку вместе с луком или мелко нарубить, поджарить до полной готовности на сковороде, посолить и поперчить.

Рис отварить до готовности.

Тесто разделить на две части и раскатать в лепешки. Дно формы для выпекания смазать маслом, выложить один пласт теста, смазать маслом, на него выложить начинку слоями: творог, рис, яйца, мясной фарш, рис, изюм. Все полить растопленным маслом, закрыть вторым пластом теста, смазать поверхность маслом. Выпекать в духовке 1 час.





# КЫСТЫБЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ

1 кг дрожжевого теста  
6–7 клубней картофеля  
3–4 луковицы  
250–300 г сливочного  
или топленого масла

200–250 мл молока  
7–8 яиц  
черный молотый перец  
соль



820 ккал 1,5 часа

Картофель очистить, тщательно вымыть, сварить в подсоленной воде и, слив воду, подсушить. Затем добавить теплое молоко, растопленное горячее сливочное или топленое масло, соль, черный молотый перец и измельченный обжаренный репчатый лук. Все хорошо перемешать и охладить.

Готовое пресное тесто разделить на куски примерно по 75–80 г, раскатать из них тонкие круглые лепешки и выпечь, переворачивая, на раскаленной сухой сковороде до образования румяной корочки. Готовые лепешки плотно завернуть в полотняную салфетку, чтобы они не остыли.

Начинить изделия: на одну половину лепешки положить картофельную начинку, согнуть лепешку пополам и закрыть начинку второй половиной. Лепешки обязательно должны быть горячими, иначе они будут ломаться при сгибании. Поверхность лепешек смазать взбитым яйцом, положить их на смазанный сливочным маслом противень и поставить в духовку на 10–15 мин.

Подавать в горячем виде, отдельно подать растопленное сливочное или топленое масло.





## КОЙМАК (ОЛАДЬИ)



300 г гречневой муки  
400 г пшеничной муки  
700 мл молока  
4 яйца

3 ст. л. сахара  
1 пакетик быстрых дрожжей  
1 ч. л. соли



270 ккал 40 мин

В теплой воде или молоке развести дрожжи, соль и процедить через сито или марлю. В эту смесь высыпать просеянную пшеничную муку, хорошо перемешать и поставить в теплое место для брожения. В готовую опару добавить сахар, яйца, гречневую муку и замесить тесто. В процессе брожения несколько раз перемешать тесто. Наполнить кабачки фаршем. Уложить на смазанный маслом противень, залить соусом, посыпать сыром, сбрызнуть маслом и запечь.



# БАУРСАК

500 г муки  
5 яиц  
100 г молока  
4 ст. л. сахара

30 г топленого масла  
5 г дрожжей  
200 мл растительного  
масла для жарки



4300 ккал 1 час

Яйца разбить в глубокую посуду, немного взбить венчиком, добавить молоко и масло, все перемешать, добавить дрожжи, соль и сахар. Смесь хорошо перемешать до полного растворения сахара, затем добавить муку и замесить гладкое тесто.

Тесто раскатать тонкими колбасками и нарезать их кусочками размером с лесной орех. Кусочки порциями выложить в кипящее масло и обжарить во фритюре.

Готовый баурсак выложить на бумажные полотенца, чтобы стек лишний жир.







## ЭЧПОЧМАКИ

1 кг дрожжевого теста  
600 г баранины с жиром  
3 моркови  
5 клубней картофеля  
350 г мясного бульона

3 дольки чеснока  
3 луковицы  
250 г сливочного масла  
свежемолотый черный перец  
соль



7700 ккал 1 час

Мясо нарезать небольшими кусочками. Картофель очистить и нарезать мелкими кубиками. Лук мелко на рубить, сливочное масло растопить и дать немного остыть.

Картофель соединить с мясом и луком, добавить сливочное масло, посолить, поперчить.

Тесто разделить на небольшие кусочки, скатать из них шарики и раскатать в лепешку. На середину каждой лепешки положить немного начинки (мясо с картофелем и луком) и сразу защипнуть края с трех сторон, оставляя небольшое отверстие, закрыть его пробкой из теста, должны получиться пирожки треугольной формы.

Противень смазать сливочным маслом и выложить на него пирожки. Выпекать 35 минут в разогретой до 180 °С духовке, вынуть эчпочмаки из духовки, вынуть пробки из теста, в каждое отверстие влить немного горячего бульона и снова поставить в духовку на 30 минут.

# ПЕРЕМЯЧИ С МЯСОМ

1 кг дрожжевого теста  
450 г баранины с жиром  
500 г говядины  
60 мл мясного бульона  
3 зубчика чеснока

2 луковицы  
50 г топленого сливочного масла  
растительное масло для фритюра  
свежемолотый черный перец  
соль



5700 ккал 1 час

Мясо нарезать небольшими кусочками и пропустить через мясорубку с луком и чесноком. В фарш добавить бульон, посолить, поперчить и хорошо перемешать.

Тесто разделить на небольшие колобки и раскатать в лепешки. На середину каждой лепешки положить немного фарша, защипнуть края в сборку, подтягивая края теста к середине, оставляя небольшое отверстие в середине.

На сковороде разогреть растительное масло и обжарить в нем перемычи сначала отверстием вниз, затем перевернуть и выложить по кусочку сливочного масла в каждое отверстие в пирожке.





## ТРЕХСЛОЙНЫЙ КАТЛЫПАШТЕТ



1 кг сладкого дрожжевого  
теста  
200 г сливочного  
или топленого масла

150 г густого варенья, джема  
или повидла  
10–15 г мучной крошки  
для посыпки  
1 яйцо



4900 ккал 1 час

Готовое сладкое дрожжевое тесто разрезать на три равные части, раскатать каждую тонким слоем в виде прямоугольника. На нижний слой положить слой густого варенья, джема или повидла, сверху наложить еще один слой, покрыть его вареньем, затем наложить еще один слой. Сложить изделие пополам, просыпав внутри сахаром, и поставить в теплое место для расстойки. Поднявшийся пирог смазать взбитым яйцом и посыпать мучной крошкой, затем поставить в разогретую до 180 °С духовку.

Выпекать до зарумянивания.





# ЧИБРИКИ С ВАРЕНЬЕМ ИЛИ ДЖЕМОМ

1 кг дрожжевого теста  
400 г густого варенья  
или джема

топленое или сливочное  
масло по вкусу



3900 ккал 1 час



Готовое дрожжевое тесто разделить в виде шариков весом 80–100 г. Из каждого шарика раскатать лепешку и внутри каждой сделать небольшое углубление в центре. Положить туда по ложке густого варенья или джема. Выложить подготовленные чибрики на смазанный маслом противень и поставить в разогретую духовку.





## ШЕРБЕТ ИЗ УРЮКА

100 г урюка  
400 мл воды  
40 г сахара



360 ккал 20 мин

Урюк перебрать, промыть несколько раз. Воду довести до кипения. В кипящую воду добавить урюк и сахар. Варить до мягкости урюка. Готовый шербет охладить и сразу подать на стол.



# ЧАЙ ПО-ТАТАРСКИ

100 мл воды  
5–6 г спрессованных  
листьев чая

20 г топленого масла  
свежемолотый черный перец  
соль



185 ккал 15 мин

Спрессованные листья чая положить в кипящую воду и добавить горячее молоко. Прокипятить при непрерывном помешивании 5–8 мин. Затем добавить по вкусу соль и чуть-чуть черного молотого перца. Разлить чай в пиалы, в каждую положить по кусочку сливочного или топленого масла.





Т 23 **Татарская** кухня. – М. : Эксмо, 2012. – 32 с. : ил. – (Повар и поваренок).

Наши друзья Повар и Поваренок продолжают путешествие в мир кулинарии. На этот раз их заинтересовала татарская кухня со своей многовековой историей. Супы и бульоны, печеные изделия с начинкой, пловы, чай и много других национальных блюд помогут вам познакомиться с разнообразием татарской кухни.

УДК 641/642  
ББК 36.997

ISBN 978-5-699-53208-7

© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2012

Фото А. Васильева

Рисунки М. Герасимова

Издание для досуга

ПОВАР И ПОВАРЕНОК

**ТАТАРСКАЯ КУХНЯ**

Ответственный редактор *А. Братушева*  
Художественный редактор *Н. Кудря*  
Технический редактор *О. Куликова*  
Компьютерная верстка *В. Шибаев*  
Корректор *М. Мазалова*

ООО «Издательство «Эксмо»  
127299, Москва, ул. Клары Цеткин, д. 18/5. Тел. 411-68-86, 956-39-21.  
Home page: [www.eksmo.ru](http://www.eksmo.ru) E-mail: [info@eksmo.ru](mailto:info@eksmo.ru)

**Оптовая торговля книгами «Эксмо»:**  
ООО «ТД «Эксмо». 142702, Московская обл., Ленинский р-н, г. Видное,  
Белокаменное ш., д. 1, многоканальный тел. 411-50-74.  
E-mail: [reception@eksmo-sale.ru](mailto:reception@eksmo-sale.ru)

**По вопросам приобретения книг «Эксмо» зарубежными оптовыми  
покупателями** обращаться в отдел зарубежных продаж ТД «Эксмо»  
E-mail: [international@eksmo-sale.ru](mailto:international@eksmo-sale.ru)

**International Sales:** *International wholesale customers should contact  
Foreign Sales Department of Trading House «Eksmo» for their orders.*  
[international@eksmo-sale.ru](mailto:international@eksmo-sale.ru)

**По вопросам заказа книг корпоративным клиентам, в том числе в специальном  
оформлении,** обращаться по тел. 411-68-59, доб. 2115, 2117, 2118,  
411-68-99, доб. 2762, 1234. E-mail: [vipzakaz@eksmo.ru](mailto:vipzakaz@eksmo.ru)

**Оптовая торговля бумажно-беловыми и канцелярскими товарами для школы  
и офиса «Канц-Эксмо»:** Компания «Канц-Эксмо»: 142700, Московская обл., Ленин-  
ский р-н, г. Видное-2, Белокаменное ш., д. 1, а/я 5. Тел./факс +7 (495) 745-28-87  
(многоканальный). e-mail: [kanc@eksmo-sale.ru](mailto:kanc@eksmo-sale.ru), сайт: [www.kanc-eksmo.ru](http://www.kanc-eksmo.ru)

Подписано в печать 18.11.2011.  
Формат 60×100  $\frac{1}{16}$ . Гарнитура «FranklinGothicBook».  
Печать офсетная. Усл. печ. л. 2,0.  
Тираж экз. Заказ .

ISBN 978-5-699-53208-7



9 785699 532087 >



# ТАТАРСКАЯ КУХНЯ

Обаятельные Повар и поваренок станут для вас верными помощниками на кухне. Они непременно научат вас кулинарным премудростям и секретам, поделятся полезными рекомендациями и советами, а самое главное – рецептами простых, доступных и очень вкусных блюд.



ISBN 978-5-699-53208-7



9 785699 532087 >