

170 лет  
СТАВРОПОЛЬСКАЯ  
УНИВЕРСАЛЬНАЯ  
БИБЛИОТЕКА

СТАВРОПОЛЬСКАЯ КРАЕВОЙ МАРШОН  
ТРАДИЦИЙ  
**ГОРЕБУШКА**



НАРОДНАЯ  
КНИГА  
РЕЦЕПТОВ



Дорогие читатели!

Перед вами — плод нашей совместной работы в рамках краевого марафона традиций «Ставропольская горбушка». Книга народных рецептов — достойное завершение накопленных нами в 2022 году знаний о хлебной культуре, сфокусировавшее свежий взгляд на традиции выпечки и тренды ставропольцев в области кулинарии.

Здесь вы найдете рецепты, уходящие вглубь нематериальной истории народов многонационального Северного Кавказа, ставшие результатом их многовекового сотворчества, и удостоверитесь, что создание хлеба — своеобразный эпос, симбиоз культур и тонкое искусство.

Мы рады поделиться с вами секретами изготовления как будничных мучных изделий, так и праздничной сдобы. Надеемся, что ознакомившись с избранными рецептами, вы сможете расширить свой кругозор и сделать свою жизнь вкуснее...

## ОГЛАВЛЕНИЕ

КАРАВАЙ .....	3	
ХЛЕБНЫЙ БАТОН .....	4	
ХЛЕБ НА ЗАКВАСКЕ .....	5	
ХЛЕБ НА ДРОЖЖАХ ИЗ ОТРУБЕЙ .....	6	
ХЛЕБ НА ДРОЖЖАХ ИЗ ХМЕЛЯ И ОТРУБЕЙ .....	7	
ХЛЕБ БЕЗДРОЖЖЕВОЙ .....	8	
ХЛЕБ С ОТРУБЯМИ .....	9	
ЖАВОРОНКИ .....	10	
КУЛИЧ .....	11	
ЛЕПЁШКИ СЛОЁНЫЕ .....	12	
ЛЕПЁШКА ЧУДУ .....	13	
ЛАВАШ .....	14	
ЧИАБАТТА .....	15	
ОСЕТИНСКИЙ ПИРОГ .....	16	
ШОТИ .....	17	
	БАУЫРСАКИ .....	18
	ЛАКУМЫ .....	19
	УЖИН В ГОРШОЧКЕ .....	20
	БУРЯТСКИЕ ПОЗЫ .....	21
	АДЖАРСКИЕ ХАЧАПУРИ .....	22
ПИРОГ ЧУДУ .....	23	
КЫСТЫБЫЙ .....	24	
ПИРОГ С КАПУСТОЙ .....	25	
ОСЕТИНСКИЕ ПИРОГИ .....	26	
СЛОЁНЫЕ ХАЧАПУРИ .....	27	
ШЕКЕР БУРА .....	28	
БОРЦОКИ .....	29	
ПЫШКА НА ДРОЖЖАХ .....	30	
КАТЛАНЫ .....	31	
СЫРНИКИ .....	32	
РОГАЛИКИ С ТВОРОГОМ .....	33	
ПИРОЖОЧКИ С ТВОРОГОМ .....	34	
ПАХЛАВА .....	35	
ПИРОГ-РУЛЕТ .....	36	
ПИРОГ «ИМПРОВИЗАЦИЯ» .....	37	
ПИРОГ ОТ БАБЫ МАШИ .....	38	
КУЛИЧ ПАСХАЛЬНЫЙ .....	39	
ЦЫГАНСКАЯ ПАСХА .....	40	
КЕКС ПРАЗДНИЧНЫЙ .....	41	
ПЕЧЕНЬЕ ИМБИРНОЕ .....	42	
		

## «КАРАВАЙ»

Русская кухня



*Автор рецепта:  
Зинаида Катютина  
с. Орловка  
Кировский округ*

### Ингредиенты:

молоко — 1 стакан  
дрожжи сухие — 1,5 ст.л.  
яйца — 5 шт.  
сливочное масло — 150 г.  
сметана — 150 г.  
мука пшеничная — 800-900 г.  
сахар - 8 ст.л.  
соль - 1 ч.л.  
ванильный сахар - 1,5 ч.л.

**Приготовление:** Насыпаем в миску дрожжи, добавляем 1 ч.л. сахара и 4-5 ложек тёплого молока. Размешиваем и ставим в тёплое место, пока дрожжи не поднимутся. В большую миску наливаем оставшееся тёплое молоко, добавляем сметану, яйца, сахар, растопленное масло, ванильный сахар и соль. Перемешиваем. Вливаем раствор дрожжей и добавляем третью часть просеянной муки. Перемешиваем и ставим в тёплое место. Когда опара поднимется, добавим муку и вымесим гладкое тесто, которое не будет липнуть к рукам. Ставим тесто в тёплое место, пусть поднимется раза в три. Затем тесто опустим и дадим ему подняться еще раз. Делим тесто на 2 части. Одну часть поделим еще на 1/3 и 2/3. Из той части теста, которой 2/3, сформируем две тонкие и длинные колбаски, скрутим их в жгут-косу. Выпекаем каравай в форме на бумаге для выпечки. Выкладываем в центр противня самую большую часть теста, вымешанную в красивый и ровный колобок. А вокруг него на небольшом расстоянии укладываем косу, скрепив ее концы. Пока каравай подходит, займемся украшениями. Домесим к оставшемуся тесту еще муки. Тесто должно быть плотным и хорошо раскатываться очень тонко. Вырезаем из раскатанного теста цветочки, косички, плетеные колечки, колоски, слегка смачиваем водой и приклеиваем на каравай. Когда каравай поднимется, проколите его в разных местах 5-6 раз. Дайте ему подняться еще 15 мин., смажьте желтком, разведенным с водой, выпекайте в разогретой до 200°C духовке 15 мин., накройте каравай фольгой, уменьшите температуру до 170°C и выпекайте до готовности. Когда каравай готов, выключаем духовку, открываем дверцу и держим каравай еще 15 мин. в духовке, сняв фольгу.

Хлеб всегда имел особое значение на Руси. Именно с большим круглым хлебом - караваем, который зачастую выпекали к праздникам и важным событиям, связано множество обрядов и ритуалов. Караваем встречали и проводжали дорогих гостей, а самые пышные и искусно украшенные караваи были главным угощением на свадьбах.

## «ХЛЕБНЫЙ БАТОН»

Русская кухня



*Автор рецепта:  
Ксения Конкина  
с. Сухая Бульвола  
Петровский округ*

### Ингредиенты:

мука — 350 г.  
дрожжи сухие — 5 г.  
соль — 1 ч. л.  
сахар — 1 ст. л.  
вода — 220 мл.  
масло раст. — 30 мл.

### Приготовление:

В глубокую миску высыпает муку, добавляет сахар, соль и дрожжи, перемешивает. Добавляет тёплую воду, смешивает все ингредиенты до однородности при помощи ложки, тесто быстро сворачивается в ком, замешивает тесто руками 5-8 мин. Накрывает миску с тестом плёнкой и оставляет на 15-20 мин. Готовое, подошедшее тесто выкладывают на смазанную маслом столешницу, слегка обминают и растягивают в пласт, формируют батон. Затем батон снова растягивают в пласт и ещё раз формируют батон, придавая ему характерную продолговатую форму. Выкладывают батон в форму для запекания, слегка смазанную растительным маслом и оставляют на 20 мин. После того как наш батон подошёл, делаем надрезы. Посыпаем батон сверху приправами или солью, распределяя её по всей поверхности батона. Выпекаем батон в разогретой до 180°C духовке 10-15 мин., после повышаем температуру до 200°C, и запекаем ещё 15 мин. Достаём румяный батон из духовки и даём ему остыть, накрыв свежую выпечку полотенцем.

Батон, приготовленный в домашних условиях, получается невероятно нежным, мягким, вкусным, при разрезании не крошится, у него однородная и мелкопористая текстура мякиша. Данный рецепт опробован мною неоднократно и результат всегда радовал. Обязательно попробуйте, всем рекомендую этот рецепт!

Стал любимой выпечкой нашей семьи!



## «ХЛЕБ НА ЗАКВАСКЕ»

Русская кухня



*Автор рецепта:  
Ольга Кривенко  
п. Комсомолец  
Кировский округ*

### Ингредиенты:

мука пшеничная  
цельнозерновая – 250 г.  
мука ржаная – 150 г.  
вода теплая – 250 г  
(получается 350-400 г.  
заправки)

### Приготовление:

Заправка

День 1-й. Смешать 50 г. ржаной или пшеничной муки и 50 г. теплой воды, накрыть крышкой, оставив доступ воздуха, и оставить на сутки на столе или полке.

День 2-й. Добавить к будущей заправке еще 50 г. муки и 50-70 г. воды, перемешать до состояния очень густой сметаны, накрыть и убрать в то же место.

День 3-й. Добавить к будущей заправке еще 50 г. муки и 50-70 г. воды, перемешать до состояния очень густой сметаны. Накрыть и убрать в то же место.

День 4-й. Выбросить 1/3 заправки, добавить 50 г. муки и 50-70 г. теплой воды, перемешать и оставить на 24 часа.

День 5-й. Заправка готова. Откладываем 50-70 г. заправки в баночку и отправляем в холодильник, из оставшейся печем хлеб.

Из заправки, муки и воды замешиваем липкое тесто, выкладываем его в смазанную форму, накрываем полотенцем и оставляем в теплом месте на 3-4 часа. Нагреть духовку до 220°C, на самый низ поставить противень. Когда противень разогреется - вылить на него воду, чтобы повалил пар, и сразу же поставить в середину духовки форму с тестом. Через 10 минут вытащить противень с водой, и убавить температуру до 200°C и выпекать ещё 30 мин. Достать хлеб из формы и отправить ещё на 5-7 мин. в духовку для появления корочки со всех сторон.

Меняются времена, жизнь, ценности, а хлеб был и остается символом благополучия и достатка.

## «ХЛЕБ на дрожжах из отрубей»

Русская кухня



*Автор рецепта:  
Александра Петрова  
с. Новоселицкое*

### Ингредиенты:

#### Зақваска:

домашние дрожжи из отрубей – 40 г.  
вода – 250 мл.  
сахар – 250 мл.  
мука первого сорта – 1 ст.л.

#### Тесто:

вода – 750 мл.  
мёд – 1 ст. л.  
соль – 30 г.  
мука первого сорта – 1 кг.  
мука высшего сорта – 0,5 кг.  
растит. масло – 50 мл.  
желток – 1 шт.

### Приготовление:

Залить 40 г. домашних дрожжей из отрубей стаканом воды и дождаться полного растворения. Добавить 1 стакан муки, перемешать. Через 12 ч. готовую закваску можно будет использовать для замешивания теста. В воду 750 мл. добавить мёд и размешать. К муке добавить 30 г. соли. Смешать часть муки с водой, закваску и растительное масло в чаше комбайна. Подсыпать по чуть-чуть муку, чтобы замесить плотное тесто. Оставить тесто на 15 мин. Тем временем подготовить 3 формы для выпечки. Еще раз обмять тесто, разделить его на 3 равные части. Разложить их по формам так, чтобы они занимали меньше половины объема. Накрыть формы с тестом полотенцем и оставить на 2 ч. Отправить поднявшийся хлеб на 1 ч. в духовку, разогретую до 180°C г. За 10 мин. до готовности смазать верх смесью воды с желтком. Разрезать хлеб на закваске рекомендуется после полного остывания. Хлеб получится румяным, мягким, пористым, с хрустящей корочкой.

Существовала традиция выпекать хлебушек в форме кольца. Через отверстие этого оберега смотрели на людей, защищая себя от дурного глаза. Хлеб брали с собой в дорогу, чтобы охранял путешественника в пути и напоминал о доме.

Хлеб использовали при обряде новоселья. В новый дом на ночь выпускали кошку или петуха, затем внутрь строения заносили священную икону и ковригу. Смеяться над хлебом считалось большим грехом, а небрежное отношение даже с крошками могло привести к нехватке денег и голоду. Оставить надкусанным кусок хлеба грозило потерей счастья и силы. Никогда буханку не клали на голый стол без скатерти, а тем более коркой вниз, это считалось святотатством. С хлебом провозжали на фронт и встречали с войны.

## «ХЛЕБ на дрожжах из хмеля и отрубей»

Русская кухня



*Автор рецепта:  
Юлиана Евлевская  
с. Красногвардейское  
Красногвардейский округ*

### Ингредиенты:

мука пшеничная — 500 г.  
картофельный отвар — 250  
мл.  
растит. масло — 3-4 ст. л.  
дрожжи домашние — 3 ч.л.  
без горки  
мёд — 1 ст.л.  
соль — 0,5 ч.л.

### Приготовление:

В литровую стеклянную банку наливаем тёплую воду, добавляем немного муки и сахара, перемешиваем до однородной массы, всыпаем дрожжи, ещё раз перемешиваем. Банку накрываем льняной салфеткой и оставляем при комнатной температуре на 12 ч., каждые 3 ч. взбалтывая содержимое банки. За это время закваска увеличится в объёме в 2-2,5 раза, на поверхности появятся пузырьки — закваска готова, замешиваем опару. Процеживаем закваску в посуду, добавляем тёплый картофельный отвар, часть муки и перемешиваем до консистенции густой сметаны. Накрываем ёмкость пищевой плёнкой и оставляем на 2,5 ч. Добавляем соль, оставшуюся муку, замешиваем тесто. Вмешиваем растительное масло в тесто, оставляем его на 1-2 ч., прикрыв миску пищевой плёнкой. Затем тесто обминаем и делим на две части, каждую из которых вымешиваем отдельно и выкладываем в подготовленную форму для выпечки. Делаем на поверхности нарезки, верх смазываем маслом. Готовое тесто накрываем салфеткой и даем постоять 1,5-2 ч. при комнатной температуре, чтобы оно подошло. Выпекать в духовке при 200°C 30-35 мин. Готовый горячий хлеб положить на большое блюдо, сбрызнуть его поверхность водой и укутать полотенцем.

Мое детство — это пьянящий вкус Красногвардейского хлеба, испеченного в русской печи моей любимой бабушкой Пасковеей с хрустящей хлебной корочкой круглых буханок. Для меня благоухание домашнего хлеба, это запах семейного счастья. Этот рецепт хлеба в нашей семье передаётся из поколения в поколение. Из этого теста выпекали калачи, кнышики (пирожки с луком), добавив сдобу, пекли куличи, караваи.

## «ХЛЕБ БЕЗДРОЖЖЕВОЙ»

Русская кухня



*Автор рецепта:  
Лариса Мельникова  
ст. Марьинская  
Жировский округ*

### Ингредиенты:

бездрожжевая закваска —  
120 г.  
воды — 200 г.  
мука — 313 г.  
сахара — 15 г.  
соли — 7 г.  
сливочного масла — 15 г.

### Приготовление:

Растворить закваску в воде, добавить муку и сахар, смешать до соединения ингредиентов. Накрывать от заветривания и оставить на 20 мин. Добавить соль и начать вымешивать тесто, последним добавить масло. Вымесить тесто до эластичности. Ферментация 2,5 ч. с двумя складываниями через 50 и 100 мин. Выложить тесто на присыпанный мукой стол, округлить и дать отдохнуть 5-10 мин. Сформировать овальную форму и оставить на расстойку (1-1,5 ч.). Готовность можно определить надавливанием пальцем на заготовку, ямка медленно выравнивается - можно выпекать. Выпекать 35-40 мин. при температуре 220-230°C, первые 15 мин. хлеб печётся под колпаком (фольгой), далее колпак снять и выпекать до готовности.

Последователи здорового образа жизни, чаще всего отдают предпочтение новомодному бездрожжевому хлебу. Считается, что он намного полезнее именно за счет того, что в его состав не входят дрожжи.



## «ХЛЕБ С ОТРУБЯМИ»

Русская кухня



*Автор рецепта:  
Владислав Жолуник  
с. Лёвокумское  
Лёвокумский округ*

### Ингредиенты:

мука пшеничная — 900 г.  
мука рисовая — 100 г.  
отруби — 1 стакан  
сахар — 2 ст. л.  
соль — 2 ч. л.  
масло подсолн. — 4 ст. л.  
дрожжи  
вода — 650 мл.

### Приготовление:

Смешать: муку пшеничную и рисовую, соль, сахар. В полученную смесь добавить поочередно: воду, растительное масло, дрожжи, предварительно разведенные в небольшой части воды. Тщательно перемешать смесь и оставить подходить в теплом месте на 30 минут. Подошедшее тесто перемешать и разделить на равные части и положить в формы для выпекания. Накрыть формы с тестом и поставить в теплое место еще на 40 минут. Разогреть духовку до 200°C и поставить выпекаться на 40–50 минут.

На протяжении многих веков люди пытались улучшить качество муки, сделать хлеб из нее чистым от сторонних примесей и включений. Как только удалось достичь результата, сразу выяснилось, что не так уж он и хорош для здоровья. Польза отрубного хлеба в разы превосходит хлебобулочные изделия из пшеничной муки высшего сорта и отчасти дает возможность нам попробовать тот хлеб, который любили и почитали наши деды и прадеды.



## «ЖАВОРОНКИ»

Русская кухня



*Автор рецепта:  
Талина Вагнова  
п. Целкан  
Новоселицкий округ*

### Ингредиенты:

вода — 200 мл.  
мука — 4 стакана  
сахар — 100 г.  
сухие дрожжи — 10 г.  
соль — щепотка  
изюм — 15 шт.  
постное растительное  
масло — 100 мл.

**Приготовление:** В 100 мл. тёплой воды растворите сухие дрожжи и 2 ст. л. сахарного песка. Уберите опару в тёплое место на 20–30 мин., чтобы она поднялась в 2 раза. Затем влейте в неё оставшуюся воду, растительное масло, добавьте щепотку соли, оставшийся сахар и 3 стакана муки. Замесите тесто, оно получится жидковатым. Оставшийся стакан муки высыпьте на стол, а затем выложите содержимое чашки. Замесите густое плотное тесто. Оно должно стать гладким и не липнуть к рукам. Переложите его обратно в чашку, накройте полотенцем и поставьте в тепло. Каждые 30–40 мин. проверяйте, насколько масса поднялась. Взбивайте её руками, чтобы она осела. Как только тесто поднялось в 3 раза, можно приступать к лепке жаворонков. Нарежьте его на маленькие одинаковые кусочки, затем по отдельности скатайте жгутики. Завяжите колбаску узелком, с одного конца вытяните носик и вставьте изюм вместо глаз. С другой стороны тесто немного примните и ножом сделайте перья на хвосте. Разогрейте духовку до 180°C и выпекайте 30–35 мин. Чтобы жаворонки не опали, не спешите их сразу доставать: приоткройте створку у печки и оставьте на 30–40 мин.

На Руси праздник Жаворонки очень любили и тщательно к нему готовились. Отмечали событие весело, с шумными гуляньями, песнями и плясками. Хозяйки накрывали столы с большим разнообразием блюд и лепили из теста птиц. Делать нужно непременно жаворонков, они символизируют свободу, жизнерадостность, начало новой счастливой жизни. Каждый пришедший в дом гость брал выпечку и подкидывал её вверх. Чья булочка взлетит выше, тому будет больше всех везти в наступившем году. Затем пили чай с выпечкой, наедались досыта. Считалось, что тот, кто съест больше всех, будет самым счастливым. Съедали всё, кроме головы, её оставляли для скота. Животных специально подкармливали, чтобы они не болели. Крошки, оставшиеся после трапезы, разбрасывали по двору на съедение птицам.

## «КУЛИЧ»

Русская кухня



*Автор рецепта:  
Светлана Некрасова  
п. Шаумянский  
Георгиевский округ*

### Ингредиенты:

мука пшеничная — 2-3 кг.  
молоко — 500 мл.  
яйцо — 7-8 шт.  
сахар — 350 г.  
сметана — 250 г.  
растит. масло — 50 мл.  
масло сливочное — 100 г.  
дрожжи сухие — 1 ст. л.  
соль по вкусу  
ванилин на кончике ножа

### Приготовление:

Муку просеять, молоко слегка подогреть, добавить соль, сахар, сметану и перемешать до растворения сахара.

Отдельно взбить яйца и влить в молочную смесь.

Тем временем, просеянную муку соединить с дрожжами и, постепенно, добавить в молочную смесь. Замесить тесто, как на оладьи. Добавить ванилин, растительное и сливочное масло, тщательно перемешать.

Муки добавить столько, чтобы тесто слегка липло к рукам. Дать тесту подойти, накрыв его полотенцем. Поднявшееся тесто сформировать в кулич, выложив в сковороду до подъема. Выпекать 40-50 мин. в разогретом до 200°C духовом шкафу.

Во всех православных семьях пекут кулич на Светлую Пасху. Я предлагаю вам рецепт, по которому куличи пекут уже несколько поколений в нашей семье. Главным ингредиентом в этом очень простом рецепте является любовь и уважение к хлебу.



## «ЛЕПЁШКИ СЛОЁНЫЕ»

Не определена

### Ингредиенты:

мука пшеничная — 500 г.  
соль — 1 ч.л.  
вода — 1 стакан  
масло сливочное — 100 г.  
масло растит. — 1 л.  
лук — 1 головка  
перец красный молотый,  
чёрный молотый — по вкусу

*Автор рецепта:  
Елизавета Шкабура  
пос. Зара  
Левобуковский округ*

### Приготовление:

Муку смешать с солью, добавить воду. Замесить мягкое тесто, в конце вымешивания добавить растительное масло. Хорошо вымешанное тесто разделить на 8 равных частей, сформовать из них шарики. Сливочное масло предварительно растопить. Раскатать шар максимально тонко, смазать сливочным маслом (достаточно 1 ст. ложки растопленного сливочного масла) и посыпать тонко нарезанными полукольцами и смешанным с перцем, луком. Свернуть рулетик, затем завернуть его в улитку, раскатать или размять руками до пышки толщиной 0,7-0,8 см. Выпекать до золотистой корочки в растительном масле на сковороде.

Лепёшки получаются нежными, многослойными. В качестве начинки можно использовать сыр, а можно совсем не использовать начинку. Если готовое тесто убрать в холодильник на несколько часов, то оно становится ещё эластичнее при работе и пышнее в готовом виде.



## «ЛЕПЕШКА ЧУДУ»

Дагестанская кухня



*Автор рецепта:  
Фита Джаватханова  
п. Штурли  
Красновардейский округ*

### Ингредиенты:

мука пшеничная – 300 г.  
вода – 150 мл.  
соль – 2 щепотки  
кефир – 200мл.  
творог – 250 г.  
зелёный лук – 1 пучок  
масло сливочное – 25–35 г.

### Приготовление:

Сначала соединяем муку с солью, добавляем тёплую воду и всё замешиваем в плотное тесто. Накрываем тесто плёнкой и оставляем его минут на 15–20 отлежаться при комнатной температуре. Теперь займемся начинкой. Она может быть разная: с мясным фаршем, с тыквой и орехами, с крапивой и т.д.

Наша начинка с творогом и зелёным луком. Творог смешиваем с кефиром, потом нарезаем мелко зелёный лук, добавляем щепотку соли и всё перемешиваем до однородной консистенции. Готовое тесто скатать колбаской и разделить на 8 – порций, теперь каждую часть тесто раскатываем тонко максимально возможным овалом, на одну половину овала выложить начинку и распределить ровным слоем, оставляя место по краям, накрываем второй половиной теста и защипываем края. Затем обрезаем лишнее ножом. Жарим на абсолютно сухой сковороде на среднем огне до румяной корочки, переворачивая каждую минуту с одной стороны на другую. Каждую лепешку обязательно смазываем кусочком сливочного масла.

Дагестанская лепешка «Чуду» бывает разных форм размеров и очень богата разными начинками. У каждой нации свой способ приготовления. Чуду – популярнейшее блюдо, которое готовят в каждом доме Дагестана. Чуду – блюда с многовековой историей. Те, кто попробовал это блюдо однажды, обязательно захотят и дальше открывать для себя все его вариации.



## «ЛАВАШ»

Армянская кухня



*Автор рецепта:  
Ева Арутюнян  
п. Шаумянский  
Георгиевский округ*

### Ингредиенты:

мука пшеничная — 600 г.

вода — 70 мл.

яйцо — 7-8шт.

растит. масло — 2 ст.л.

соль — 1 ст.л.

свиной жир для смазывания  
лепёшек

### Приготовление:

В просеянной муке делаем воронку, добавляем соль, растительное масло и воду. Тщательно перемешиваем тесто. Вымешанное тесто делим на четыре кусочка. Раскатываем лепёшку, сделав несколько прорезей, чтобы при жарке тесто не наддувалось. Смазываем с двух сторон жиром и жарим на сухой сковороде на медленном огне. Готовый лаваш слегка взбрызнуть водой.

Существует мнение, что лаваш — блюдо армянского происхождения. Этот факт подтверждает ряд источников и находки археологов, которые при раскопках в армянской средневековой столице Ани обнаружили тониры, использовавшиеся во 2 веке до н.э., а в них — остатки обгорелого лаваша. Первые пресные лепешки пекли из густой зерновой каши.



## «ЧИАБАТТА»

Итальянская кухня



*Автор рецепта:  
Сабина Саркисян  
г. Георгиевск*

### Ингредиенты:

мука — 400 г.  
вода — 330 мл.  
соль — 0,5 ч.л.  
оливковое масло — 1 ч.л.  
дрожжи сухие — 1 щепотка

### Приготовление:

В теплой воде разведите дрожжи, добавьте немного муки, соль. Потом постепенно добавляйте всю муку и замесите тесто. Тесто для чиабатты бывает жидковатым. Поэтому не стоит пугаться, что оно липнет к рукам или не получается сильно крутым. Когда все ингредиенты перемешались, нужно хорошо вымесить тесто руками. Потом оставьте его под полотенцем при комнатной температуре на 10 ч., в идеале — на ночь.

На поверхность выложите пищевую пленку, посыпьте мукой, тогда работать с тестом будет в разы удобнее. Буквально вылейте тесто на пленку. Хотя тесто будет жидким и мягким, оно не потеряет форму и не растечется. Сформируйте батон (или два, тогда они будут меньшего размера). Застелите противень пергаментом и смажьте его оливковым маслом. Перенесите аккуратно батон на противень, накройте полотенцем и дайте еще подойти 2 часа. Выпекайте чиабатту при 220°C 30-35 мин. Чтобы хлеб не подгорел, поставьте на нижний уровень плоскую тарелку с водой. Готовому итальянскому хлебу чиабатта дайте остыть, тогда он легче будет резаться. Ароматный и аппетитный итальянский хлеб чиабатта можно подавать к любым блюдам, да и сам по себе он очень вкусный!

Чиабатта — совсем молодой хлеб, изобретенный талантливым итальянским пекарем в 70-х годах прошлого столетия — Арнальдо

Каваллари. Чиабатта в переводе с итальянского обозначает «домашние тапочки», «стоптанные башмаки». Связано это во многом с формой хлеба, чем-то напоминающей тапочек.

## «ОСЕТИНСКИЙ ПИРОГ»

Осетинская кухня



*Автор рецепта:  
Талика Холомийцева  
с. Дербетовка  
Анасанковский округ*

### Ингредиенты:

мука – 400-450 г.  
молоко – 300 мл.  
дрожжи сухие – 5 г.  
соль – 1 ч. л.  
сахар – 1 ч. л.  
масло раст. – 30-35 г.  
картофель – 300 г.  
сыр сулгуни – 250 г.  
масло сливочное – 20 г.

### Приготовление:

Смешать дрожжи, сахар и 5-7 ст. л. муки, залить теплым молоком. Оставить на 30 мин., накрыв полотенцем. Добавить соль, муку и растительное масло. Замесить мягкое и слегка липкое тесто. Накрывать полотенцем и оставить на 40-60 мин. Разделить тесто на 3 части, скатать шарики и оставить на 5 мин. под полотенцем. Из теста делаем лепешку, выкладываем на нее начинку (сваренный картофель растолочь с добавлением картофельного отвара и натертого сыра), защипываем тесто сверху. Присыпая немного муки, разравниваем лепешку с начинкой до толщины 5-10 мм. Чем тоньше, тем вкуснее. Делаем отверстие в середине, для выхода пара, и помещаем лепешку с начинкой на противень, присыпанный мукой. Выпекаем лепешки-пироги с картошкой и сыром в разогретой духовке при максимальной температуре 10-15 мин. Горячие осетинские пироги с сыром и картофелем смазываем сливочным маслом и складываем стопкой.

Осетинские пироги - это символ благополучия, изобилия и самой жизни. На праздники подается 3 пирога. Предки осетин верили в тройственное деление мира, считали, что существуют миры подземный, наземный и небесный. Круглая форма пирога олицетворяет бесконечность, цикличность мирового порядка, круговорот жизни.



## «ШОТИ»

Грузинская кухня



*Автор рецепта:  
Ксения Телунова (Сетуридзе)  
ст. Георгиевская*

### Ингредиенты:

пшеничная мука – 4 ст.л.  
вода – 50 мл.  
соль – 0,5 ч.л.  
дрожжи – 2 г.

### Приготовление:

В тёплую, чистую воду всыпать дрожжи и дать постоять смеси, чтобы дрожжи «разошлись». Затем к воде с дрожжами добавить пшеничную муку и соль, замесить однородное тесто без комочков. Тесто должно быть нежным и мягким, но не прилипать к рукам. Чтобы консистенция была правильной, муку лучше добавлять в несколько подходов. Из готового теста скатать шар, поместить его в посуду и накрыть чистым сухим полотенцем или пищевой пленкой. Оставить тесто в теплом месте на 90-120 мин. Тесто хорошо увеличится в объёме. Аккуратно его перемешать и оставить еще на 10-15 мин. Когда тесто окончательно подошло необходимо сформировать из него шар, потом немного придавить и придать форму ромба или лодки. Посередине шоти сделать сквозное отверстие. Оставить хлеб еще на 15 минут для расстойки. Выпекать шоти на противне, застеленном пергаментной бумагой. Духовую печь необходимо предварительно разогреть до 240-260°C. Хлебу достаточно 10 мин. в духовке, чтобы полностью пропечься. После приготовления готовый хлеб обернуть в чистое полотенце на 15-30 мин., а только потом подавать к столу.

Подавать лакомство нужно горячим. Этот хлеб никогда не режут – его принято ломать на куски. Если грузинская выпечка немного полежит, она потеряет все свои свойства. Посреди грузинского хлеба – шоти, обычно находится небольшое отверстие. Но это – не просто дань традициям, в отличие от формы. Если дырки не будет, то внутри хлеба появится воздух. Он начнет подниматься и со временем превратится в большой надутый пузырь.



## «БАУЫРСАҚИ»

Казахская кухня



*Автор рецепта:  
Зельвиря Сарғужаева  
г. Новокавловке  
Жирковский округ*

### Ингредиенты:

мука пшеничная — 700 г.  
молоко — 250 мл.  
дрожжи — 30 г.  
сахар — 20 г.  
соль — 30 г.  
растит. масло для жарки — 2 л.

### Приготовление:

Молоко нагреть до 40°C, добавить растопленное сливочное масло, сахар, дрожжи, немного муки для опары. Поставить в теплое место на 15-20 мин. В полученную массу добавить муку, соль и хорошо перемешать. Поставить снова в теплое место. Когда тесто увеличится в объеме в 1,5 раза, его нужно слегка обмять. Раскатать в пласт толщиной 1 см, порезать ромбиками. Жарить бауырсақи в қазане с большим количеством подсолнечного масла.

Само название этого традиционного для народа блюда произошло от казахских слов «баурмасу, баурласуга, баур», что в переводе на русский язык значит «стремление к объединению, родству, брат». По казахскому обычаю на дастархан, прежде всего, подавали бауырсақи. Бауырсақи самый питательный, самый калорийный вид казахского хлеба. Их подают также к қумысу.



## «ЛАКУМЫ»

Кабардинская кухня



*Автор рецепта:  
Намалья Макарова  
ст. Советская  
Жировский округ*

### Ингредиенты:

мука — 500 г.  
молоко — 250 мл.  
масло сливочное — 1 ст.л.  
растит. масло — 1 ст.л.  
яйцо — 1 шт.  
дрожжи прессован. — 10 г.  
сахар — 2 ст.л.  
соль — 1 ч.л.

### Приготовление:

Дрожжи и сахар развести в теплом молоке и оставить на 15 мин. Соединить все ингредиенты, замесить мягкое тесто. Поставить в теплое место на 1–1,5 часа, когда тесто увеличится в 2 раза, можно формировать лакумы. Тесто раскатать в пласт толщиной 1 см., разрезать на квадраты. Жарить в большом количестве масла в кастрюле с толстым дном. Готовые пышки выложить на салфетку, чтобы стечь лишний жир. Сложить в просторную миску, укрыть сверху полотенцем, чтобы пышки остались мягкими.

Лакумы — традиционные кабардинские пышки, которые можно готовить как сладкими, так и солеными. Их можно есть просто так, вместо хлеба, можно начинить сыром или другой начинкой. Говорят, сколько хозяек, столько и рецептов лакумов.



## «УЖИН В ГОРШОЧКЕ»

Русская кухня



*Автор рецепта:  
Светлана Евдокимова  
г. Ставрополь*

### Ингредиенты:

яйцо — 1 шт.  
кефир — 200 мл.  
соль, сахар — 1 ч.л.  
сода — 0,5 ч.л.  
растит. масло — 2 ст.л.  
мука — 350 г.

### Начинка:

говядина — 300 г.  
картошка — 200 г.  
лук — 150 г.  
чеснок, соль,  
перец по вкусу

### Приготовление:

Все ингредиенты смешать, добавить муку и хорошо вымесить тесто. Готовому тесту дать постоять 30 мин., пока делается начинка. Тесто раскатывать в форме круга, выкладывать начинку в середину и зашипывающими движениями подымать и закрывать горшочек, но не полностью, крышку потом просто раскатать и накрыть сверху. Запекать 1 час при температуре 200°C.

Бытует несколько мнений, откуда пошла традиция подавать блюда в хлебе. По одной — у крестьян попросту не было возможностей купить или сделать самим хорошую посуду. Они нашли выход и вместо тарелки стали использовать только что вышедший из печи хлеб. Сытно и экономично, ведь хлеб со временем черствеет, и, чтобы он не пропал, его использовали в качестве «хлебных» тарелок. Корочка хлеба, пропитанная горячим супом, становилась мягкой и вкусной, поэтому все блюдо съедали полностью.

Другое мнение — противоположное. Наоборот, знатные особы хотели удивить своих почетных гостей и приказывали придворным поварам выпекать хлеб и подавать в нем главное блюдо. Те, кого уже было трудно поразить красотой фарфора или хрусталью по достоинству оценивали смекалку хозяев.

## «БУРЯТСКИЕ ПОЗЫ»

Бурятская кухня



*Автор рецепта:  
Марина Демченко  
г. Кисловодск*

### Ингредиенты:

говядина – 400 г.  
свинина – 450 г.  
репчатый лук – 2 шт.  
вода/мясной бульон – 0,5  
стакана  
мука – 2,5 стакана  
вода – 1 стакан воды  
1 яйцо  
соль, перец

### Приготовление:

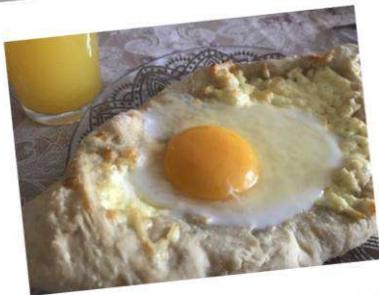
Для начинки рубленое или перекрученное на мясорубке (через крупный перфорированный диск) мясо смешивают с большим количеством лука, солью и перцем. В начинку допускается добавлять зелень. Обязательно нужно добавить воды или мясного бульона. Фарш должен быть сочным и воздушным и ни в коем случае не плотным. Готовое тесто нужно разделить на порции. Тесто раскатывается достаточно тонко, но при этом не должно просвечиваться и быть слишком тонким, иначе оно может порваться при приготовлении. Позы лепятся в форме чашечки, сверху которой делают защипы (в идеале их должно быть 33) и оставляют круглое отверстие. Благодаря дырочке, начинка варится в собственном соку и создает бульон, который остается внутри теста. Позы готовятся исключительно на пару, в течение 40-50 мин.

Моя бабушка родилась в Белоруссии, молодость и зрелые годы прожила в Сибири, а старость встретила на Кавказе. Но из сердца Бурятии она привезла рецепт, на мой взгляд, самого вкусного блюда, которое готовят в Сибири – это позы или, как называют их буряты, буузы. Оно чем-то похоже на манты, но имеет свой неповторимый вкус, потому что готовится на пару и обязательно в тесте оставляется небольшое отверстие, через которое выпивается сок. Чем больше этого сока, тем удачнее получились позы. Это блюдо обожает вся наша семья и когда оно готовится у нас всегда праздник.



## «АДЖАРСКИЕ ХАЧАПУРИ»

Грузинская кухня



Автор рецепта:  
Людмила Яголки  
г. Кисловодск

### Ингредиенты:

Тесто:

мука — 500 г.  
тёплое молоко — 400 мл.  
сухие дрожжи — 5-10 г.  
сливочное масло — 1 ст.л.  
растит. масло — 1 ст.л.  
сахар — 1 ч.л.  
соль — ½ ч.л. (на 4 порции)

Начинка:

сыр (лучше сулгуни) — 500 г.  
яйца — по 1 яйцу при  
завершении запекания в каждое  
хачапури сверху  
сливочное масло — 50 г.

### Приготовление:

Нагреваем слегка молоко, добавляем сухие дрожжи, добавляем все другие ингредиенты. Тесто ставим на полчаса в теплое место. Духовка заранее разогревается. Тесто делится на 4 порции. Из каждой порции формируем форму лодочки. Выкладываем начинку, загибая края внутрь. За 3 мин. до готовности кладем в каждую «лодочку» кусочек масла (20 г.) и разбиваем по 1 яйцу. Яйцо, при подаче на стол, должно быть полусырым. Сразу же после подачи необходимо хорошо размешать всю массу, находящуюся внутри «лодочки», стараясь, чтобы эта начинка была равномерно распределена и под края хачапури.

Хачапури одно из самых известных блюд грузинской кухни. По своей сути, хачапури — это пирожок с сыром и яйцом. Есть много видов хачапури: по-аджарски, имеретинский, ачма — это связано с тем, что Грузия делится на регионы, в каждом из которых готовят свое хачапури по особенному рецепту.

Хачапури по-аджарски — это блюдо, где лепешка делается в виде лодочки. В центр лодочки кладется сыр, масло и яичный желток. В 2019 году хачапури был присвоен статус нематериального памятника культурного наследия Грузии.



## «ПИРОГ ЧУДУ»

Дагестанская кухня



*Автор рецепта:  
Маржанат Магомедова  
с. Малая Джалга  
Анакасенковский округ*

### Ингредиенты:

Мука пшеничная - 3 стакана  
яйцо - 1 шт.  
вода - 1 стакан  
дрожжи - 5 г.  
соль - 1/2 ч.л.  
масло сливочное - 50 г.  
говядина 150 г.  
баранина - 150 г.  
картошка - 3 шт.  
яйцо - 1 шт.  
лук репчатый - 2 шт.  
соль, перец, зелень.

### Приготовление:

Просеять муку горкой, сделать в центре углубление и добавить туда дрожжи, соль, яйцо и воду. Замесить дрожжевое тесто, накрыть посуду с тестом крышкой и оставить на 30-40 мин. Тем временем мелко порубить зелень и репчатый лук. Мясо прокрутить через мясорубку. Смешать фарш с луком и зеленью, добавить яйцо, бульон, соль и перец. Хорошо перемешать начинку. Пластинками порезать картофель. Разделить тесто на части и раскатать в лепёшки. На лепёшку большего диаметра разложить тонко нарезанный картофель, на него положить немного начинки, накрыть меньшей лепёшкой и прижать края пирога. Получившиеся пироги в форме круга выложить на противень. Выпекать чуду в духовке до зарумянивания. Готовые пироги смазать сливочным маслом и сложить стопкой друг на друга. Накрыть готовые чуду полотенцем, чтобы пироги дошли до полной готовности.

Тонкий дагестанский пирог, лепёшка из пресного теста с разными начинками - это чуду. В каждом доме была чугунная сковорода, на которой жарили тонкие чуду. Это простая народная еда, которую передавали из поколения в поколение. Чуду с мясом может стать вашим коронным блюдом и любимым лакомством всей вашей семьи.



## «КЫСТЫБЫЙ»

Башкирско-татарская кухня



*Автор рецепта:  
Жина Ибрагимова  
г. Новолавлеевск  
Кировский округ*

### Ингредиенты:

картофель – 500 г.  
лук репчатый – 1 шт.  
молоко – 100 мл.  
масло сливочное – 2 ст. л.  
мука – 280 г.  
молоко – 100 мл.  
яйцо – 1 шт.  
масло сливочное – 50 г.  
сахарный песок – 1 ст. л.  
соль щепотка

### Приготовление:

Для начинки картофель вымыть, очистить, нарезать крупными кусками, отварить в подсоленной воде до готовности. Слить воду и размять картофель в пюре. Добавить горячее молоко, 1 ст. л. сливочного масла. Лук вымыть, очистить, нарезать мелкими кубиками. В сковороде разогреть 0,5 ст. л. сливочного масла и обжарить на медленном огне лук до прозрачности. Добавить в картофельное пюре и перемешать. Готовим тесто. В глубокой миске смешиваем тёплое молоко, сахарный песок, соль, яйцо и растопленное сливочное масло. В отдельную миску просеиваем муку. Начинаем постепенно добавлять в яично-молочную смесь и замешиваем тесто до тех пор, пока оно не перестанет прилипать к рукам. Накрывать полотенцем и дать отдохнуть в течение 20–30 мин. Выложить тесто на слегка присыпанный мукой стол, скатать толстую колбаску и разрезать на 10–12 частей. Раскатать скалкой каждый кусочек в тонкую лепешку диаметром примерно 15 см. Обжарить лепешку на сухой разогретой сковороде с двух сторон по 1–2 мин. с каждой стороны. На половину горячей лепешки выложить картофельную начинку и накрыть второй половиной. Перед подачей на стол смазать растопленным сливочным маслом!

Кыстыбый – это древнее традиционное татарское блюдо из теста с начинкой. Представляет собой лепешку из пресного теста, обжаренную на сухой сковороде, начинённую либо картофельным пюре, либо вязкой пшенной кашей. Эта начинённая лепешка щедро сдабривается топлёным или сливочным маслом. Кыстыбый может служить вполне самостоятельным блюдом, например, подав его к мясному насыщенному бульону, или вовсе просто с овощным салатом. А ещё кыстыбый подают к сладкому чаю, как обычный не сладкий пирог.

Безумно вкусно, сытно, «вредно»!

## «ПИРОГ С КАПУСТОЙ»

Русская кухня



*Автор рецепта:  
Татьяна Ведерникова  
г. Ессентуки*

### Ингредиенты:

молоко — 200–250 мл.  
яйца — 2 шт.  
сухие дрожжи — 9 г.  
сахар — 2 ст. л.  
соль — 0,5 ч. л.  
раст. масло — 70 мл.  
пшеничная мука — 500 г.  
капуста — 200 г.  
мясной фарш — 200 г.  
лук — 1 шт.  
соль, специи сухие по вкусу.

**Приготовление:** Для начинки мелко нарезанный лук обжарить до прозрачности, добавить в сковороду мясной фарш, перемешать и обжарить 2–3 мин. Капусту тонко шинковать и добавить к фаршу. Накрывать крышкой и оставить на небольшом огне на 3–5 мин., добавить соль и специи. Все перемешать и тушить под крышкой на небольшом огне 15–20 мин. Для теста подогреть молоко, в миску просеять муку. Растворить в 50 мл. подогретой воды дрожжи и 1 ч. л. сахара, перемешать, оставить смесь на 10–15 мин. Во вместительную ёмкость налить подогретое молоко, добавить яйца, сахар, соль, активные дрожжи и размешать до однородности. Муку подсыпать небольшими порциями, одновременно перемешивая тесто руками. В конце добавить растительное масло. Прикрыть тесто полотенцем и оставить в тёплом месте на 60–80 мин. Тесто увеличится в объёме в 2–2,5 раза. Аккуратно обмять, и оставить ещё на некоторое время подойти. Затем выложить на стол, присыпанный мукой. Тесто разделить на 2 неравные части: большую для низа пирога, меньшую для верха, немного теста оставить для украшения. Большую часть теста распределить по форме для выпечки (24 см), формируя бортики. На тесто выложите остывшую начинку. Меньшую часть теста раскатать в круг и накрыть начинку, прищипнув по краям, сделать небольшое отверстие в центре для выхода пара. Украсить остатками теста. Поверхность пирога смазать яичным желтком. Поставить пирог на 20 мин. в тёплом месте. Выпекать при 180°C 30–40 мин. Готовый пирог аппетитного золотистого цвета накрыть полотенцем, остудить, смазать сливочным маслом.

Капустный пирог с мясом выглядит очень аппетитно благодаря простому и по-домашнему праздничному оформлению. Можно подать такой пирог не только к чаю, но и в качестве основного блюда, разложив куски по тарелкам.

## «ОСЕТИНСКИЕ ПИРОГИ»

Осетинская кухня



*Автор рецепта:  
Тамара Тудиева  
с. Долиновка  
Новоселицкий округ*

### Ингредиенты:

Для 3-х пирогов

мука пшеничная – 2 кг.

вода – 700 мл.

молоко – 200 мл.

соль – 1 ст.л.

сахар – 1 ст.л.

дрожжи сухие – 1 ст.л.

масло растительное – 8

ст.л.

масло сливочное – 50 г. сыр

(брынза) – 1 кг. 200г.

### Приготовление:

Воду смешиваем с молоком, нагреваем до комнатной температуры, добавляем соль, масло растительное 2 ложки, растопленное сливочное масло. Дрожжи смешиваем с сахаром, заливаем тёплой водой и ждём, пока поднимутся «шапкой». Муку просеиваем в большую чашку, делаем углубление, вливаем дрожжи и водно-молочную смесь. Замешиваем мягкое тесто, перекладываем в посуду, смазанную растительным маслом, накрываем пищевой пленкой, полотенцем и ставим в теплое место на 1,5 ч. Готовим начинку: сыр прокручиваем через мясорубку, добавляем соль, делим на 3 части и делаем «колобки». Готовое тесто тоже делим на «колобки», накрываем полотенцем и даём постоять 20 мин. Стол посыпает мукой, берём 1 «колобок» теста, разминаем руками в лепёшку, на середину выкладываем начинку и собираем вокруг неё тесто, равномерно распределяем начинку. Сковороду нагреваем в духовке, выкладываем туда пирог, в середине делаем небольшое отверстие, чтобы не вздулись, выпекаем до готовности. Каждый пирог смазываем обильно топлёным маслом.

Традиционное осетинское блюдо, без которого не обходится ни одно застолье. Для радостных мероприятий готовят 3 пирога: 1-й символизирует Солнце, 2-й – Землю, 3-й – Воду. Для траурных мероприятий ставят 2 пирога. Пирог, символизирующий Солнце, не ставят – для умершего Солнце померкло. Для свадеб готовят нечётное количество пирогов, для траура – чётное количество. С 3-мя пирогами встречают гостей и ходят в гости.

## «СЛОЁНЫЕ ХАЧАПУРИ»

Грузинская кухня



*Автор рецепта:  
Элина Терехова  
г. Кисловодск*

### Ингредиенты:

тесто слоёное  
бездрожжевое – 250 г.  
яйцо – 2 шт.  
сыр – 200 г.  
мягкое сливочное масло

### Приготовление:

Готовим начинку: сыр сулгуни натрите на крупной терке, добавьте одно куриное яйцо и тщательно перемешайте. При желании добавьте соль по вкусу. Стол присыпьте мукой, половину слоеного бездрожжевого теста раскатайте скалкой в форме квадрата толщиной 3–4 мм. Разрежьте пласт теста на 4 одинаковых квадрата. В каждую заготовку из теста положите по 1,5 ст. л. начинки. Соедините края квадрата из теста от угла к центру, в виде конверта. Аккуратно выровняйте поверхность хачапури ладонью, чтобы вышел воздух, и залепите плотно края. Противень смажьте растительным маслом. Хачапури из слоёного теста уложите на противень так, чтобы они не касались друг друга. Смажьте хачапури сверху взбитым куриным яйцом. Выпекайте хачапури при температуре 180°C 12–15 мин. Следите, чтобы хачапури не пригорели.

В каждом из регионов Грузии история возникновения и рецепты приготовления блюда хачапури отличаются необычностью и уникальностью. В переводе с грузинского слова «хачо» и «пури» означают сыр и хлеб – эти компоненты являются обязательными. Сырные лепешки используются в качестве будничного блюда, есть которое принято, заменяя обычный хлеб.



## «ШЕКЕР БУРА»

Азербайджанская кухня

### Ингредиенты:

молоко — 1/2 стакана  
желтки — 2 шт.  
мука пшеничная — 600 г.  
топленое масло — 160 г.  
сметана — 150 мл.  
миндаль — 300 г.  
сахар — 2 ст. л.  
сахарная пудра — 1 стакан  
кардамон и гвоздика — по вкусу

*Автор рецепта:  
Раиса Мехтиева  
с. Трасковейя  
Буденновский округ*

### Приготовление:

Для приготовления теста желтки соединяем со сметаной и сахаром, взбиваем. В топленое масло насыпаем немного муки и перемешиваем, вливаем тонкой струей молоко. Соединяем в миске яично-сметанную смесь с топленым маслом, постепенно подсыпая оставшуюся муку и замешиваем хорошее плотное тесто. Разделяем его на небольшие части и ставим в холодильник на 1,5–2 часа. Орехи подсушиваем на сковороде, измельчаем практически до состояния муки, пересыпаем в миску и соединяем с сахарной пудрой, кардамоном и гвоздикой. Все перемешиваем. Достаем по 1–2 кусочка теста и раскатываем размером с блюдце и толщиной 2 миллиметра. Щедро накладываем начинку, после чего скрепляем края, как вареники, делая косичку и украшая рисунками. Рисунки можно наносить палочкой или пинцетом. Так проделываем со всеми остальными кусочками. Выпекаем в разогретом до 180°C духовом шкафу пять минут, после чего убавляем до 160°C и выпекаем около 20 мин. до появления румяной корочки.

В каждой стране есть свои необычные рецепты, которые готовят в особые дни. В Азербайджане — шакер бура.

Печётся в период весеннего праздника Новруз. Она является символом луны. Помимо этого на этот же праздник готовятся другие блюда — гогал, который является символом солнца и пахлава — символ звезды.



*Автор рецепта:  
Эльмира Санжиева,  
с. Малая Ямалга  
Анакасенковский округ*

## «БОРЦОКИ»

Калмыцкая кухня

### Ингредиенты:

мука пшеничная – 700 г.  
яйцо – 1 шт.  
молоко – 250 мл.  
дрожжи – 30 г.  
сахар – 20 г.  
соль – 30 г.  
масло для жарки – 2 ст. л.

### Приготовление:

Молоко нагреть до 40°C, добавить растопленное сливочное масло, яйцо, сахар, соль, дрожжи. В полученную массу всыпать муку и хорошо перемешать. Поставить в тёплое место на 3–4 часа. Когда тесто увеличится в объеме в 1,5 раза, его нужно обмять и вновь поставить для брожения (эту процедуру можно повторить 2–3 раза). Из готового теста можно делать лепешки различной формы, оставив их еще на некоторое время подойти. Жарить борцоки в казане с большим количеством подсолнечного масла.

Без этого традиционного для народа блюда калмыки не ходят в гости. Они могут быть выпечены в виде различных фигурок, каждая из которых имеет свое значение: Круглая форма обозначает солнце. Несет радость в дом, кольцо из теста с загнутыми замочками – тогш, символизирует единство клана. Если сноха, выпекая такие борцоки, допускала, чтобы концы торчали вверх или разошлись, то свекровь была ее по рукам, приговаривая: «Ты что, хочешь накликать ссоры и раздоры в семье?».



## «ПЫШКА НА ДРОЖЖАХ»

Кухня духовных молочан



*Автор рецепта:  
Татьяна Коробченко  
пос. Заря  
Львовский округ*

### Ингредиенты:

мука пшеничная – 2 кг.  
молоко – 1 л.  
яйца – 2 шт.  
дрожжи – 30 г.  
сахар – 20 г.  
соль – 1 ст.л.  
масло для жарки – 1 л.  
для теста – 50 г.

### Приготовление:

Муку просеять, сделать воронку, насыпать дрожжи по всей воронке. Отдельно нагреть молоко до температуры парного (если молоко парное, греть не надо), вбить в него яйца, добавить соль, сахар, масло растительное. Перемешать венчиком до однородного раствора. Влить смесь постепенно в воронку муки, перемешивая до густой консистенции. Получившийся колобок теста оставить на 1,5-2 ч. (можно при комнатной температуре). Когда масса увеличится в 1,5 раза, ещё 1-2 раза перемесить. Из готового теста раскатать лепёшки по размеру сыворода толщиной около 1 см. Жарить на сывороде в хорошо разогретом масле.

– Чем пахнет детство? – спросите у меня...

И я словно перенеслась в него, в моё весёлое беззаботное детство, когда просыпашься, а в доме парит знакомый запах. Сонно протирая глаза, выхожу на кухню. А там большая семья за большим столом. Отец улыбается: «Соня, опоздаешь в любимую школу». На завтрак пышки, сметана, домашний солёный сыр и, конечно же, свежий ароматный чай. Сорок лет, как один миг пролетели. Я и сейчас тороплюсь в любимую школу. Только пышками теперь угощаю своего внука: «Соня, торопись, а то опоздаем в садик».



## «КАТЛАНЫ»

Русская кухня



*Автор рецепта:  
Любовь Беленко  
с. Вознесенское  
Анастасенковский округ*

### Ингредиенты:

молоко — 100 мл.  
вода — 150 мл.  
яйцо — 1 шт.  
сливочное масло — 30 г.  
сахар — 1 ст.л  
соль — 2 ч.л.  
сухие дрожжи — 2 ч.л.  
мука — 4 ст.л

### Приготовление:

Растворить дрожжи в тёплой воде с сахаром, сюда же добавить молоко, яйцо, масло и соль. Всё хорошо перемешать, добавить муку и замесить мягкое тесто. Поставить его в тёплое место на 1,5-2 часа. После того, как тесто хорошо увеличится в объёме, можно приступить непосредственно к изготовлению катланов. Тесто раскатать в пласт толщиной 0,5 см. Смазать пышку любым жиром и сверху слегка посыпать солью. Затем пышку свернуть в рулет и разрезать поперёк на кусочки шириной 1,5-2 см. Каждый кусочек обмакнуть в муку, прижав и придав форму лепёшки. Обжарить на сковороде до золотистого цвета на любом жире или растительном масле.

Катланы — это блюдо наших бабушек и прабабушек. Во все времена хозяйкам хотелось порадовать своих близких вкусоностями. Вот и появились такие необычные пышечки.

Для их приготовления требовалось минимум продуктов, которые имелись в каждом сельском доме. Считалось, что в доме праздник, когда катланы подавали к свежему борщу со сметаной.



## «СЫРНИКИ»

Русская кухня



*Автор рецепта:  
Белик Виктория  
г. Светлогорск*

### Ингредиенты:

творог – 200 г,  
сахар – 1 ст. л.  
соль на кончике ножа  
ванильный сахар – 1 ч. л.  
яйцо – 1 шт.  
мука – 1-2 ст. л., 2-4 ст. л.  
для раскатывания теста и  
панировки сырников  
растит. масло – 2-3 ст. л.

### Приготовление:

Для приготовления теста творог протрите через частое сито в миску. Если творог слишком влажный, откиньте его на марлю, сложенную вчетверо, и отожмите. В миску с творогом добавьте обычный и ванильный сахар, соль. Перемешайте. Яйцо взбейте венчиком, добавьте в творожную массу и перемешайте. В творожную массу всыпьте муку. Перемешивайте лопаточкой до получения теста однородной гладкой консистенции. Миску с тестом для сырников уберите на 15 мин. в холодильник. Стол присыпьте мукой, выложите тесто и сформируйте из него сырники. Каждый обваляйте в муке и оставьте на столе, присыпанном мукой, до использования. В большой сковороде диаметром 24-26 см. хорошо нагрейте растительное масло. Выложите в нее сырники и жарьте по 2 минуты с каждой стороны до румяной корочки. Сковороду с домашними сырниками накройте крышкой и держите на слабом огне 3 мин. На стол подайте горячими, дополнив сметаной, густым молоком, вареньем или джемом.

Сырники домашние – блюдо по-особому теплое, вызывающее самые приятные ассоциации. Некоторые спрашивают, почему их называют именно так, ведь главный ингредиент блюда вовсе не сыр, а творог. Дело в том, что хорошо знакомое нам название этого кисломолочного продукта получилось только в XVIII веке. До этого же времени в России творог называли просто «сыр», а блюда из него – «сырными». В старых книгах, например, пасха именуется именно «сырной». Кстати, толстые творожные оладушки (то есть домашние сырники) готовили в нашей стране издавна, их подавали на масленицу наряду с пышными дрожжевыми блинами или тонкими блинчиками.

## «РОГАЛИКИ С ТВОРОГОМ»

Русская кухня



*Автор рецепта:  
Елена Андреева  
с. Арзгир*

### Ингредиенты:

Опара:

дрожжи — 1,5 ч.л.

сахар — 1,5 ч.л.

молоко — 300 мл.

мука — 1,5 ст.л.

Тесто:

мука пшеничная — 600 г.

маргарин растопленный —  
60 г.

яйцо — 1 шт.

сахар — 5 ст.л.

сметана — 1,5 ст.л.

растит. масло — 2 ст.л.

### Приготовление:

Приготовить опару: смешать дрожжи, сахар, молоко, муку, оставить в тёплом месте на 10-15 мин., чтобы дрожжи активировались. Молоко нагреть до 40°C, добавить дрожжи, растопленный маргарин, яйцо, сахар, муку. Поставить в теплое место на 15 мин. В муку добавляем остальные ингредиенты по рецепту, добавляем опару и замешиваем тесто. Когда тесто увеличится в объеме в 1,5 раза, его нужно обмять и вновь поставить для брожения (эту процедуру можно повторить 2-3 раза). Из готового теста можно делать лепешки: разрезаем на треугольники и заворачиваем творог. Выкладываем на противень, и даём время рогаликам подойти. Смазываем их смесью желтка с молоком и посыпаем маком. Отправляем в разогретую духовку до 180°C на 15 мин.

Символом благополучия и достатка на Руси всегда был хлеб — один из основных продуктов питания. А праздничная трапеза не обходилась без выпечки. Рогалики выпекались с разными начинками и подавали как в праздничные, так и будние дни.



## «ПИРОЖОЧКИ С ТВОРОГОМ»

Русская кухня



*Автор рецепта:  
Валентина Агафонова  
с. Язгули  
Анапсенковский округ*

### Ингредиенты:

#### Тесто:

молоко – 1 стакан  
растопленный маргарин – 6 ст. л.  
яйцо – 4 шт.  
дрожжи – 2,5 ч. л.  
мука – 4 ст. л.  
соль, ванилин

#### Начинка:

творог, сахар, ванилин, изюм  
яйцо – 1 шт. для смазывания  
сметана для соуса – 1 л.

### Приготовление:

Молоко нагреть до 40°C, добавить растопленный маргарин, соль, дрожжи. В полученную массу всыпать муку и хорошо перемешать. Замесить тесто и оставить на 40 мин. подходить. Затем перемесить, добавить ванилин и оставить ещё на 30-40 мин., чтобы тесто хорошо подошло. Затем раскатать тесто в пышку толщиной 0,5 см, формочкой выдавить пышечки, на каждую выложить начинку из творога и слепить края. Смазать пирожочки взбитым яйцом и поставить выпекаться в духовку до золотистой корочки при 180°C на 20 - 25 мин. Готовые пирожочки распарить в соусе из домашней сметаны с добавлением сахара и ванилина.

Данное блюдо очень часто готовили хозяйки в советские времена на значимые торжества: юбилеи, свадьбы, проводы. И расходилось оно всегда на «ура»!

## «ПАХЛАВА»

Узбекская кухня



Автор рецепта:  
Надежда Соколова  
г. Ессентуки

### Ингредиенты:

маргарин – 300 г.  
сметана – 200 г.  
сода – 1 ч.л.  
мука пшеничная – 3-4  
стакана  
желток – 3 шт.  
белок – 4 шт.  
сахар – 2 стакана  
грецкие орехи молотые – 2  
стакана  
грецкие орехи половинки –  
20 шт.

**Приготовление:** Для начинки белки взбить с сахаром в крутую пену, добавить молотые грецкие орехи и все перемешать. Для теста в емкость высыпать муку, сделать углубление в середине, добавить порезанный кубиками маргарин, вылить сметану, размешанную с содой и желтки. Все порубить ножом, скатать мягкое и упругое тесто. Тесто разделить на 3 неравные части: 1 часть побольше – для верха пахлавы, 2 поменьше – для низа. Нижнюю часть теста раскатать и уложить в форму для выпечки (30 см/25 см), на тесто выложить половину начинки. Сверху положить среднюю часть теста, раскатанную в прямоугольную форму. Выложить вторую часть начинки. Накрыть раскатанной третьей большей частью теста, а края загнуть под первую часть по всей форме выпечки. Смазать оставшимся желтком, нарезать мокрым ножом на маленькие ромбики. Положить в середину каждого ромбика половинку грецкого ореха. Выпекать в предварительно разогретой до 180°C духовке 30–40 минут. Готовую пахлаву подать к столу.

Сладкий десерт, сотканный из легенд. Так еще называют это блюдо, любимое многими народами Востока. По одной из них, султан, впервые попробовавший это лакомство, воскликнул: «Пах-пах-пах! Лава». Пах – восхищение, выражающее особый восторг и удовольствие. Лава – переводится с армянского как хорошо, прекрасно.

О, пахлава! К тебе мои слова!  
Достойна ты быть лакомством султанов,  
И это не пустая похвала,  
Любить тебя и ждать не перестану.

## «ПИРОГ-РУЛЕТ»

Русская кухня



*Автор рецепта:  
Валентина Лидогубова  
с. Дивное  
Алакасенковский округ*

### Ингредиенты:

Дрожжи сухие – 1/2 ст. л.  
Сахар – 1/2 стакана  
Молоко – 1,5 стакана  
Соль – 1 щепотка  
Мука – 4 стакана  
Варенье – 200-300 г.  
Яйцо – 2 шт.  
Маргарин – 100 г.

### Приготовление:

Молоко немного нагреть, добавить в него дрожжи, размешать. После полного растворения дрожжей добавить к ним соль, сахар и вбить 2 куриных яйца. Маргарин растопить, затем влить в молоко с дрожжами. Просеянную муку добавить в миску к жидким составляющим, замесить мягкое тесто. Оставить его на 2-3 часа. Подошедшее тесто разделить на части, каждую часть тонко раскатать. Достать любимое варенье и распределить его по всей поверхности лепешки, затем свернуть в рулет. Противень смазать маргарином и выложить приготовленные рулеты, оставить на 1 час, после этого отправить в разогретый до 180°C духовой шкаф, выпекать до румяной корочки около 40-60 мин. Готовый рулет посыпать сахарной пудрой, нарезать на кусочки и подать к столу, он получается сладким и мягким.

В качестве начинки можно брать любое варенье. Такие рулеты можно сделать с маком и изюмом. Это отличный вариант чаепития для всей семьи.

## ПИРОГ «ИМПРОВИЗАЦИЯ»

Русская кухня



Автор рецепта:  
Наталия Качура  
с. Дивное  
Апанасенковский округ

### Ингредиенты:

Для теста: яйца — 3 шт.  
сахар — 3 ст. л.  
молоко — 100 мл.  
дрожжи — 1 ст. л.  
масло сливочное — 200 г.  
мука пшеничная — 3 стакана  
Для начинки: маж — 160 г.  
молоко — 5 ст. л.  
масло шоколадное — 100 г.  
шоколад молочный — 100 г.

**Приготовление:** В миске взбить яйца с сахаром, растопить сливочное масло, смешать растопленное масло с взбитыми яйцами, в тёплом молоке развести дрожжи и добавить их к яичной массе, затем в получившуюся смесь всыпаем муку и замешиваем тесто. Получившееся тесто ставим в тепло на 1 ч. Пока тесто подходит, готовим начинку. Наливаем в кастрюлю молоко, добавляем в него маж, на медленном огне провариваем эту смесь, доводим массу до кипения и даём ей немного настояться. Шоколадное масло размягчить. Берём уже подошедшее тесто, равномерно раскатываем его в прямоугольный пласт, смазываем шоколадным маслом, поверх масла раскладываем маж, тщательно распределяя его по всей поверхности будущего пирога. На получившуюся начинку в хаотичном порядке выкладываем кусочки шоколада. Получившуюся заготовку сворачиваем в рулет, который затем нарезаем на небольшие кусочки, шириной 5-6 см. Берём круглую форму для выпечки, смазываем её сливочным маслом, формируя красивый цветок. Выкладываем кусочки будущего пирога, так чтобы края срезов оказались один внизу, другой наверху, так, чтобы была видна начинка. Оставить пирог на столе на 10-15 мин., чтобы тесто подошло при комнатной температуре.

Пирог разборный «Импровизация» был создан специально для библио-карая «Дар маленького зёрнышка», в рамках краевого марафона традиций «Ставропольская горбушка». Рецепт этого пирога мне навеяли многочисленные кулинарные шедевры традиционной русской кухни, это дань традициям русского народа. Таким пирогом можно поделиться с друзьями и родственниками, отдавая им частичку своего тепла. Ведь сохраняя и приумножая культурное наследие наших предков, мы сохраняем историю нашей великой страны.

## «ПИРОГ ОТ БАБЫ МАШИ»

Русская кухня



*Автор рецепта:  
Мария Котлярова  
г. Новонавловск,  
Кировский округ*

### Ингредиенты:

любое густое варенье – 300 г.  
молотые грецкие орехи – 150 г.  
мука – 550 г.  
молоко – 200 мл.  
дрожжи сухие – 10 г.  
яйцо – 2 шт.  
масло сливочное – 50 г.  
масло растит. – 30 г.  
сахарный песок – 5 ст. л.  
соль 1 щепотка,  
ванилин 1 г.

### Приготовление:

Муку просейте через сито, чтобы насытить кислородом. Молоко нагрейте до теплого состояния. Дрожжи растворите в теплом молоке. Добавьте сахар, соль и немного муки. Оставьте постоять на 20 мин. Добавьте в чашу растопленное сливочное и растительное масло, яйца и ванилин. Все смешайте с помощью венчика. Постепенно подсыпайте в чашу просеянную муку и замешивайте тесто. Готовое тесто мягкое и не липнет к рукам. Накройте тесто полотенцем и поставьте в теплое место, чтобы оно подошло на 1 час. Из теста получится 2 пирога, примерно 25-30 см. в диаметре. Но можно сделать и один большой или 4 маленьких. Часть теста раскатайте в круг. Выложите на тесто густое варенье (или повидло), смешанное с орехами, и распределите по всей поверхности, немного не доходя до краев. Затем края теста заверните наверх. Оставшееся тесто оформите по верху пирога. Дайте пирогу постоять минут 10-15. Смажьте желтком и поставьте в духовку, предварительно разогретую до 190°C на 20-25 мин.

Русский пирог - это традиция изобилия. Не зря его история корнями уходит в славянское язычество. И на сегодняшний день к столу дорогим гостям не стыдно поставить сытный пирог. Собственно, само слово «пирог» происходит от древнерусского «пир» и указывает на то, что ни одно торжественное застолье без них не обходилось.

## «КУЛИЧ ПАСХАЛЬНЫЙ»

Русская кухня



Автор рецепта:  
Евгения Чеснокова  
г. Кисловодск

### Ингредиенты:

мука — 1,5 кг.  
тёплое молоко — 0,5 л.  
сухие дрожжи — 21 г.  
сливочное масло — 100 г.  
яйцо — 4 шт.  
сахар — 225 г.  
ванильный сахар — 1 пакет  
изюм — 300 г.  
белок — 4 шт.  
соль  
лимонная кислота

### Приготовление:

Опара: 2 столовые ложки муки перемешиваем с 2 столовыми ложками сахарного песка, добавляем дрожжи, потихоньку заливаем тёплым молоком, перемешиваем до однородности, накрываем и убираем в тепло. В отдельной чаше просеиваем муку, добавляем ванильный сахар, щепотку соли, растопленное сливочное масло, яйца, взбитые с сахарным песком, и подошедшую опару. Всё месим до однородного пластичного теста, добавляем изюм. Ставим в тёплое место и даём тесту подойти. Когда тесто подойдёт, формируем шарики, раскладываем по формочкам и снова оставляем, чтобы тесто подошло уже в формочках. Ставим в духовку на 20 минут, разогретую до 180°C. Готовые куличи украшаем белковой помадкой. Белковая помадка: взбиваем 4 охлаждённых белка с щепоткой соли до крепкой пены, постепенно всыпаем 250 г. сахарного песка и продолжаем взбивать до острых пиков. В конце добавляем лимонную кислоту на кончике ножа.

В прошлом у различных народов было принято печь весной хлеб и приносить его в жертву богам плодородия. Кулич часто упоминается в языческих обычаях, а с приходом христианства он стал главным и важнейшим атрибутом новой религии. Теперь кулич — это пасхальный хлеб, напоминающий нам о Воскресении Христовом. История кулича связана уже с апостольскими временами, когда зародилась традиция празднования одного из главных христианских праздников Пасхи.



## «ЦЫГАНСКАЯ ПАСХА»

Цыганская кухня



*Автор рецепта:  
Любовь Богарова  
с. Топицкое  
Бетровский округ*

### Ингредиенты:

молоко – 1 стакан  
дрожжи – 50 г.  
сливочного масла – 50 г.  
сметана – 30 г.  
смалец – 20 г.  
растит. масло – 20 г.  
яйцо – 5 шт.  
сахар – 250 г.  
изюм – по вкусу  
мука сколько тесто возьмет  
начинку можно  
использовать любую, но  
обычно идёт сладкая

### Приготовление:

Молоко и дрожжи смешать, сделать опару, яйца взбить с сахаром до бела, в яйца добавить опару, сливочное масло, сметану, смалец, растительное масло, добавлять порционно муку и замешивать тесто. Готовое тесто поставить в теплое место часа на 2-3, перебить три раза и можно выпекать изделия.

Цыганская пасха – один из важнейших календарных праздников цыган России. Пасхальные традиции цыган практически не отличаются от традиций окружения: цыгане красят яйца, выпекают и освящают куличи, устраивают застолья. Выпекать куличи начинали в пятницу, накануне праздника, собирались женщины семьи и вместе готовили тесто из пшеничной муки с добавлением сливочного масла, сахара, яиц, изюма.



## «КЕКС ПРАЗДНИЧНЫЙ»

Английская кухня



Автор рецепта:  
Татьяна Новикова  
с. Голицкое  
Жетровский округ

### Ингредиенты:

яйцо – 2 шт.  
сахар – 150 г.  
пшеничная мука – 140 г.  
какао-порошок – 30 г.  
кефир – 120 мл.  
растит. масло – 70 г.  
кофе – 120 мл.  
сода – 0,5 ч.л.  
щепотка соли и ванилина

### Крем:

густая сметана – 160 г.  
слив. масло 82,5% – 150 г.  
сахарная пудра – 100 г.

### Приготовление:

Соду погасить кефиром, добавить остальные ингредиенты, замесить тесто. Готовое тесто выкладывать в заранее приготовленные формочки и выпекать в духовом шкафу.

Для крема в сметану добавить размягченное масло слегка взбить, добавить сахарную пудру и взбить до пышного объема. Переложить в кондитерский мешок и, когда остынут, украсить готовые кексы.

Традиционно в Англии этот кекс готовили по случаю всяких общественных мероприятий, сбора урожая, праздничных дней и т.д., так что этот рецепт можно справедливо назвать народным. Думаю, что этот рецепт очень близок к тому, который автор величайшей книги «Властелин Колец» помнил из своего детства. Вот такой замечательный эпизод есть у Толкиена: «Бильбо, к собственному удивлению, поспешно побежал в погреб, чтобы наполнить пивную кружку, и в кладовую, чтобы принести два прекрасных круглых кекса, которые он испек в этот же день для своего лакомого перекуса после ужина»

## «ПЕЧЕНЬЕ ИМБИРНОЕ»

Английская кухня



Автор рецепта:  
Татьяна Новикова  
с. Торицкое  
Ягловский округ

### Ингредиенты:

мука — 360 г.  
мёд — 100 г.  
сахар — 100 г.  
масло слив. — 100 г.  
сода — 1 ч.л.  
яйцо — 1 шт.  
желток — 1 шт.  
соль щепотка  
имбирь, корица, гвоздика по вкусу  
Глазурь: белок — 1 шт.  
сахарная пудра — 170г.  
лимонный сок — 0,5 ч.л.

### Приготовление:

Масло растопить, смешать с остальными ингредиентами, замесить тесто. Из готового теста раскатываем пласты и с помощью формочек делаем фигурки. Выпекать в духовом шкафу. Глазурь наносить на остывшее печенье.

Имбирное печенье пользуется популярностью в Европе еще с крестовых походов. На территорию Европы имбирь был привезен с Востока.

Существует древняя легенда, согласно которой первыми добавлять в выпечку имбирь начали английские монахи. Еще в 11 веке монах Патриц решил замесить тесто в форме из натурального дерева и щедро добавил в него специи, которые привез его родственник из крестового похода. Он предал выпечке форму крестов, фигурок святых и ангелов. Вскоре вкусное имбирное лакомство оценил по достоинству весь монастырь. Настоятель даже попросил монаха приготовить фигурки к Рождеству для украшения ели. Уже в 19 веке появилась традиция придавать пряникам определенную форму, например, архитектурные шедевры — маленькие дома и целые пряничные городки. Имбирное печенье в европейских странах — это обязательный атрибут зимних праздников.



# РЕЦЕПТ



## Ингредиенты

## Приготовление:

СТАВРОПОЛЬСКАЯ  
УНИВЕРСАЛЬНАЯ  
БИБЛИОТЕКА

170

# Ставропольская ГОРБУШКА

КРАЕВОЙ МАРАФОН  
ТРАДИЦИЙ

2022 год

КУЛЬТУРНОГО  
НАСЛЕДИЯ

НАРОДОВ  
РОССИИ