

# ВКУС ТУРЦИИ

**50 главных  
рецептов  
турецкой кухни  
от русской  
невестки**



**Ирина Эрдоган**

**Ирина Эрдоган**  
**Вкус Турции. 50 главных**  
**рецептов турецкой кухни**  
**от русской невестки**

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=68035301](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=68035301)*  
*SelfPub; 2024*

**Аннотация**

В книгу вошли основные рецепты турецких блюд, без которых не обходится жизнь ни одной семьи в этой стране. А посвящена она, прежде всего, девушкам и женщинам, которые вышли замуж и переехали в Турцию, а теперь проходят тот же путь, что проходила и я когда-то. Книга включает в себя несколько глав, посвященных основам основ местной кулинарии: завтракам, холодным закускам (мезе), супам, горячим блюдам и десертам. Эти рецепты научат вас готовить не хуже турецких хозяек, а, может, и лучше. Вы сможете создавать меню на каждый день, подходящее не только для взрослых, но и для детей, для семьи и гостей. Все блюда сбалансированы, содержат много овощей, бобовых, позволяют питаться максимально разнообразно. А ещё вы научитесь разбираться в турецких традициях, способах хранения и правильном применении специй. Для этого я сделала

специальную памятку. Каждый рецепт книги – это технология блюда, а также его история и полезные советы.

# Содержание

Предисловие	8
Памятка	10
Пряности, приправы, специи	13
Турецкий завтрак	18
Яичница с помидорами и перцем «Менемен»	23
Соус-намазка «Аджука»	26
Паста из оливок	29
Пасты из орехов	32
Варенье из айвы	37
Турецкий пирог с сыром «Бёрек»	40
Поача (булочки) с картофелем	44
Базлама (лепёшки)	47
Пиши, или жаренные во фритюре пончики	51
Мухлама	54
Конец ознакомительного фрагмента.	57

**Ирина Эрдоган**  
**Вкус Турции. 50 главных**  
**рецептов турецкой кухни**  
**от русской невестки**



**Автор: Ирина Эрдоган**  
**@irinaerdogan\_turkey**

**Редактор: Евгения Перфильева**  
**@jane.perfileva**

**Обработка фотографий: Екатерина Махнёва**  
**@katy.photographer**

# Предисловие

Меня зовут Ирина Эрдоган, а это мой гид по турецкой кухне, который включил в себя базовые и очень любимые турками блюда.

Без них не обходится жизнь ни одной турецкой семьи, от традиционной до современной, от состоятельной до стеснённой в средствах. Эти блюда можно найти в ресторанах каждого региона страны, от самых дорогих до простых локант. А ещё они совсем не знакомы нашим туристам, которые часто судят по турецкой еде исключительно на основе кухни в пятизвездочных отелях, где готовят вкусно, но не аутентично.

Прежде всего мой гид посвящён девушкам и женщинам, которые вышли замуж и переехали в Турцию, а теперь проходят тот же путь, что и я. Живя здесь, рано или поздно мы все хотим научиться готовить как местные, но не знаем, к кому обратиться, чтобы получилось вкусно и по-домашнему.

Турецкая еда неотделима от традиций, а это значит, что каждое блюдо пронизано определённым смыслом. Какой десерт принести в гости на Байрам? Что подойдёт для ифтара? Как накрыть турецкий завтрак для всей семьи и не остаться без сил? Как принять турецких гостей и удивить их мясным разнообразием? Как подступиться к мезе? Ответы на эти вопросы я когда-то искала с большим трудом, поэтому сегодня мне хочется помочь каждой из читательниц.

Здесь – база, которая позволит вам создавать меню на каждый день, готовить как для детей, так и для взрослых. Все блюда сбалансированы, содержат много овощей, бобовых, позволяют питаться максимально разнообразно, многие подходят вегетарианцам. Каждый рецепт рассчитан на четыре – шесть персон.

Начав готовить по-турецки, вы окунётесь как в мир османской высокой кулинарии, так и простой, но сытной еды обычных людей, узнаете, какое влияние оказали греческие, балканские, кавказские и арабские традиции, начнёте понимать, как меняется кухня страны от региона к региону, выберете свои любимые вкусовые сочетания.

Чтобы разобраться в приправах, специях, их названиях на турецком языке, я подготовила памятку с переводом основных понятий. Вы найдёте её внутри сборника.

О турецкой кухне я рассказываю и в своих соцсетях: @irinaerdogan\_turkey, а также на онлайн и офлайн уроках.

Noş geldiniz и, конечно, afiyet olsun!

# Памятка



Практически каждый рецепт турецкой кухни требует использования определённых специй и приправ, некоторые из них могут быть нам не знакомы.

Приобрести их в фабричных упаковках можно в любом супермаркете, в рассыпном виде – купить в специализированных магазинах, так называемых «актарах» (от тур. aktar – лавка с пряностями и травами). Тут найдутся не только всевозможные турецкие приправы, но и масла, чай, а продавцы всегда разрешают их попробовать и понюхать.

В рецептах мы часто используем особый турецкий йогурт, немного похожий на сметану – «süzme» («сцеженный»). Он продаётся в любом супермаркете, но можно приготовить и самим, выложив обычный йогурт на дуршлаг и дав постоять несколько часов, чтобы ушла лишняя жидкость.

Отдельно хочется сказать об уксусе: турки широко используют его для приготовления соусов, маринадов, салатов и различных закусок. Чаще всего это натуральные виноградный или яблочный уксусы. Крепость у них примерно 4–6%. Считается, что такой уксус, изготовленный из спелых, свежих, сезонных фруктов методом ферментации, благотворно влияет на здоровье. Чтобы сделать правильный выбор, покупая уксус в магазине, нужно обращать внимание на продукт в тёмных стеклянных бутылках с надписями «Doğal» или «Organik». Виноградный уксус бывает светлого и тёмного цветов, в зависимости от сорта винограда. Более мягкий

по вкусу – уксус яблочный.

# Пряности, приправы, специи

## # А

Арахис – Yer fıstığı

Арахисовое масло – Yer fıstığı yağı

Арахисовая паста – Fıstık ezmesi

## # Б

Базилик зелёный – Fesleğen

Базилик фиолетовый – Reyhan

Бадьян, или анис – Anason

Булгур крупный – Pilavlık bulgur

Булгур мелкий – Köftelik bulgur

## # В

Ваниль, или ванилин – Vanilya

Ванильный сахар – Şekerli vanilin

Виноградный уксус – Üzüm sirkesi

## # Г

Гвоздика – Karanfil

Горчица – Hardal

Горчичный порошок – Hardal tozu

Гранатовый сироп Наршараб – Nar ekşisi 100%

## # Д

Дрожжи сухие – Kuru maya

Дрожжи сырые – Yaş maya

Дрожжи быстродействующие, сухие – Instant kuru maya

## # З

Зира молотая, или кумин – Kimyon

## # И

Имбирь – Zencefil

Изюм мелкий тёмного цвета без косточек сорта «коринка» или «ирга». Можно заменить на сушёную чёрную смородину – Kuş üzümü

## # К

Кардамон – Kakule

Карри – Köri

Корица молотая – Tarçın

Корица палочка – Tarçın çubuğu

Кинза – Kişniş Otu

Кориандр (семена) – Kişniş tohumu

Кокос – Hindistan cevizi

Кокосовая стружка – Hindistan cevizi rendesi

Кедровые орехи – Dolmalık fıstık / Çam fıstığı

Кунжут – Susam

Куркума – Zerdeçal

Кумин молотый, или зира – Kimyon

## # Л

Лавровый лист – Defne yaprağı

Лаванда – Lavanta

Льняные семена – Keten tohumu

## # М

Мята сушеная – Kuru nane

Мускатный орех – Muskat cevizi

Миндаль – Badem

Миндаль измельчённый – Badem tozu

Мак – Haşhaş

Мука – Un

Мука цельнозерновая – Tam buğday unu

## # О

Оливки – Zeytin

Оливковое масло – Zeytinyağı

Оливковое масло «Extra Virgin» – Natürel sızma zeytinyağı

## # П

Перец душистый – Yenibahar

Перец красный, или паприка – Kırmızı toz biber

Перец красный хлопьями – Pul biber

Перец красный острый (Чили) – Acı kırmızı biber

Перец чёрный – Karabiber

Перец чёрный горошком – Tane karabiber

Перец белый – Beyaz biber

Перец «Исот» – İsoot biberi

Перцовая паста / паста из перцев – Biber salçası

Петрушка – Maydanoz

## # Р

Розмарин – Biberiye

Разрыхлитель – Kabartma tozu

## # С

Сумах, или сумах – Sumak

Соевый соус – Soya sosu

Сода – Karbonat

## # Т

Тимьян сушеный – Kekik

Томатная паста – Domates salçası

## # У

Укроп – Dereotu

Уксус – Sirke

## # Ч

Чёрный тмин – Çörekotu

### # Ш

Шафран – Safran

Шалфей – Adaçayı

### # Ф

Фисташка – Antep fıstığı

Фундук – Fındık

Фундучное масло – Fındık yağı

Фундучная паста – Fındık ezmesi

### # Э

Эстрагон, или тархун – Tarhun

### # Я

Яблочный уксус – Elma Sirkesi

# Турецкий завтрак



Турецкий завтрак – это не просто приём пищи, это настоящий ритуал, событие, которое собирает всю семью и длится с утра и до позднего обеда по выходным. Однако и в будни перед турками на завтрак выстраивается целый ряд разноцветных тарелочек: оливки, сыр, мёд, варенье, овощи, яйца, свежий хлеб, а к ним ещё и выпечка...

Само слово «kahvaltı» переводится как «перед кофе, до кофе», оно родилось в османский период, когда для султана накрывали стол, уставленный разными угощениями, а после подавали кофе. Сегодня традиция пить кофе ушла в прошлое: на завтрак чаще подают чай, при этом целыми чайниками или даже самоварами.

Стол для завтраков накрывается яркий, красочный: приглашаются гости, блюда подаются с пылу, с жару. Определение «королевский» как нельзя лучше описывает такую трапезу. Из чего же она состоит?

Свежие сезонные овощи – обязательный элемент завтрака. Чаще всего это огурцы, помидоры, неострый стручковый перец, зелень.

Сыры могут быть разные, однако их никогда не бывает меньше четырёх – пяти видов. Сыр из коровьего, козьего, овечьего молока, белый сыр (мы знаем его как брынзу или сыр фета), кашар (kaşar), больше всего похожий на российский, и тулум (tulum), изготовленный в овечьей шкуре.

Оливки и маслины, которые своим разнообразием конку-

рируют с сырами. Зелёные, чёрные, немного розоватые, пурпурные – всё это плоды одних деревьев, но какие-то не дозрели, а какие-то созрели. Их вкус зависит и от сорта дерева, региона, климата, близости моря и технологии приготовления. Как выбрать лучшие? Только пробовать, благо это можно сделать в любом турецком магазине или рынке. Кстати, оливки хорошо хранятся, если переложить их в стеклянную или керамическую посуду, залить оливковым маслом и убрать в тёмное место, но не в холодильник. При подаче на стол плоды можно сдобрить специями: тимьяном, зёрнами кориандра, сумаком, чесноком, красным перцем хлопьями, сушёной мятой и лимоном.

Хлеб должен быть исключительно свежий. Для этого с утра нужно обязательно сходить до ближайшей пекарни. Хлеба едят много: ломают руками, макают в яичницу, намазывают маслом, аджукой, пастой из оливок, вареньем, мёдом, каймаком (густыми сливками).

Симит, хрустящий турецкий бублик, занимает отдельное место. Его конкуренты – поачи, бёреки, гёзлеме с разными начинками.

Блюда из яиц готовят на разные вкусы: яйца отваривают, жарят с турецкой колбасой (суджуком) или вяленым мясом (бастурмой), готовят с помидорами и перцем (менемен).

Густые сливки – каймак, едят с мёдом и белым хлебом. Помимо мёда «сладкую» часть составляют варенья и джемы,

паста из орехов, любимая турками шоколадная фундучная паста.

Запивать это изобилие нужно турецким чаем, который не переводится в стаканчиках гостей. Чайные потребности турецкой нации обеспечивает целый регион – Карадениз, где выращивают чай для всех турецких поставщиков.

Воспроизвести такой завтрак дома кажется сложным, однако большая часть блюд может быть приготовлена или куплена заранее (аджука, паста из орехов, варенье, оливки, каймак, мёд, джем). О том, как сделать этот процесс легче и насладиться ритуалом королевского завтрака – ниже.

- **Яичница с помидорами и перцем «Менемен»**
- **Соус-намазка «Аджука»**
- **Паста из оливок**
- **Пасты из орехов (фундучная и арахисовая)**
- **Варенье из айвы**
- **Турецкий пирог с сыром «Бёрек»**
- **Поача (булочки) с картофелем**
- **Базлама (лепёшки)**
- **Пиши, или жаренные во фритюре пончики**
- **Мухлама**

## Яичница с помидорами и перцем «Менемен»



Эта яркая и сытная яичница с помидорами и перцем – основа турецкого завтрака. Её аналог есть в Израиле, Азербайджане, Армении. В каждом регионе Турции менемен готовят по-разному. Интересно, что иногда её едят на обед и

ужин, тогда в состав уместно добавить лук и даже чеснок. В вариант для завтрака лук и чеснок добавлять не стоит.

## **Ингредиенты:**

- Яйца – 5 шт.
- Помидоры – 3 шт.
- Репчатый лук – 1 шт.
- Зелёный неострый перец (sivri biber/köy yeşil biber) – 7

шт.

(если нет, можно заменить на болгарский – 3 шт.)

- Сливочное масло – 1 ст.л.
- Оливковое масло – 3 ст.л.
- Соль, чёрный свежемолотый перец – по вкусу.

## **Рецепт:**

Сначала моем и сушим овощи. Удаляем плодоножку и семена у перцев, с помидоров тонко срезаем кожицу. Мелко измельчаем ножом перец и один помидор. Натираем на крупной тёрке два оставшихся помидора.

Если готовим с луком, то для этого количества ингредиентов понадобится одна луковица среднего размера, которую тоже мелко рубим ножом.

На разогретую сковороду кладём сливочное и оливковое

масла, а затем лук и жарим его, постоянно помешивая до прозрачности. Если готовим без лука, то в масло первым отправляем болгарский перец и тушим его, постоянно перемешивая.

Затем помидоры: два натёртых на тёрке, и один измельчённый мелко ножом. Солим, уменьшаем огонь и готовим овощи примерно пять минут.

В сковороду добавляем яйца и перемешиваем их лопаткой. Если вам нравится глазунья, то нужно сделать деревянной ложкой пять углублений в овощах и влить в них осторожно по одному яйцу. Белки можно распределить по сковороде равномерно, а желтки старайтесь не трогать.

Поверх желтков добавим немного соли и чёрного свежемолотого перца. Через две минуты выключаем и украшаем листиками петрушки. Подаём на стол в той же посуде, что и готовили: вместо приборов у нас будет свежий хлеб, который мы будем в менемен макать.

## Соус-намазка «Аджука»



Секрет ароматного и пряного соуса кроется в необыкновенном сочетании: томатной пасты и пасты из чуть острого красного перца, чеснока, специй, грецкого ореха и натурального оливкового масла.

Во время завтрака аджуку (или аджику) намазывают на свежий или поджаренный хлеб. Главное в приготовлении – не сложность рецепта, а максимально свежие и натуральные продукты, в идеале – деревенские.

## **Ингредиенты:**

- Томатная паста – 3 ст.л.
- Перечная паста – 3 ст.л.
- Чеснок – 3 зубчика
- Хлеб для тостов – 3 кусочка
- Грецкие орехи – 1 стакан
- Оливковое масло – 1/2 стакана
- Чёрный свежемолотый перец – 1 ч.л.
- Красный перец хлопьями – 1 ч.л.
- Зира/кумин – 1 ч.л.
- Кориандр молотый – 1 ч.л.
- Соль – по вкусу

## Рецепт:

В блендер отправим три ломтика хлеба для тостов и измельчим. Затем – полстакана очищенных грецких орехов, чеснок и специи: чёрный свежемолотый перец, красный перец хлопьями, молотый кориандр и зиру. Превратим массу в мелкую крошку. После – томатную и перечные пасты, если любите, используйте пасту из острого перца (на банке написано «Асі»)

Перемешиваем, затем вливаем понемногу оливковое масло и доводим до состояния пюре. На этом этапе добавим в чашу блендера оставшиеся орехи и снова запустим на несколько секунд: пусть вторая часть орехов будет чуть крупнее. Добавьте по вкусу соль.

Готовый соус хранят в холодильнике в стеклянной банке с плотно закрытой крышкой не более пяти дней.

# Паста из оливок



Пикантная паста из чёрных оливок украсит стол не только к завтраку. Её можно намазывать на бутерброды, лаваш при приготовлении роллов, использовать как соус для обмакивания при подаче сырной тарелки и даже применять в выпечке.

## **Ингредиенты:**

- Чёрные оливки (сорт не важен, важно, чтобы они были «мясистые»

и у них легко удалялась косточка) – 500 г

- Чеснок – 3 зубчика
- Оливковое масло – 3 ст.л.
- Чёрный свежемолотый перец – 1 ч.л.
- Красный перец хлопьями – 1 ч.л.
- Кориандр молотый – 1 ч.л.
- Сок половины лимона
- Тимьян – 1 ч.л.
- Соль – по вкусу

## **Рецепт:**

Вынимаем из оливок косточки, мякоть отправим в чашу блендера, добавим измельчённый чеснок и специи: чёрный свежемолотый перец, красный перец хлопьями, молотый ко-

риандр и тимьян.

Включаем блендер и доводим ингредиенты до состояния пюре. Понемногу вливаем оливковое масло и сок лимона. Пробуем на вкус и, если соли недостаточно, добавим и перемешаем ещё раз.

Домашняя оливковая паста может храниться в холодильнике до 20 дней. Для ускорения процесса можно купить готовую пасту из чёрных оливок и добавить в неё все ингредиенты по рецепту.

# Пасты из орехов



Я предлагаю два рецепта пасты из орехов: с арахисом и

фундуком. Их довольно легко приготовить в домашних условиях, при этом разница с магазинной будет разительной.

Ореховую пасту намазывают на хлеб, добавляют к оладьям и блинчикам, её очень любят дети и родители: первые – за сладость и чувство сытости, а вторые – за пользу для здоровья.

### **Фундучная паста:**

- Фундук (сырой, неочищенный, без соли) – 250 г
- Мёд – 2 ст.л.
- Фундучное масло – 2 ст.л.
- Соль на кончике ножа

## Арахисовая паста:



- Арахис (сырой, неочищенный, без соли) – 500 г
- Мёд – 4 ст.л.
- Арахисовое масло – 4 ст.л.
- Соль на кончике ножа

## Рецепт:

Орехи для приготовления пасты должны быть обжаренными и очищенными, без соли. В таком виде их можно купить в магазине, но ещё вкуснее сделать предварительную обработку орехов самим. Разница ощутима!

Сырые орехи выкладываем ровным слоем на противень и отправляем в разогретую до 180 градусов духовку. В течение пяти минут периодически перемешивая, обжариваем плоды. Будьте внимательны: как только при обжарке почувствуется ореховый аромат, а шкурка начнёт трескаться, это означает, что орехи готовы. Не доводите плоды до появления коричневого цвета: тогда паста получится горькой.

Выкладываем орехи на чистое сухое полотенце и с горячих плодов удаляем ладонями кожицу, можно перетереть орехи полотенцем. Если орехи остывают, отправьте их в духовку ещё на пару минут. Чем горячее будут плоды, тем быстрее мы доведём пасту до нужной консистенции.

Отправляем орехи в термостойкую чашу блендера или комбайна и начинаем измельчать. Сначала мы увидим сухую крошку, которая постепенно начнёт становиться всё более

влажной благодаря ореховому маслу. При этом скорость измельчения будет падать: не перегружайте блендер, дайте ему отдохнуть и счистите лопаткой массу с боков, чтобы она снова оказалась на дне.

Через две – три минуты добавьте масло фундука в фундучную пасту или арахисовое масло в пасту из арахиса, если вы эти масла не нашли, то возможно использовать любое растительное без резкого запаха и молотой морской соли: орехи превратятся в густую пасту. На самом последнем этапе добавляем мёд, лучше делать это с остывшими орехами, чтобы мёд не потерял полезные свойства.

Доводим пасту до кремообразного состояния, а если она получается слишком густой, то добавим чуть больше масла. Сладость регулируем количеством мёда.

Для яркости вкуса фундучной пасты можно отложить несколько орешков в сторону, и на этапе, когда паста полностью готова, измельчить их ножом в крупную крошку, после чего ещё раз хорошо перемешать. По желанию в пасту можно добавить какао-порошок, чёрный или белый растопленный шоколад, пасту из кунжута (тахини) или кокосовую стружку.

Хранить пасту можно до месяца в стеклянной посуде в холодильнике.

# Варенье из айвы



В Средиземноморье плод айвы считается символом любви и плодородия, вкус спелой айвы в сыром виде нравится далеко не всем. Айва довольно жёсткая, во рту она вяжет. Однако плоды айвы достаточно твёрдые, именно благодаря этому при варке она сохраняет свою структуру и не разваривается. И если в сыром виде айва – фрукт на любителя, то в виде джема, мармелада и варенья она понравится всем.

## **Ингредиенты:**

- Айва – 4 шт. (в очищенном варианте 1 кг)
- Сахар – 4 стакана
- Вода – 3 стакана
- Палочка корицы – 1 шт.
- Гвоздика – 4 шт.
- Лимон – 1.5 шт.
- Сливочное масло – 1 ч.л.

## **Рецепт:**

В глубокую миску с водой выжимаем сок одного лимона. Айву очищаем от кожуры, делим плод на две части, вынимаем сердцевину, собираем в отдельную миску семена. Нарезанную мелкими кубиками айву отправляем в подкислён-

ную воду, чтобы плоды не потемнели.

Сливаем воду, выкладываем фрукты в большую кастрюлю, засыпаем сахарным песком и оставляем на несколько часов. Количество сахара можно уменьшить на полстакана, если вы не любите очень сладкое варенье.

Отправляем в кастрюлю семена, примерно 15 штук. Благодаря им, цвет варенья станет более насыщенным.

Наливаем воду, перемешиваем и ставим на огонь. Как только масса начнёт кипеть, отправим в варенье одну чайную ложку сливочного масла. Это избавит нас от пенки и помутнения варенья, сделает его более ярким и блестящим. Уменьшаем огонь и варим примерно 40 минут, периодически перемешивая, доводим до состояния, когда айва станет достаточно мягкой.

В самом конце наливаем в кастрюлю сок половины лимона, кладём четыре бутончика гвоздики и палочку корицы. Перемешиваем и кипятим массу ещё пять минут.

Горячее варенье очень осторожно распределяем по стерилизованным баночкам, плотно закрываем крышкой, даём остыть и убираем в холодильник. Долго варенье в Турции не хранят, его считают сезонным продуктом. Айвовое варенье делают поздней осенью и моментально съедают.

# Турецкий пирог с сыром «Бёрек»



Бёреки, или знаменитые турецкие пироги различаются не только начинкой, но и формой. Внутри кладут все что угодно: брынзу с петрушкой, мясо с луком, картофельное пюре и шпинат. Сворачивают в виде сигары, треугольника, ролла или улитки.

Наш пирог будет готовиться на противне и разрезаться на кусочки. Тонкое тесто для него можно приготовить самостоятельно из муки, воды и соли, используя для раскатки специальную (длинную и тонкую) скалку, однако это очень трудоёмкий процесс, поэтому мы возьмём готовое тонкое тесто – «уфка», купить его можно в специальных пекарнях.

Турецкие бёреки – отличный вариант для заготовки: кладёте порционно пироги в пакеты для заморозки и в морозильник. На пороге появились гости, вынимаем бёреки, не размораживая кладём на сковороду и на маленьком огне периодически переворачивая подогреваем. Можно разогреть бёреки в духовке.

## **Ингредиенты:**

- Брынза или сыр фета (beyaz peynir) – 500 г
- Петрушка – 1 пучок
- Молоко – 500 мл
- Оливковое масло – 100 мл
- Сливочное масло – 100 г

- Яйца – 3 шт.
- Тесто (юфка) – 5 шт.
- Чёрный тмин – 1 ч.л.
- Кунжутные семена – 1 ст.л.

## Рецепт:

Сначала готовим начинку: разминаем вилкой сыр, петрушку моем и сушим, обрываем листики и мелко рубим их ножом. Добавляем зелень в измельчённый сыр.

В отдельной маленькой кастрюле растопим сливочное масло, добавим оливковое масло, молоко и три яйца. Взбиваем соус венчиком на небольшом огне. Подогреваем, но не кипятим, чтобы не сварились яйца.

Дно противня и бортики смазываем оливковым маслом. Первый лист теста выкладываем на дно так, чтобы края выходили за бортики. Наливаем небольшое количество соуса и равномерно распределяем его по всей поверхности теста. Выкладываем следующий лист, теперь уже не выходя за края. Он получается с более глубокими складками. Сверху равномерно посыпаем начинку, слой с сыром соусом не поливаем. Поочередно выкладываем таким образом: лист теста, соус, лист теста и слой начинки.

Верхним слоем теста накрываем начинку и подворачиваем свисающие края, выливаем оставшийся соус. Бёрек нужно оставить пропитаться в холодильнике под пищевой плен-

кой на два – три часа, а лучше на всю ночь. Перед выпеканием посыпаем чёрным тмином и кунжутными семенами и готовим при температуре 160 градусов около 50 минут, до образования золотистой корочки.

Прежде чем резать, пирогу нужно дать постоять 15 минут. Бёрек получился большим, значит, нарезанные кусочки можно положить в пакетики и отправить в морозильную камеру. Там они могут провести до шести месяцев.

# Поача (булочки) с картофелем



Как и бёреки, поача прекрасно переносит заморозку, а

ещё это отличный вариант для перекуса, который любят дети и взрослые. Когда захочется булочек, просто подогрейте их в микроволновой печи или духовке. Аромат выпечки соберёт за столом всю семью.

## **Ингредиенты:**

- Мука – 3.5 стакана
- Натуральный йогурт – 1 стакан
- Растительное масло – 1/2 стакана
- Сливочное масло – 100 г
- Яйцо – 1 шт.
- Разрыхлитель – 1 ч.л.
- Сода – 1 ч.л.
- Соль – 1 ч.л.
- Сок лимона – 1 ч.л.
- Чёрный тмин – 3 ст.л.
- Для начинки:
- Картофель – 3 шт.
- По вкусу – соль, перец чёрный, красный перец хлопьями

## **Рецепт:**

Отварим картофель в мундире. Когда он остынет, очистим от кожуры, натрём на крупной тёрке, добавим соль и

специи по вкусу: чёрный перец и красный перец хлопьями для остроты.

В отдельной глубокой миске приготовим тесто. Для этого смешаем йогурт, растительное масло, яичный белок, добавим сливочное масло. Все ингредиенты должны быть комнатной температуры. Доведём их венчиком до однородной консистенции. Просеиваем в миску, через сито, муку и разрыхлитель. Добавляем соль и соду, которую необходимо погасить лимонным соком.

Замешиваем мягкое и эластичное тесто, собираем его в шар и даём возможность постоять под пищевой плёнкой в миске примерно 30–40 минут.

Берём кусочек теста величиной с грецкий орех. Между ладонями формируем шарик и придаём ему форму лепёшки. Внутри кладём картофельную начинку. Закрываем края и закругляем форму.

Выкладываем нашу поачу на противень покрытый пергаментом, оставляем достаточно большое расстояние между булочками.

Желток взбиваем вилкой, добавим несколько капель растительного масла, силиконовой кулинарной кистью покрываем тонким слоем каждую булочку и посыпаем сверху чёрным тмином. Ставим в разогретую до 170 градусов духовку на 35–40 минут.

Вкус свежих булочек – великолепен, но и остывшие они тоже вкусны! Дети очень любят запивать поачу молоком.

## Базлама (лепёшки)



Базлама – это плоская круглая лепёшка, приготовленная из дрожжевого теста и обжаренная на сухой сковородке. В процессе приготовления лепёшки надуваются, как шарики, а остывая, оседают. В кармашек, образованный внутри лепёшки, можно положить любую начинку.

## **Ингредиенты:**

- Мука – 5 стаканов
- Соль – 1 ч.л.
- Вода – 2 стакана
- Дрожжи сухие, быстродействующие – 10 г
- Сахар – 2 ч.л.
- Растительное масло – 3 ст.л.

## **Рецепт:**

В глубокую миску просеем муку, сделаем в центре углубление и вольём в него воду. Важно, чтобы температура воды была чуть выше комнатной. Для этого опустите мизинец в воду: если почувствуете комфортное тепло, то это и есть нужная нам температура.

Насыпаем чайную ложку соли с горкой, сахарный песок, дрожжи и растительное масло. Тщательно перемешаем все

ингредиенты. Муки больше не добавляем: если тесто будет прилипать к рукам, смачиваем их немного водой или растительным маслом.

Замешаем мягкое тесто и придаём ему форму шара. Накрываем пищевой плёнкой и полотенцем, ставим в тёплое место на один час. Тесто должно увеличиться в два раза. Убираем плёнку, обминаем тесто и выкладываем его на поверхность, присыпанную мукой. Снова вымешиваем, но без усилий.

Разделяем на одинаковые по размеру кусочки и скатываем шарики. Обычно из этих ингредиентов получается около восьми лепёшек базлама. Раскатывая один шарик, следим, чтобы другие ждали своей очереди под плёнкой и не высохли. Руками придаём шарiku форму лепёшки, а потом скалкой раскатываем тесто в круг толщиной один сантиметр, а диаметром чуть меньше дна сковороды на которой будем жарить базламу. Лепёшки накроем чистым полотенцем и дадим им ещё немного «подняться».

Разогреем сковороду с антипригарным покрытием. Нам нужен средний или чуть меньше среднего огонь. Выкладываем лепёшки по одной на сковороду. Когда мы заметим, что обжариваемая сторона затвердела, то переворачиваем лепёшку на другую сторону. Не отходите далеко от плиты: иначе можно упустить процесс обжарки. Нам нужно, чтобы базлама надулась и покрылась аппетитной золотой корочкой.

Горячие лепёшки можно намазать маслом, положить

внутри сыр, мёд, варенье.

Если базлама остыла, то её можно разогреть ещё раз, снова на горячей сковороде на среднем огне. Как поача и бёрек, лепешка хорошо переносит заморозку и может заменить хлеб.

# Пиши, или жаренные во фритюре пончики



Эти воздушные, нежные и мягкие пончики украсят не только утреннюю трапезу, но и любое чаепитие. Они могут заменить булочки, их можно разрезать на половинки и положить внутрь любимую начинку. Дети обожают пиши с шоколадно-ореховой пастой. Взрослые едят с сыром, пастой из оливок, аджукой или сладким ароматным вареньем.

## **Ингредиенты:**

- Мука – 5 стаканов
- Свежие, прессованные дрожжи – 21 г
- Сахар – 1 ст.л.
- Вода – 2 стакана
- Соль – 1 ч.л.
- Растительное масло – 2 стакана

## **Рецепт:**

В маленькой миске измельчаем пальцами прессованные, свежие дрожжи. Наливаем воду и насыпаем сахарный песок. Вода не должна быть слишком горячей или холодной (около 38 градусов). Хорошо перемешаем всё до однородного состояния, без комочков, накроем плёнкой и оставим на 15 минут в тёплом месте.

В глубокую миску просеем четыре стакана муки, добавим соли, перемешаем, сделаем в центре углубление и нальём в него наш дрожжевой состав. Аккуратно руками перемешиваем все ингредиенты. Пятый стакан муки добавляем понемногу. Тесто вымешиваем около десяти минут. По необходимости смазываем руки маслом или смачиваем водой. Придаём форму шара и отправляем в миску. Сверху присыпаем мукой и накрываем пищевой плёнкой и полотенцем, оставляем на один час в тёплом месте.

После этого тесто нужно обмять, выложить на рабочую поверхность, посыпанную мукой, раскатать скалкой в пласт толщиной один сантиметр и вырезать кружочки стаканом.

Получившиеся лепёшки накроем полотенцем на десять минут, и они ещё немного увеличатся в размере.

На плите хорошо разогреем масло для фритюра. Осторожно отправим первую партию лепёшек в горячее масло. Обжаривая, постоянно переворачиваем их шумовкой. У пиши должна появиться светло-коричневая корочка. Шумовкой выкладываем на бумажное полотенце, чтобы на нём остался лишний жир. Продолжаем обжаривать следующую партию пончиков.

Вам может показаться, что пиши слишком много, однако после завтрака никогда не остаётся лишнего пончика.

# Мухлама



Самое популярное блюдо на завтрак на всём Черноморском побережье Турции – это мухлама или куймак. Сытное, вкусное и полезное, оно представляет собой нежную тягучую сливочную массу из кукурузной муки и сыра. Главный её ингредиент – это сыр, который должен при нагревании хорошо плавиться и тянуться. Берите турецкие сорта «kolot» или «şecil» (они максимально напоминают сулугуни). Едят мухламу горячей, макая в неё свежий хлеб.

### **Ингредиенты:**

- Сливочное масло – 2 ст.л.
- Кукурузная мука – 3 ст.л.
- Вода – примерно 2 стакана
- Сыр чечил / сулугуни – 200 г

### **Рецепт:**

Сковороду (лучше медную с двумя ручками) разогреем и растопим две полных столовых ложки сливочного масла. Добавляем кукурузную муку и, постоянно перемешивая деревянной ложкой, обжариваем её с маслом на среднем огне пять – семь минут. Мука немного поменяет цвет, исчезнет сырой запах: она должна полностью впитать масло.

Маленькими порциями наливаем воду и, постоянно перемешивая, доводим до однородного состояния густой каши. Сверху кладём сыр, разделённый на волокна. Немного помогаем сыру лопаткой полностью уйти в сливочно-кукурузную массу. Ждём, когда сыр расплавится и начинаем активно перемешивать его лопаткой. У нас должна получиться однородная масса, которая будет тянуться при стекании с ложки. Дадим мухламе ещё две минуты потушиться на медленном огне.

Мухламу подают в горячем виде. Блюдо не перекладывают в другую посуду, а ставят на стол в сковороде, чтобы сохранить температуру и едят сразу. Важно, чтобы на столе был свежий хлеб, который макают в сырную массу.

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.