



*Шашлык, плов,
люля-кебаб*

по ГОСТу

от Ташкента до Тбилиси

ГОТОВИМ ШАШЛЫКИ

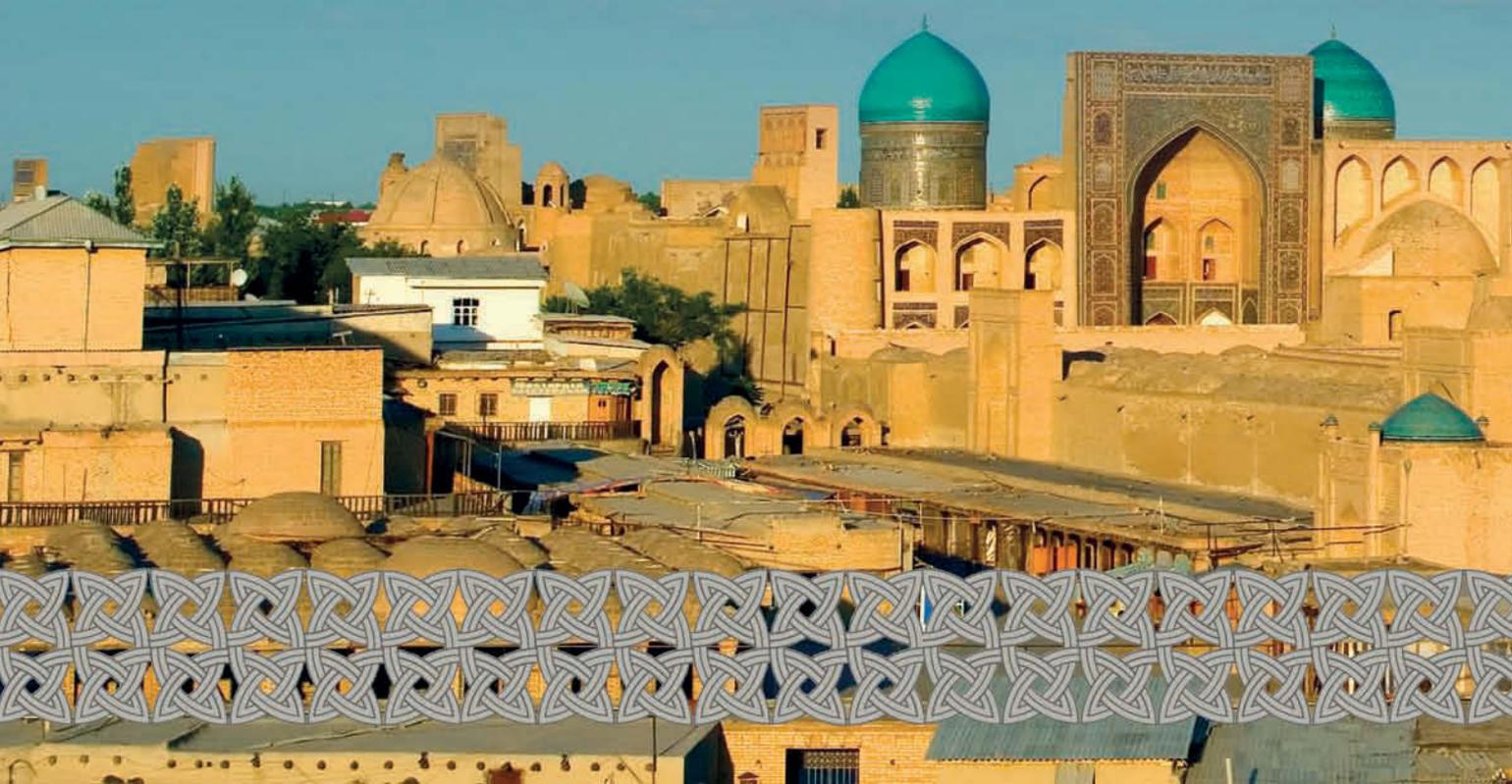




Жареное на открытом огне мясо – одно из самых древнейших известных человечеству блюд – популярно у многих народов мира. На Руси его готовили на вертелах над горячими углями, называя «верченым». Вплоть до XVI–XVII веков верченое мясо, куры, утки и зайцы подавались к столу именитых вельмож и даже к царскому,

о чем свидетельствуют такие письменные памятники, как «Роспись царским кушаньям» и другие.

А с шашлыками русская кухня познакомилась в первой половине XVIII века, после Русско-турецкой войны и Крымских походов. Хотя мы считаем это блюдо кавказским, слово «шашлык» – тюркского происхождения. Оно



означает то же, что и «верченое», ведь «шиш» – это «вертел», а «шишлык» – «нечто, приготовленное на вертеле». Армяне называют его хоровац, азербайджанцы – кебаб, грузины – мцвади, узбеки и таджики – шашлык... и готовят по своим уникальным рецептам, которые передаются из поколения в поколение не одну сотню лет...



Мода на шашлыки появилась у нас в 1970–80-е годы. Стоило пожарче пригреть весеннему солнышку и у горожан начинался сезон пикников, коронным блюдом которых было мясо, жареное на углях. Шашлыки готовили на дачах, турбазах, не обходились без них и маевки, и «корпоративные» выезды на природу.

Помню, как на предприятии, где работала моя мама, во время одной из таких поездок решили провести конкурс на самый вкусный шашлык.

В соревновании участвовали три команды – мужская, женская и смешанная, состоявшая из представителей разных полов. Победила, как говорили в те годы, дружба: вопреки распространенному мнению о том, что лучше всех мясо на открытом огне готовят мужчины, однако участие женщин команде-победительнице пошло только на пользу. Они и маринад приготовили по особому, оригинальному рецепту, и мясо нарезали не абы как, а ровными аккуратными кусочками, как







и положено – поперек, а не вдоль волокон. Ну а мужчинам осталось только достойно завершить их работу и как следует пожарить мясо над углями, не закоптив его и не пересушив. В качестве приза победителям достался новенький набор шампуров и прозвучавшая в их честь душевная песня под гитару. Как вы думаете, о чем? Конечно, о дружбе, которая выручает нас в самых разных ситуациях!

Аппетитные шашлыки и кебабы со свежей зеленью – идеальное меню для пикника. Буквально за считанные минуты вы сможете приготовить угощение, которое оценят по достоинству даже взыскательные гурманы.



ВЫБИРАЕМ МЯСО





Если вы хотите приготовить действительно аппетитные шашлыки, выбирайте только охлажденное мясо. Замороженное для таких блюд не годится, так как получается безвкусным и жестким, а кроме того, теряет значительную часть полезных веществ. Парное мясо для шашлыков также не подходит, так как оно должно предварительно некоторое время полежать, или, как говорят специалисты, «созреть».

Качественное охлажденное мясо, покрытое тонкой бледно-розовой или бледно-красной корочкой, на разрезах не прилипающее к пальцам, выделяющее прозрачный сочок, должно отличаться приятным запахом. Оно плотное по консистенции, коричнево-красное на разрезе (баранина), розовато-красное (свинина), красное (говядина), беловато-розовое (телятина), с эластичными и плотными сухожилиями. Бараний жир белый, плотный; свиной – мягкий, бледно-розовый или белый; говяжий – белый, кремовый или желтоватый, твердый, без посторонних запахов. Костный мозг – желтого цвета, блестящий на изломе, полностью заполняет все пространство трубчатых костей, сухожилия эластичные и плотные, поверхность суставов белая и блестящая.



Как правило, для приготовления шашлыков используют баранину и свинину, реже – говядину.

Мясо ягнят – нежное, мягкое, ярко-розового или светло-красного цвета, жир белый, а на костях заметны красные прожилки. У барашков в возрасте одного-двух лет оно приобретает темно-кирпичный цвет, отличается насыщенным вкусом, жир имеет желтоватый оттенок. Мясо животных старше 2 лет – темно-красное, более жесткое, жир желтый. В результате вывешивания и замораживания мясо может потемнеть.

- От неприятного запаха баранины можно избавиться, положив ее на час в свежее молоко, а затем смазав толченым чесноком. Устранить этот запах также позволяет мята. Можно использовать и другую свежую зелень (розмарин, петрушку, мяту, тимьян, лаванду), которую кладут в сделанные в мясе надрезы. Если вы готовите мясо ягненка, то травы и специи лучше добавлять в маринад. Мариновать баранину следует от 3 часов до суток.

Качественная свинина – мягкое, нежное, розовато-красное мясо. Жир белый или нежно-розовый – в зависимости от того, чем кормили поросёнка. Лучшая часть филе – бледно-розового цвета, мякоть шеи и лопатки – более темная и волокнистая. Как правило, в продажу поступает мясо животных не старше 8 месяцев.

Не стоит покупать слишком темное, покрытое пленками и отличающееся неприятным запахом мясо, а также свинину тощую, с пожелтевшим шпиком, мясо хряков-производителей и диких свиней.

Цвет телятины (животных в возрасте от 2 до 6 недель) – бледно-розовый с сероватым оттенком; внутренний жир белый, плотный, подкожных отложений жира обычно не бывает. Что касается говядины, то мясо молодых животных имеет красноватый оттенок, жир почти белый. Мясо коров и кастрированных быков в возрасте от 2 до 5 лет – светло-красное или красное, сочное и нежное, с вкраплениями жира. Мясо животных старше 5 лет – темно-красное, более

грубое по консистенции, с желтоватым жиром.

Сочный, мягкий, аппетитный шашлык просто невозможно приготовить из мяса старого животного или из несвежего продукта, поэтому особое внимание следует уделить его качеству. Обращайте внимание и на жирность: слишком постное мясо после приготовления может оказаться сухим и жестким, не годится для шашлыков и слишком жирное: лучше придерживаться золотой середины. Лишний жирок нужно срезать, если же мясо недостаточно жирное, можно обернуть его кусочки тонкими ломтиками шпика или бекона.

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ИСПОЛЬЗОВАНИЮ ЧАСТЕЙ ТУШИ:

вырезка – для жаренья целиком, порционными кусками,

спинная часть длиннейшей мышцы спины (толстый край) – для жаренья целиком, порционными кусками и приготовления рагу,

поясничная часть длиннейшей мышцы спины (тонкий край) – для

жаренья целиком, порционными кусками;

верхний и внутренний куски тазобедренной части – для тушения целиком, порционными кусками;

боковой и наружный куски тазобедренной части – для тушения и варки целиком, запекания в духовке, приготовления рагу;

лопаточная и подлопаточные части – для варки и приготовления рагу,

мякоть грудинки – для варки целиком и тушения.

Вкусный шашлык получится и из мякоти, и из мяса на косточке, если использовать подходящую часть туши. Для свиного шашлыка подойдет вырезка, корейка и окорок (оптимальным соотношением жира и мяса здесь считается 1:4). Свинину на ребрышках можно пожарить, выложив на решетку или нанизав на шампуры. Для жаренья целиком годится лопаточная часть туши.

Если вы готовите баранину, то можно использовать всю верхнюю часть туши до конца ребер (для «шашлыка на косточке»), а также заднюю часть. Обычно для шашлыков берут корейку или окорок бараньей туши. Подойдет и мякоть с тонкими, «мясными» ребрами с небольшим количеством

жира. В барбекю можно зажарить целиком небольшую баранью лопатку. Любители также используют для шашлыков говяжью вырезку. Мякоть со спинной части (толстый и тонкий край) можно зажарить целым куском или в виде стейков на решетке. Для приготовления же шашлыков из курицы годится практически вся тушка.

- Если вы сомневаетесь в свежести мяса, сварите небольшой кусочек «на пробу». Бульон из качественного продукта будет прозрачным и ароматным, с крупными блестками жира на поверхности. Если мясо испортилось, бульон получится мутным, с мелкими блестками жира и будет отличаться неприятным запахом.
- Как рассчитать, сколько мяса вам понадобится? Учитывайте, что во время тепловой обработки его масса уменьшается на 35–40% за счет выделения влаги. Так, из 1 кг сырого мяса получается 600 г вареного или 620–650 г жареного.
- Расход мяса на одну порцию: для мяса без костей или фарша – 125–150 г, для блюд из мяса на кости – 150–225 г, для блюд из ребрышек – 350–450 г.

ОБОРУДОВАНИЕ

Для приготовления блюд на открытом огне можно использовать и одноразовые приспособления, и двойные разъемные решетки (лучше из нержавеющей стали), и специальные решетки для рыбы. Более солидным устройством является мангал; это слово тюркского происхождения буквально означает «жаровня». Приспособление это достаточно простое, но проверенное веками. В последнее время кроме стационарных мангалов из стали и чугуна в продаже появились разборные – автомобильные, походные и др. Есть мангалы, которые работают на газе и дополнительно оснащены духовками, конфорками, даже складными столиками и выдвигающимися подносами, – такие приборы обычно используются в заведениях общепита. Можно приготовить блюда гриль и в барбекю, где предусмотрены различные режимы термической обработки продуктов, можно отрегулировать высоту решеток и т. п. В ряде моделей имеются теплоотражающие крышки, а для контроля притока воздуха и температуры предусмотрены заслонки. Очень удобны в использовании электрический и газовый грили, моделей которых сейчас выпускается великое множество. Главное их отличие

от других приспособлений – отсутствие открытого огня. Современные приборы имеют множество полезных функций и нередко дополняются «приятными мелочами», такими, как деревянные лопаточки, шпатели, небольшие сковородки с антипригарным покрытием для жаренья овощей и т. п.





ПОЛЕЗНЫЕ СОВЕТЫ

- Промывайте мясо целым куском, затем обсушите его и только затем нарежьте;
- Куски мяса или птицы, которые вы нанизываете на шампуры или выкладываете на решетку, должны быть одинакового размера – тогда они прожарятся одновременно. Мясо для шашлыков нужно нарезать кусочками примерно 4/4 см. Шашлык на косточке режут так, чтобы на ребрышке остался слой мякоти толщиной примерно 2 см;
- Резать мясо всегда следует поперек волокон. Если нарезать его вдоль мышц, то во время приготовления куски деформируются, станут слишком плотными, и в результате блюдо получится жестким. Чтобы куски мяса сохранили форму при тепловой обработке, предварительно надрежьте сухожилия;
- Куски мяса нужно нанизывать на шампуры в направлении вдоль волокон: мелкие поместите с краев, более крупные – в середину. Между кусочками не должно быть промежутков, иначе шашлык не получится сочным. Мясо на косточке и мякоть готовится дольше, поэтому лучше не нанизывать разное мясо на один шампур. Если вы готовите ребрышки, оберните концы косточек фольгой, чтобы они не обуглились. Куски птицы нанизывают на шампуры в направлении вдоль костей, филе – по тому же принципу, что и мясо;
- Говядина и баранина могут быть разной степени готовности: с кровью – мясо мягкое на ощупь, красное внутри, выделяющее красноватый сок, с тонким слоем прожаренного мяса по краям куска;
- средней степени прожарки – мясо упругое по консистенции, внутри бледно-красное или розовое, снаружи ровного коричневого цвета. При нажатии на него выделяется розоватый сок;
- хорошо прожаренное мясо – очень плотное на ощупь, коричневое снаружи, равномерно прожаренное внутри;
- Блюда из свинины и курицы нужно всегда доводить до полной готовности;
- Определить, готово ли мясо, можно, проткнув его кончиком ножа. Прозрачный сок свидетельствует о том, что мясо готово, розовый сок – еще не готово, если же сок не выделяется – мясо пересушено;
- Готовность рыбы можно определить, проколов мякоть кончиком вилки: если она матовая и легко отделяется,



Содержание

Готовим шашлыки	6	Шашлык в кунжуте	43
Выбираем мясо	14	Карси-хоровац	44
Рекомендации по использованию частей туши	17	Кебаб из баранины	46
Полезные советы	21	Шашлык из свинины с картофелем и сладким перцем	48
Топливо	22	Шашлык по-севански	51
Готовим на мангале, гриле и барбекю	23	Бастурма по-армянски	52
Готовим маринады	24	Шашлык из свинины с картофелем	54
Рецепты маринадов	27	Шашлык из говядины со шпиком	57
Соусы	30	Шашлык из телятины	58
Шашлыки	38	Шашлык из оленины	60
Шашлык степной	40	Шашлык с кабачками	62
		Шашлык по-сокольски	65

Шоп-кебаб	66	Аришта-плов.....	128
Розетки из баранины с перцем.....	69	Плов лобия-чиллов.....	131
Стейк из баранины с луком	70	Плов парча-дошамя	132
Длинный мцвади.....	72	Плов ферганский	134
Кебаб азербайджанский.....	74	Плов ташкентский.....	136
Бараньи ребрышки	76	Плов по-грузински.....	139
Шашлык из курицы с помидорами.....	79	Плов «Шила» из баранины	140
Шашлычок из курицы с кунжутом.....	80	Еврейский плов в мешке	142
Шашлык из курицы с чесноком.....	83	Пилав с бараниной	145
Шашлык из курицы с грудинкой	84	Плов с нутом	146
Шашлычки из гуся с можжевельником	87	Плов по-сулимански	148
Перепела гриль в пряной рубашке	88	Плов с гранатом	151
Кебаб из перепелов по-восточному.....	90	Гелак палав	152
Курица гриль	92	Плов с курицей и свиной.....	154
Цыпленок, жаренный на решетке	93	Пилав из птицы с овощами	155
Заяц по-охотничьи.....	94	Балыг-плов.....	156
Шашлык из печени	96	Плов с баклажанами, фасолью	
Шашлык из гусиной печени.....	98	и грибами	159
Мцвади из куриной печени с айвой.....	99	Плов с сухофруктами.....	160
Печенка гриль	100	Сладкий плов с сухофруктами и орехами.....	163
Рыбный кебаб гриль с тмином	101	Плов с яблоками	164
Щука, жаренная на углях.....	102	Люля-кебабы.....	166
Маринованная семга гриль.....	103	Люля-кебаб.....	170
Рыбный шашлычок.....	104	Люля-кебаб из баранины с орехами	172
Шашлык из осетрины	106	Люля-кебаб из говядины	174
Шашлык-ассорти из рыбы.....	107	Люля-кебаб по-узбекски.....	176
Скумбрия гриль.....	108	Люля-кебаб с тремя видами перца	178
Овощи с грибами на шпажках.....	110	Люля-кебаб из говядины на сковороде	180
Овощи на вертеле.....	112	Деймя-кебаб из говядины	181
Пловы	114	Люля-кебаб из смешанного фарша.....	182
Готовим азербайджанский плов	118	Люля-кебаб из курицы	182
Настой шафрана	120	Кебабы в виноградных листьях	184
Готовим среднеазиатский плов.....	121	Кабаби.....	187
Плов бухарский.....	126	Люля-кебаб из рыбы	188

УДК 641.55
ББК 36.99
Ш32

Издание для досуга

12+

Полетаева Наталья Валентиновна

ШАШЛЫК, ПЛОВ, ЛЮЛЯ- КЕБАБ

**по ГОСТу от Ташкента
до Тбилиси**

Ответственный редактор Т. А. Куличихина
Дизайн: В. А. Кугаевский
Фотографы А. М. Титаев, К. А. Шевчик,
А. А. Болтов
Стилисты М. Р. Журавлева, Е. Б. Брюхина

На обложке использованы фотографии
Н. Н. Рахманова и Shutterstock.com

Подписано в печать 25.09.2017
Формат 84×108/16. Усл. печ. л. 20,16
Заказ № Тираж 3000 экз.

ООО «Издательство АСТ»
129085, г. Москва, Звездный бульвар, дом 21,
строение 1, комната №39

ООО «Издательство «Миллион меню»
454091, г. Челябинск, ул. Карла Маркса, 38,
оф. 208

ISBN 978-5-17-983189-1
(ООО «Издательство АСТ»)

ISBN 978-5-8029-3135-6
(ООО «Издательство «Миллион меню»)

В книге использованы фотографии и рецепты
с сайта www.mmenu.com
и фотобанка www.foto.mm.ru

Редакция выражает благодарность
за предоставленные фото из семейных архивов.

Фото предоставили:

И. А. Акс (с. 40), Н. Г. Булатова (с. 65),
В. В. Гришмановский (с. 8, 29, 55, 61),
И. А. Дорофеева (с. 90, 140, 142), С. П. Кирсанов
(с. 10, 11, 15, 39), Л. Ю. Ринг (с. 69, 70, 79, 88, 94,
145, 168), Л. Д. Ткаченко (с. 13, 60, 104, 135, 184)

© Н. Н. Рахманов (с. 1, 5, 16, 20, 44, 50, 54, 56, 58,
62, 67, 73, 74, 76, 84, 87, 96, 108, 110, 117, 124, 125,
131, 135, 149, 150, 151, 156, 159, 173, 187)

© В. В. Садырин (с. 25)

© Банк изображений PressFoto.ru: YayMicro/ivz
(с. 3), Coprid (с. 8, 146), Medeu (с. 10), YayMicro/
pascalou95 (с. 19, 178), voronin76 (с. 20, 174), joyt
(с. 21-24, 96, 153), YayMicro/Maria Komar (с. 23, 43,
60, 133, 139, 182), YayMicro/starush (с. 26), YayMicro/
amfora (с. 29, 39), 4138539 (с. 36, 153), Ralko (с. 42),
elnur (с. 42), YayMicro/Glyn Spencer (с. 46), YayMicro/
Elet (с. 52, 83), serrnovik (с. 58), YayMicro/azotov
(с. 69), YayMicro/alistaircotton (с. 74), 3278528
(с. 132), YayMicro/pascalou95 (с. 163, 190), ekipaj
(с. 164), SeniorCarlo (с. 170), 3968689 (с. 188)

Используется по лицензии от PressFoto.ru

© ООО «Издательство АСТ», 2018

© ООО «Издательство «Миллион меню», 2018

Отпечатано в