



*-БЛЮДА НАРОДОВ  
УРАЛА ИЗ ТЕСТА.*

*-УРАЛЬСКИЕ  
ПЕЛЬМЕНИ.*



# *РУССКАЯ НАЦИОНАЛЬНАЯ КУХНЯ*

- На Урале проживает более 120 национальностей, каждая из которых внесла свой вклад в развитие кулинарной культуры Урала. Мы находимся на границе Европы и Азии, что и обусловило переплетение кулинарных традиций. Здесь смешались татарские, казахские, башкирские, славянские, финно-угорские кулинарные обычаи, которые вывели уральскую кухню на новый уровень. Край наш суровый, с холодными зимами, ветрами, резким континентальным климатом. Условия труда всегда были тяжелыми. Отсюда и калорийная, «тяжелая» пища. Диетологи и любители правильного питания вздрагивают, когда видят рецепты уральской кухни.

# РУССКАЯ КУХНЯ (УРАЛЬСКИЙ РЕГИОН)

Традиционно на Урале готовили мясо, густые супы (чтобы ложка стояла), пирог.

Уральская хозяйка помимо хлеба всегда пекла пироги с разными начинками — кулебяки, шаньги, посикунчики, курники. Открытые шаньги и посикунчики это чисто уральское изобретение.



# РУССКАЯ КУХНЯ (УРАЛЬСКИЙ РЕГИОН)

**Шаньги** — это такая выпечка, которая не наполняется начинкой, а лишь смазывается ей, поэтому начинка должна быть густой, чтобы не стечь. Чаще всего используют в качестве начинки картофельное пюре, творог, пшеничную кашу. Есть версия, что шаньга появилась на Урале из-за недостаточного количества муки, таким образом хозяйка сэкономила тесто, оставляя начинку без закрывающего слоя.



# ТАТАРСКАЯ КУХНЯ (НАРОДОВ УРАЛЬСКОГО РЕГИОНА)

◎ «Губадия»(пирог с начинкой)-

начинки укладываются слоями:  
вареный рис, жаренный мясной  
фарш, рубленые яйца, изюм,  
полить сливочным маслом.

«Леберди»(хворост)-

приготавливается так же, как в  
русской кухне.

«Кыймак»(блинчики)- способ  
приготовления и рецепт теста  
очень похож с русской кухней.



# ТАТАРСКАЯ КУХНЯ (НАРОДОВ УРАЛЬСКОГО РЕГИОНА).



Самое традиционное, мучное, вкусное, сладкое блюдо- «Чак-чак».

Пирог- эчпочмак с мясом, луком и картошкой, начинку для него не готовили заранее, а клали в тесто сырой.



*Вак-балэш (пирожки с начинкой)*- пресное, сдобное тесто; начинка из баранины или говядины с мелко нарезанными кубиками картофеля.

# БАШКИРСКАЯ КУХНЯ (НАРОДОВ УРАЛЬСКОГО РЕГИОНА).

- Русские жители научились готовить тюркский бешбармак — блюдо из тушеного мяса и кусочков теста. В него клали баранину, как было принято у башкир, или говядину и картофель, как у казахов. Бэрэнге термесе — пирожки с картошкой. Кабак тэкэсэ — пирожки с тыквой, рисом и изюмом. Беремес — открытый пирог из пресного теста. В качестве начинки обычно использовали картофельное пюре с луком или творог.



# БАШКИРСКАЯ КУХНЯ (НАРОДОВ УРАЛЬСКОГО РЕГИОНА).



***Зур-балиш*** – традиционный большой пирог с начинкой из мяса с картошкой.



***Перемяч*** – круглые пирожки, жаренные в масле. Обычно их делают с начинкой из мяса или мяса с картошкой.



***Кыстыбий*** – традиционное башкирское блюдо из сложенного пополам тонкого теста с начинкой из картофельного пюре или пшенной каши.

# УРАЛЬСКИЕ ПЕЛЬМЕНИ- НАЦИОНАЛЬНОЕ РУССКОЕ БЛЮДО

◎ *Проснулся, наконец, мой гений:*

*На всё минувшее взглянул,  
И песни полны вдохновений  
Он про пельмени затянул...*

*Ни к деньгам ни к чинам  
Нет у меня стремлений:*

*Хочу чтоб чаще нам  
Готовили пельмени...*

◎

*Евгений Онегин*

# УРАЛЬСКИЕ ПЕЛЬМЕНИ- НАЦИОНАЛЬНОЕ РУССКОЕ БЛЮДО.

- Современную русскую кухню невозможно представить себе без такого традиционного блюда как пельмени. В русский быт они вошли давно и прочно. Это сытное и вкусное блюдо, удобное в приготовлении и хранении.



# УРАЛЬСКИЕ ПЕЛЬМЕНИ- НАЦИОНАЛЬНОЕ РУССКОЕ БЛЮДО.

- Многие народы оспаривают пальму первенства в изобретении этого блюда. И действительно, подобные или похожие на пельмени изделия из теста с мясной начинкой есть у многих народов. Это и *узбекские манты*, и *грузинские хинкали*, и *еврейские креплах*, и *китайские юи-пао*. Форма этого кушанья у разных народов тоже различная. И начинка тоже очень разнообразная.



# УРАЛЬСКИЕ ПЕЛЬМЕНИ- НАЦИОНАЛЬНОЕ РУССКОЕ БЛЮДО.

- Считается, что слово «пельмени» финно-угорского происхождения, причем доподлинно неизвестно, из какого именно языка оно пришло. Изначально оно звучало как «пельнянь», что в переводится как «хлебное ухо» или «ухо из теста».



В Китае



В России

# УРАЛЬСКИЕ ПЕЛЬМЕНИ- НАЦИОНАЛЬНОЕ РУССКОЕ БЛЮДО

- Пельмени блюдо родовое, семейное. Кто-то тесто творит, вымешивает, мнет его, тискает, бьет кулаками. Чем дольше, тем надежнее пельменная оболочка.



## УРАЛЬСКИЕ ПЕЛЬМЕНИ- НАЧИНКИ:

- Пельмени уральские- говядина, не жирная баранина и свинина;
- С курицей;
- Со свежими, солеными грибами;
- С редькой;
- Пельмени с вишнями;
- С зеленым луком;
- С творогом;
- С картофелем.

## *Используемая литература:*

1. ПОХЛЕБКИН В.В. ТАЙНЫ ХОРОШЕЙ КУХНИ. – ЕКАТЕРИНБУРГ: СРЕД.-УРАЛ. КН. ИЗД-ВО, 1994. – 352 С.
2. ПОХЛЕБКИН В.В. БОЛЬШАЯ КУЛИНАРНАЯ КНИГА. – М. : ЭКСМО, 2012. – 992 С.
3. ВЫСОЦКАЯ Н.В. ПРОЕКТНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ УЧАЩИХСЯ 10-11 КЛАССЫ. – ВОЛГОГРАД: УЧИТЕЛЬ, 2008 . – 203 С.
4. АЛИМОВА У.А. КРАЕВЕДЕНИЕ 8 КЛАСС. ЧЕЛЯБИНСК «АБРИС» 2010.
5. WWW.WOW-COOK.RU
6. WWW.KULIVEDIA.RU

ИНТЕРНЕТ-РЕСУРСЫ:

[HTTP://WWW.GASTROTUR.RU/GASTRONOMICHESKIY-TURIZM/ЧТО-ТАКОЕ-GASTROTURIZM](http://www.gastrotur.ru/gastronomicheskiy-turizm/что-такое-gastroturizm)

[HTTP://WWW.KAPTA74.PF/TOURISM/ARTICLES/GASTRONOMICHESKIY\\_MINI\\_TUR\\_PO\\_URALU/](http://www.kapra74.pf/tourism/articles/gastronomicheskiy-mini-tur-po-uralu/)