







Інгредієнти:

**Для тіста:**

- вода – 175 г
- борошно пшеничне просіяне – 500 г
- сіль – 10 г
- рослинна олія – 5 г

**Для начинки:**

- м'ясо бараняче – 300 г
- цибуля – 300 г
- вода – 150 г
- сіль – 5 г
- перець чорний мелений – 2 г

**Для смаження:**

- олія соняшникова – 1 л

# Чіберек



Замісити тісто, воно буде з грудочками. Замотати у харчову плівку, залишити на 30 хв. Потім гарно вимісити тісто руками, розкачати качалкою, згорнути його, знову розкачати. Повторити так кілька разів, доки тісто не стане однорідним та еластичним.

Другий варіант – прокатати тісто кілька разів через тісторозкачувальну машинку.

Для начинки цибулю почистити, помити, розрізати на менші шматочки. Змолоти разом із м'ясом через м'ясорубку, додати воду, сіль і перець, перемішати. Поставити в холодильник на 30 хв.

Із тіста сформувати кульки однакового розміру десь по 55 г, розкачати до 2 мм завтовшки (можна за допомогою тарілки вирізати коло), покласти 60 г начинки посередині, скласти навпіл, по краю притиснути пальцем до столу, обрізати краї ножем для чібереків (для обрізання зайвого тіста використовують спеціальний ніж у формі кола із зубчиками на краях, який має назву чигирик). Дошку або піднос застелити пергаментом, посипати борошном, покласти чіберек, накрити харчовою плівкою. Продовжувати робити наступні чібереки.

У сковорідку діаметром 24–28 см або фритюрницю налити олію, нагріти до температури 170 °С, покласти чіберек, смажити до золотистого кольору з двох боків. Дістати дерев'яною лопаткою на паперовий рушник, щоб стік зайвий жир.

Щоб перевірити, чи достатньо нагрілася олія, потрібно взяти невеликий шматок тіста, покласти в олію і подивитися, чи смажиться він. Якщо тісто горить, значить, олія нагріта занадто сильно; якщо тісто ніби вариться, то олія ще не нагрілася.

Купити книгу на сайті [kniga.biz.ua](http://kniga.biz.ua) >>>





Інгредієнти:

- яйця – 3 шт.
- кефір 3,2 % (жирний) – 500 г
- цукор – 50 г
- сода – 6 г
- оцет – 7 г
- смалець або масло  
чи маргарин – 100 г
- борошно пшеничне  
просіяне – 700–800 г
- горілка – 40 г
- цукрова пудра – 100 г
- олія для смаження –  
800–1000 г

## Вергуни



Яйця розтерти з цукром, додати кефір, збити міксером. До борошна додати погашену оцтом соду, смалець (масло, маргарин) і з'єднати з ячєно-кефірною масою, влити горілку. Замісити тісто, залишити відпочити на 20–30 хв, накривши харчовою плівкою.

Розкачати тісто пластом завтовшки 0,5–0,7 см, порізати на прямокутники або ромбики розміром приблизно 8×4 см. Посередині кожного шматочка зробити надріз, вивернути через нього половинку тіста та сформувати вергуни.

У каструлю влити олію і нагріти її до 170 °С. Опустити в олію щипцями по черзі вергуни, смажити їх в олії з обох боків до золотистого кольору 2–3 хв.

Готові вергуни викласти на паперовий рушник, щоб забрати залишки жиру, та посипати цукровою пудрою.

Щоб не гасити соду оцтом, можна додати розпушувач.  
Замість смальцю можна використати сметану.

Купити книгу на сайті [kniga.biz.ua](http://kniga.biz.ua) >>>





Розділ VI.  
Кулінарна  
дипломатія





Купити книгу на сайті kniga.biz.ua

Купити книгу на сайті kniga.biz.ua >>>



## Сало

Візиткою української кухні прийнято вважати сало. Необізнаним у тонкощах технології його приготування та культури вживання може видатися дивною така популярність цього місцевого спеціалітету. Попри усталену думку про любов українців до свинини, суцільне салоїдство – радше фольклорний образ, ніж історична дійсність. Залежно від історичного періоду, статків, регіону проживання та релігійних переконань різновид і кількість м'яса й сала в раціоні можуть бути кардинально відмінними. У меню значної частини населення в минулому переважали наїдки з овочів і риби, овочеві юшки, борщі, *кулеші* (кашоподібна страва).

Сало і справді люблять в Україні. Воно має неабияку цінність для кулінарної культури, а українці знають безліч жартів про сало. Вони й самі люблять покепкувати над собою з цього приводу. Популярним є різноманітні мистецько-гастрономічні перформанси, скажімо, «сало в шоколаді» чи ресторан-музей сала у Львові.

Сало і, відповідно, масове вирощування свиней мають свою історію та регіональну специфіку. Так, у Центральній і Лівобережній Україні відгодівля свиней тісно переплетена з давнім винокурним промислом (виробництвом горілки), що потужно розвивався й істотно вплинув на економіку у XVII–XVIII ст. У цей період стає поширеною форма відгодівлі свиней в обмеженому просторі – *сажі*. Відходи від виробництва горілки, які згодовували свиням, специфіка утримання і поживні харчі сприяли тому, що вони швидко набирали вагу.

Зчитати книгу на сайті [kniga.biz.ua](http://kniga.biz.ua) >>>

# Варя



- буряк – 300 г (1 шт.)
- квасоля – 100 г
- квашена капуста – 100 г
- чорнослив – 50 г
- зелень – 5 г

#### Для заправки:

- олія соняшникова – 20 г
- гірчиця лагідна – 50 г
- мед – 50 г
- оцет яблучний – 10 г
- сіль – 2 г

#### Для маринаду до буряку:

- гірчиця в зернах – 25 г
- чебрець свіжий (можна сушений) – 1 г
- олія – 20 г
- мед – 25 г
- часник – 10 г
- оцет яблучний – 10 г
- сіль – 2 г
- перець чорний мелений – 1 г

Буряк помити, цілим загорнути у фольгу. Запікати за температури 200 °С від 1 год 30 хв до 2 год. Охолодити і почистити. Потім порізати скибками, кожну з яких розрізати ще на 3–4 частини, щоб отримати дещо різні за розміром трикутнички.

Для маринаду часник натерти на дрібну тертку, покласти решту складників, усе перемішати, додати печений і порізаний раніше буряк, помістити у харчовий контейнер і лишити в холодильнику на 1 добу.

Квасолю замочити у холодній воді на 3 год. Промити і відварити до готовності на повільному вогні. Чорнослив на 5 хв залити окропом і, зцідивши, порізати соломкою. Квашену капусту трохи посікти ножем (якщо занадто довга).

У миску покласти маринований буряк, квашену капусту, чорнослив, відварену й охолоджену квасолю. Полити все це заправкою, перемішати. Викласти на твірлку, прикрасити зеленню.

Можна використовувати вже готову консервовану білу квасолю у власному соку.

Якщо квашена капуста надто кисла, потрібно промити її кілька разів під проточною холодною водою.

Купити книгу на сайті [kniga.biz.ua](http://kniga.biz.ua) >>>