



# Специи и приправы в индийской и турецкой

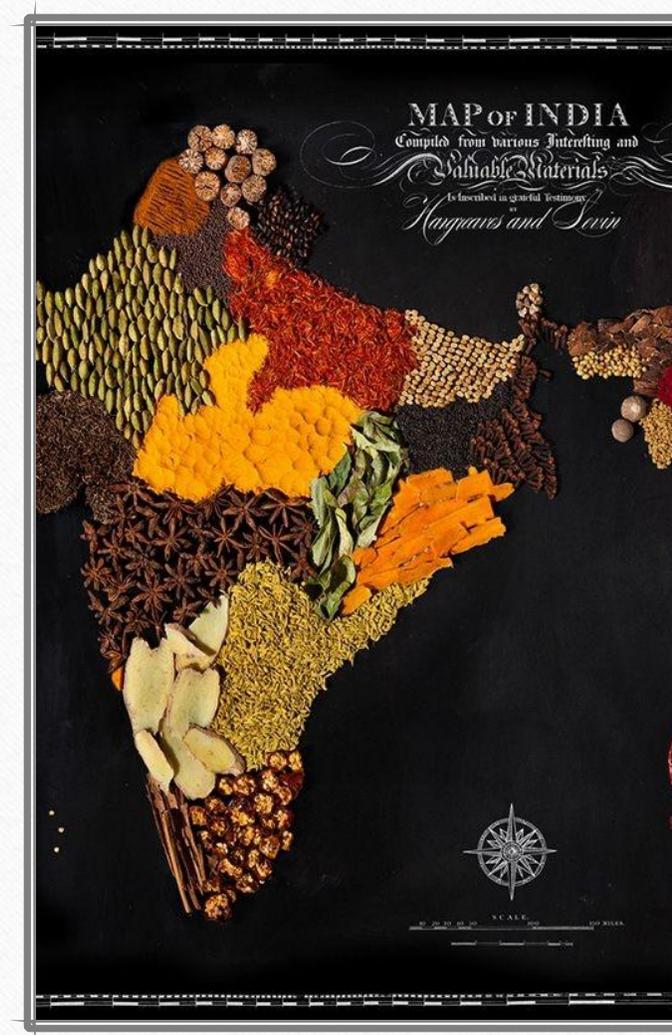
КУХНЯХ



## Пряности и специи из Индии

Специи — душа и сердце индийской кухни. Они сформировали основу индийской кухни существовавшей веками. Практически невозможно приготовить какое либо индийское блюдо без специи.

Индия является крупнейшим поставщиком пряностей на мировой рынок по объему и ассортименту. В стране производятся одни из самых качественных пряностей в мире



# Индийский рынок пряностей

Индия занимает 50 % мирового рынка пряностей и специй. Торговля пряностями приносит индийской экономике крупные, стабильные доходы. Эта отрасль экономики обеспечивает до 10 % ВВП. В структуре индийского экспорта пряности занимают одну из лидирующих позиций. В этом - немалая заслуга государственного регулирования и защиты рынка. В Индии государство создало надзорный орган при Министерстве торговли Индии - Индийское управление специй



# Самые знаменитые индийские специи

**Куркума** - это индийская специя ярко-желтого цвета, которая используется как на юге, так и на севере страны Приготавливается из вареных, сушеных, очищенных и полированных корней этого растения.



Эта специя дает и оттенок вкуса, и оттенок цвета. В порошке карри именно куркума является главным элементом.

# Кориандр



В Индии известен, как Dhaniya. Многие слышали о свежем зеленом кориандре как о кинзе. Название приправы произошло от греческого слова "korris" (клоп). Дело в том, что в незрелом своем состоянии растение издает отвратительный запах, который к концу сушки выветривается.

Кориандр - одна из самых важных специй в каждой индийской семье. Его используют с бобовыми блюдами, супами, расамом, самбаром и карри. Листья свежего кориандра могут класть сверху готового блюда в качестве гарнира.



# ТМИН



Тмин, известный в Индии, как "зира", можно приобрести как в виде семян, так и в виде порошка. Происходит специя из сушеных белых плодов однолетнего травянистого тропического растения. Сами семена тмина горьковатые, обладают ароматическим запахом.

В индийской кухне эта приправа используется в качестве вкусовой добавки в карри, в хлебе, тортах и сыре.



# ГОРЧИЦА



Семена горчицы берутся из однолетнего травянистого растения. Сами крошечные семена либо черные, либо бледно-желтого, белого или коричневого цвета. Горчица в качестве специи используется в южной индийской кухне.

Порошок из горчицы обширно используется для приготовления майонеза, а листья в сушеном и обезвоженном виде добавляют для вкуса в некоторые блюда.



# КАРРИ



Листья карри снимаются с одноименных деревьев. Карри в качестве специи входит практически в каждое индийское блюдо, добавляя туда аромат и вкус. Для этого пряного ингредиента могут использоваться сушеные или свежие листья с деревьев, выращенных в южной Индии

В местные рецепты карри используется также в качестве соуса.



# КОРИЦА



Корица является производным от коры некоторых вечнозеленых деревьев, родиной которых является Индия.

Палочки корицы используются в индийской кулинарии для приготовления плова пулао, блюда бриянис и некоторых видов карри. Она также используется в виде порошка при приготовлении пицци, а также в виде сухих палочек.



# ШАФРАН



Сушеные тычинки крокуса, это шикарная дорогая специя обладает уникальным мускусным ароматом. Употреблять его нужно очень маленькими порциями; в большинстве блюд можно добавлять не более **нескольких полосок**

Шафран широко распространен в индийских десертах, например, в кхиире (ароматный рисовый пудинг) и срикханд (ароматный йогуртовый десерт).



# ГВОЗДИКА



Эта ароматная и острая на вкус специя на самом деле - засушенные цветочные бутоны. Они часто используются как ароматизатор вареного риса, но также используются для придания карри с мясом и морепродуктами теплоты и аромат.





## Польза специй

Подавляющее большинство индийских специй полезны для здоровья: они облегчают процесс переваривания и усвоения пищи. Так, имбирь, к примеру, хорошо помогает при расстройстве желудка, перец является антигистаминным средством, куркума полезна при язве и в условиях жары.

Во многих индийских ресторанах блюда украшаются сладким укропом, гвоздикой или кардамоном еще и потому, что эти растения отлично освежают полость рта, предотвращают изжогу, тошноту. Поэтому неудивительно, что специи добавляются практически во все блюда.



## Чорек оту

Черный тмин или чернушка посевная. Семена чернушки острый горьковатый вкус и запах, как пряность используются в кухне Ближнего Востока и Средиземноморья с древнейших времен. В Турции часто используется в несладкой выпечке, может добавляться в кофе для придания напитку пряных вкусовых оттенков.



# Сумах

Эта пряность получается из молотых ягод дерева сумаха дубильного («уксусное дерево»). Обладает красновато-бордовым цветом и кислым вкусом.

Широко используется в турецкой кухне при приготовлении блюд из птицы и рыбы. Сумахом могут посыпать салаты из свежих овощей.



# Шафран

Одна из самых дорогих специй во все времена. В турецкой кухне шафран с давних пор использовался при изготовлении сладостей и для придания тесту и блюдам красивого желтого оттенка и необычайно тонкого аромата.



# Изотский перец

Имеет дымчатый, изюмоподобный вкус и почти не острый. Бывает как красным, так и черным. Является неотъемлемым компонентом блюда «чиг-кёфте» (сырые котлетки из булгура).



# Антепский острый перец

Красный острый перец в хлопьях. Очень острый!  
Получается из другого сорта перца чили,  
произрастающего в соседней провинции  
Газиантеп.



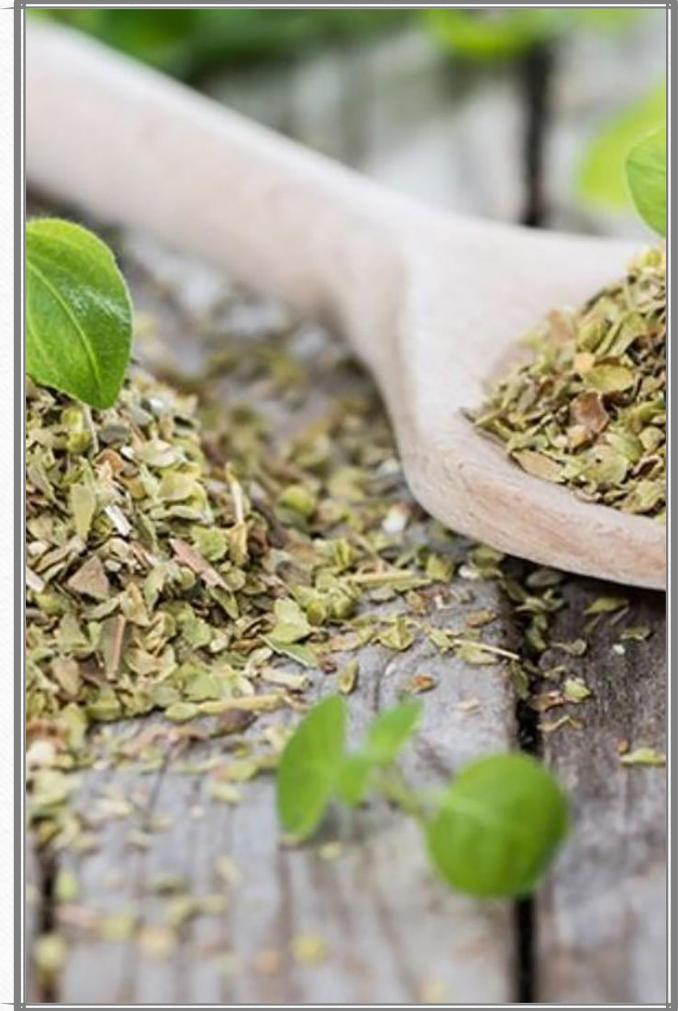
# Кумин или зира

Ценится за свой сильный горьковатый,  
чуть ореховый запах, который усиливается  
при растирании или обжаривании



# Тимьян или чабрец, он же орегано и майоран

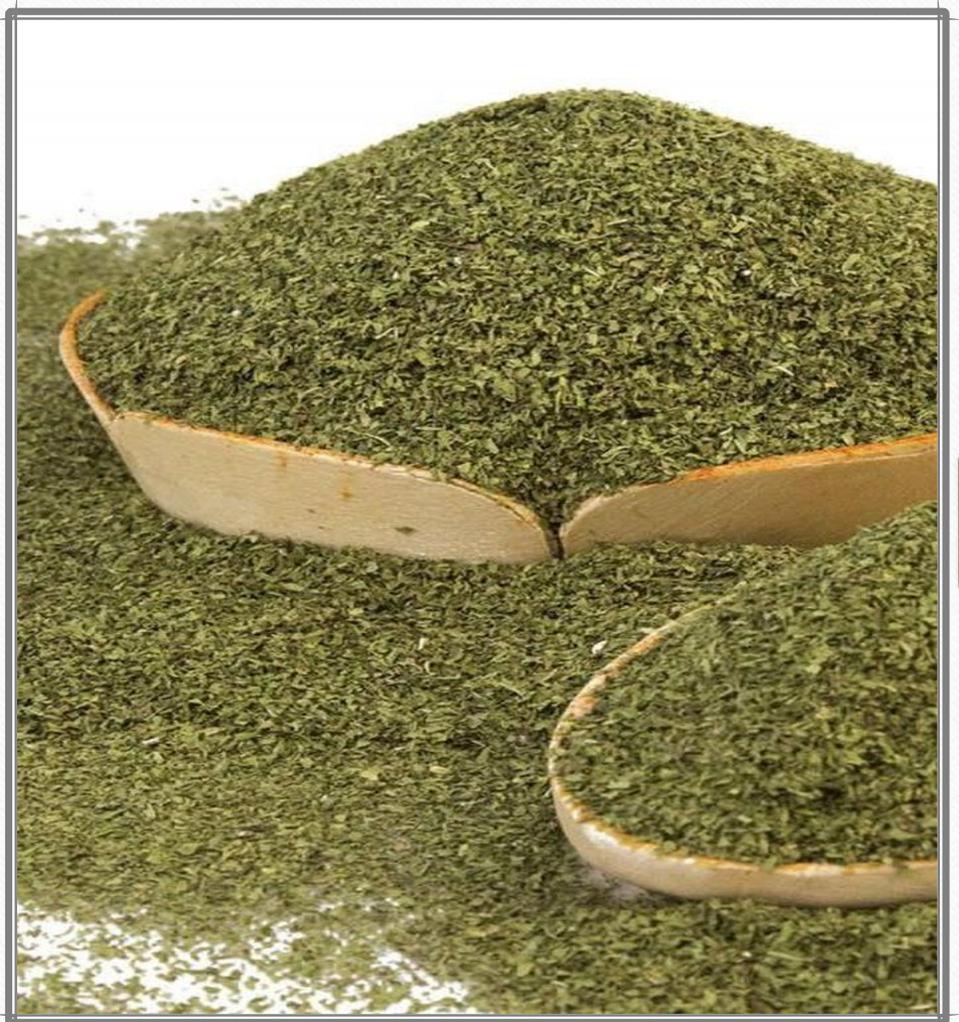
Дикий горный тимьян в Турции называется Satır («джатыр») и ценится выше культивированного. Благодаря высокому содержанию эфирных масел был с давних пор популярен в качестве приправы.



# Сушеная мята

В особом представлении не нуждается.

Очень распространенная приправа в турецкой кухне, причем для самых разных блюд. Включая, например, плов из булгура с нутом.



## Келедош оту

Эта трава произрастает в окрестностях озера Ван на востоке Турции. Специально не выращивается, собирается в горах местными жителями и сушится. Имеет пряный аромат и горьковатый вкус.

