

МОСКОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ТЕХНОЛОГИЙ И  
УПРАВЛЕНИЯ  
КАЛУЖСКИЙ ФИЛИАЛ  
КАФЕДРА ТЕХНИЧЕСКИХ И ЕСТЕСТВЕННОНАУЧНЫХ ДИСЦИПЛИН



**ДОКЛАД**

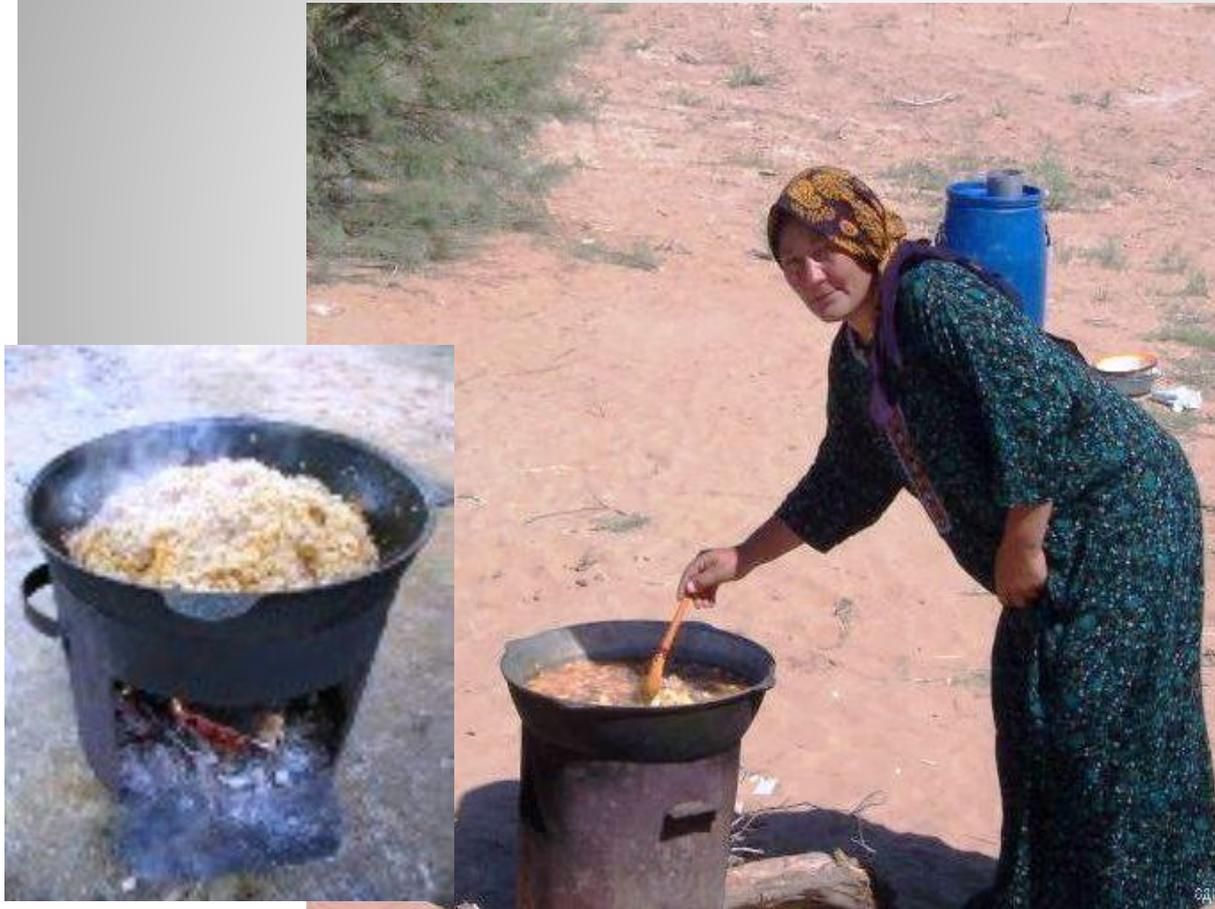
# Среднеазиатская кухня

## Приготовление плова

Студентка 4 курса Матюхина О.В.  
Научный руководитель доцент  
Коробкова О.И.

Калуга 2009

Плов в национальной кухне народов Средней Азии занимает значительное место. Для его приготовления используется рис, мясо, жиры, овощи и специи. Приготовление плова в домашних условиях является традиционным обычаем.



Когда ПЛОВ ГОТОВИТСЯ для своей семьи, то его ГОТОВЯТ, как правило, женщины.

Если предполагается большое событие: свадьба, обрезание, поминки, то в этом случае повара – мужчины.



Для плова используется в основном баранина. Технология приготовления плова включает подготовку и первичную обработку исходного сырья , тепловую обработку по этапам – обжаривание мяса с луком и морковью, приготовление мясного соуса, закладывание риса и доведение до готовности.

1. Обжариваем мясо.



2. Режем лук.



### 3. Режем морковь



### 4. Обжариваем лук и морковь



**5. Кидаем рис и  
перемешиваем**



**6. Заливаем водой и тушим**



**Прошу к столу !**



**Плов с бараниной.**



**К плову хорошо подходит красное  
вино «Ясмансалык»**

**Плов по узбекски**



**Плов с курицей**



**ВИДЫ ПЛОВА**

# Особенности приготовления

1. Важнейшим элементом является строгое соблюдение соотношений отдельных компонентов и определение примерной нормы воды в зависимости от сорта и вида риса, так как отдельные сорта его имеют различную способность поглощения воды. Соль и специи вводят перед закладкой риса.

2. Жир для плова предварительно прокаливают, добавляя при этом очищенные головки лука и зачищенную мясную кость, что придает блюду аромат и окраску

3. В среднеазиатской кухне для плова применяют смесь пряностей, состоящей из взятых в равных частях красного перца, **зиры, барбариса и незначительного количества куркумы**. Смесь пряностей добавляют в мясо с морковью и луком, тушенное в перекаленном масле до того как в плов кладут рис, в середине приготовления примерно за полчаса до готовности плова

# Пряности в изобилии продаются на восточном базаре



# Красный перец



Перец однолетний *Capsicum annuum*. В качестве специй используют зрелые, высушенные, размолотые стручки. Специфический компонент, придающим красному перцу его острожгучий вкус - алкалоид капсанцин.

Красный перец относят к числу необходимых специй, таких, которые должны быть всегда дома. Эту специю добавляют в супы, салаты, копчености, к мясным блюдам и блюдам из птицы.



Плоды красного перца собирают вручную по мере их созревания, сушат, нанизав на шпагат и подвесив под крышей на солнечной стороне.

# Зира

**Зира** (кумин – от арабского названия)

бывает 4 видов:

персидская,  
кирманская, сирийская  
и набатейская. Два  
лучших вида:

- Кирманская зира – черного цвета, мелкая, ароматная.
- Персидская зира – желтоватого цвета, ароматная.

**Зира** сохраняет свои свойства до 7 лет. Если при приготовлении жесткого мяса добавить зиру, то это сделает мясо мягким



Цветущий кумин



Семена  
зиры

# Барбарис



Дикий кустарник. Его кислые ярко-красные ягоды содержат витамин С, богаты кислотами, особенно яблочной. Высушенные ягоды барбариса – приправа ко многим восточным блюдам

# Куркума домашняя (индийский шафран) *Curcuma domestica*. Сем.ейство Имбирные (*Zingiberaceae*).



Куркума относится к числу тропических специй, происходящих из Юго-Восточной Индии. Специи приготавливают из ее ароматического корневища, содержащего в своих клетках интенсивный оранжево-желтый краситель, из-за которого это растение также называют «индийским шафраном». Рис в плове приобретает золотистый оттенок. Собранные и промытые корневища обдают кипятком, а потом медленно сушат на солнце. Корневище настолько затвердевает, что его можно молоть, превращая в мельчайший порошок.

Как пряность куркума известна более 2,5 тысяч лет . Вначале ее применяли в Индокитае и Индии, в конце 1 века ее завезли в Грецию. Куркума является неизменным компонентом всех пряных смесей для плова в Средней Азии и Азербайджане. Куркума вносится в пищу в чрезвычайно малых количествах – для 1 кг риса рекомендована норма «на кончике ножа»





**Плов с айвой**

# Рецепт узбекского плова

- На 300 г мяса 1 кг риса, 2-3 кислых айвы, 250 г курдючного сала, 400 г моркови; зира, барбарис по 1 чайной ложке, стручок красного или 1 чайная ложка молотого перца, соль по вкусу.
- В разогретом котле перекалить кубики бараньего курдючного сала, снять шкварки, обжарить кольца лука, пока они не станут коричневыми и хрупкими. Положить мясо и обжарить до румяной корочки, затем добавить соломки моркови. Целую айву очистить от пушка, разделить на 2 или 4 части, удалить семечки, ополоснуть в холодной воде и немного поджарить вместе с морковью и мясом, а затем, залив котел водой, тушить все продукты на умеренном огне в течение 50 минут, заправить солью и специями. Затем положить предварительно промытый рис, усилить огонь. После испарения всей влаги рисовый слой собрать к середине котла горкой и накрыть на 25-30 минут, убавить огонь.
- Перед подачей на стол вынуть кусочки айвы и мяса, перемешать плов, выложить горкой на блюдо, а на середину блюда и по краям разложить айву и мясо.