

Удмуртские перепечи

Исследовательскую работу выполнила
Ученица 4 В класса средней школы № 9
Байкузина Милана

Многонациональна наша Удмуртская Республика,
здесь столетиями добрыми соседями живут разные
народы: русские, удмурты, татары и др.



Мою семью, в которой я живу, тоже можно назвать многонациональной. Моя мама - русская, папа - татарин. А большая родня состоит из разных национальностей.



Удмуртские перепечи

- ▶ Папа нам рассказывал, что в его детстве бабушка очень часто стряпала перепечи. Она родилась в удмуртской деревне, и научилась готовить удмуртские блюда. Дома готовили эти блюда всей семьей. Папа тоже знает немало интересных рецептов приготовления удмуртских блюд.



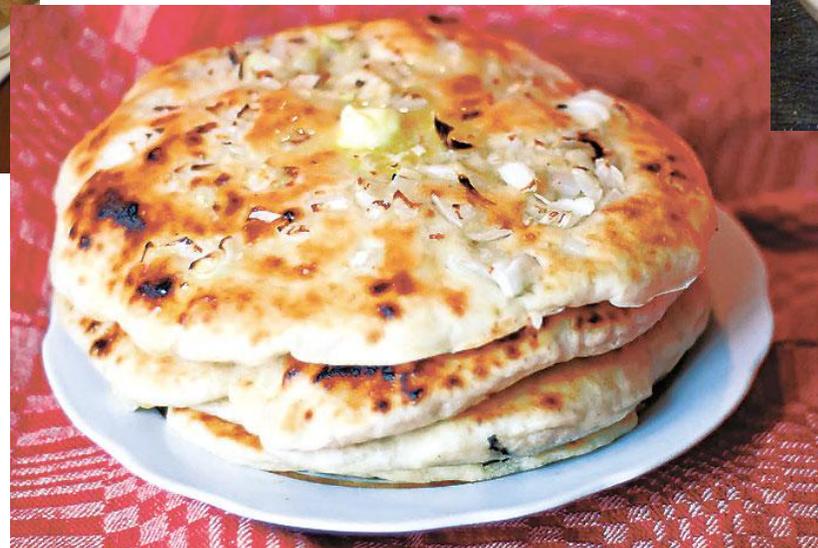
Поэтому я тоже хочу научиться готовить перепечи, узнать все бабушкины хитрости, а потом побаловать маму, папу, брата, родных и одноклассников вкусными перепечами.



Национальная кухня - это культура народа, ее традиции и история, которую надо знать тем, кто живет на этой земле. Мы все знаем русские блины, украинский борщ, татарский чак-чак, грузинский шашлык, узбекский плов.



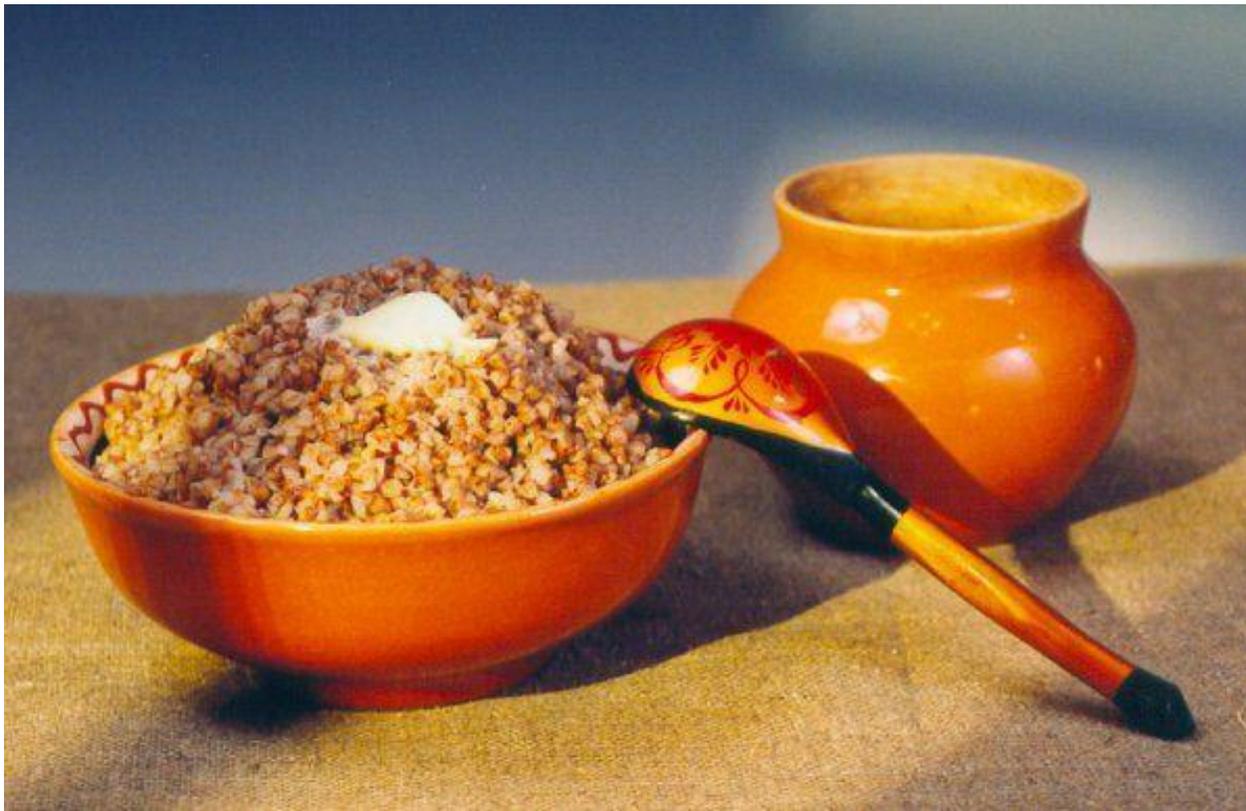
Есть любимые национальные блюда и в удмуртской народной кухне. К ним относятся перепечи, табани, пельмени.



Повседневная пища удмурта была весьма проста. Народ был бедным, люди питались преимущественно со своего огорода. Супы, бульоны, похлебки принадлежат к числу любимых в удмуртской кухне.



В пищевом рационе удмуртов были и каши. Каши варили не только из пшеничной, овсяной или ячневой муки, но и из просяной, полбенной, гречневой.



Повседневная еда не обходилась без солений: грибов, капусты, огурцов.



Завершали повседневные трапезы -
травяной чай или квас.



Невозможно представить удмуртскую кухню и без традиционных лепешек – табань. Делаются они из дрожжевого теста и жарятся на сковороде. Подают табани с маслом и молочным подливом – зыретом.



На праздничный стол ставили с различной начинкой пироги, ватрушки, перепечи, пельмени, шаньги и т. д.



Перепечи - одно из любимых удмуртским народом блюд. Это пресные ватрушки с различной начинкой: с мясом, яйцом, грибами, лесными травами, капустой свежей и квашеной, картофельным пюре...

Их пекли в русской печи, не глубоко, а перед печью. Отсюда такое название.



Как я стряпала перепечи:

Рецепт теста для перепечей:

- ▶ Мука – 2-3 стакана;
- ▶ Яйцо – 1 шт.;
- ▶ Вода – ½ стакана;
- ▶ Молоко – ½ стакана;
- ▶ Соль – 1 ч. ложка.

Замешиваем из указанных продуктов тугое тесто и кладем в пакет.



Как я стряпала перепечи:

Рецепт начинки для перепечей:

- ▶ Мясной фарш – 250 гр;
- ▶ Свежая капуста – 300 гр;
- ▶ Лук – 1-2 шт;
- ▶ Растительное масло – 100 мл;
- ▶ Соль, перец – по вкусу.

Мелко режем капусту и лук.
Пережариваем с мясным фаршем на растительном масле.
Добавляем соль и перец.
Перемешиваем и остужаем.



Как я стряпала перепечи:

Заливка для начинки

- ▶ Яйца – 2 шт;
- ▶ Молоко – 100 мл;
- ▶ Соль – щепотка.

Хорошо взбиваем массу.



Как я стряпала перепечи:

- ▶ Из теста для перепечей раскатываем кружки диаметром 10-12 см. Их толщина должна быть небольшой – около 0,5 см. С помощью защипов делаем невысокий бортик. Получаются корзиночки. Из указанного количества продуктов для теста получается примерно 20 перепечей.



Как я стряпала перепечи:

- ▶ Противень смазываем маслом и выкладываем на него получившиеся корзиночки. Кладем в них начинку. Она должна лежать вровень с бортиками. Заливаем омлетной массой – примерно 3-4 ч. ложки на одну перепечу.



Как я стряпала перепечи:

- ▶ Ставим противень в предварительно разогретую до 200-220°C духовку.
- ▶ Буквально через 20 минут, когда омлетная масса «схватится», а бока корзиночек чуть подрумянятся – все готово.
- ▶ Подают это блюдо с молоком или бульоном.



Удмуртские перепечи

Я считаю, что мои перепечи удались, но пока не без помощи папы и мамы. Они контролировали, следили и подсказывали как делать.

Я благодарна папе, что он поделился со мной своими знаниями в приготовлении перепечей.

Дома все меня похвалили. Им мои перепечи понравились. А я такая счастливая, что научилась наконец стряпать их.

Ура! Я угощу друзей перепечами и поделюсь с ними своими секретами как их готовить.

Приятного аппетита!

