



НАЦИОНАЛЬНАЯ КУХНЯ

УДМУРТОВ

Составитель:
Гаврилова Татьяна Николаевна,
учитель начальных классов
МБОУ «СОШ №20» г. Салават

Национальная кухня удмуртов формировалась на основе древних земледельческих и животноводческих традиций. Сочетание продуктов земледелия и животноводства позволило создать многообразие блюд и их вариантов.



Главным блюдом является пельмень.
Пельмень удмурты называют "пельнянь":
пель - ухо, нянь - хлеб, то есть хлебное ухо.





Перепечи - это праздничное угощение, которое готовится в торжественных случаях.

Тесто для них делается, подобное пельменному, затем из него вырезаются кружочки, из которых лепят корзиночки, приподняв и защипнув края. В середину кладется начинка, какая душе угодна:

грибы, мясо, капуста, картофель, редька, каша, в том числе с кровью забитого животного, потроха, лесные травы, перемешанные с омлетом и луком. Перепечи выпекают на небольшом огне и едят только горячими.



Перепечи с грибами



для теста: ржаная мука - 150г; пшеничная мука - 70г; сметана (20% жирность) - 150г; яйцо - 1шт.; соль - 1 ч.л.; для начинки: репчатый лук - 1 луковица; белые грибы (свежие) - 500г; сметана - 2 ст.л.; сливочное масло; соль - по вкусу; для заливки: яйцо - 1 шт.; соль - по вкусу.



В большой миске размешать сметану с яйцом, приправить солью и всыпать просеянную муку (ржаную и пшеничную). Вымешивать, пока тесто не станет мягким и эластичным. Накрыть миску с тестом полотенцем и дать расстояться, пока готовится начинка.

Для начинки подготовить белые грибы: срезать кончики ножек, почистить шляпки, если есть такая необходимость. Если грибы чистые (без песка и прилипших листьев), то лучше их не мыть. Каждый гриб нарезать на тонкие пластинки или небольшие кусочки. Луковицу мелко порубить.





Разогреть глубокую сковороду, положить в неё кусочек сливочного масла. Когда масло растопится, добавить лук и обжарить до золотистого цвета. Добавить к луку грибы и обжаривать, помешивая, до готовности грибов. Приправить по вкусу солью, положить сметану, размешать и дать начинке остыть.

Из теста скатать валик, нарезать его на примерно одинаковые отрезки. Из каждого скатать колобок, размером с теннисный шарик. Размять шарик руками (или раскатать скалкой) в лепешку диаметром около 10 см.



Слепить из лепешек 'корзиночки':
приподнять край и защепить его, тем
самым формируя бортик.
Выкладываем получившиеся
'корзиночки' на противень,
застеленный бумагой для выпечки.



В каждую корзинку положить 2-3 ст.л.
грибной начинки и залить яйцом,
растертым с солью. Выпекать в
предварительно разогретой до 190С
духовке и примерно 25 минут. У
готовых перепечей тесто станет
светло-коричневым, а верх начинки
подрумянится.



Кроме традиционных пельменей и перепечей, сегодня в Удмуртии в любой семье к столу подают **табани** - пышные блины из дрожжевого теста, которые выпекают в духовке, а не на сковороде (кстати, в удмуртской национальной кухне вообще отсутствует технология жарения, практикуется варение, печение, тушение).

К табаням готовят зырет - молочный кисель. Раньше любимым дополнением к табаням был подлив из толченого конопляного семени. Сейчас он по понятным причинам практически исчез, сохранившись в отдаленных деревнях, где местным жителям удается выращивать коноплю в хозяйственных целях. По-прежнему в Удмуртии популярны каши.

Жуко мильым – блины с кашей



Готовят это блюдо в праздники и в любые другие дни, кроме поста.

Когда хозяйка стряпала жуко мильым, она приглашала гостей со словами: «приходите мешки поднимать»

Приятного аппетита!



Источник информации

- [удмуртская народная кухняЯ](#)
- [удмуртская народная кухняЯ](#)
- <https://fb.ru/article/391172/natsionalnyie-blyuda-udmurtoy-spisok-retseptov-s-foto>