

A close-up photograph of a red ceramic bowl filled with a hearty stew. The stew contains chunks of meat, potatoes, and vegetables like carrots and onions. The bowl is placed on a patterned cloth. The text "Первые блюда молдавской кухни" is overlaid on the image.

**Первые блюда молдавской
кухни**

Молдавская кухня — национальная кухня Молдавии. Молдавия расположена в регионе богатых природных возможностей, винограда, фруктов и разнообразных овощей, а также овцеводства и птицеводства, что обуславливает богатство и разнообразие национальной кухни.

Молдавская кухня складывалась под влиянием греческой, турецкой, балканской, западноевропейской, а позднее — украинской и русской, а также еврейской и немецкой кухонь, тем не менее она отличается самобытностью.

Для первых блюд молдавской кухни характерен мягкий и в то же время острый вкус. Причина этого — необычные способы приготовления мяса и овощей.

В Молдавии особой популярностью пользуются блюда из бобовых и круп. При этом чаще всего готовятся фасолевые или кукурузные супы.

Молдавские супы — чорбы и замы — готовят на овощных отварах, мясных и рыбных бульонах. Обязательный их компонент — прокипячённый кислый отрубной квас (борш). Вместо борща иногда используют лимонную кислоту, а в овощных чорбах — капустный рассол.

Молдавские первые блюда отличаются нежным кисловатым вкусом и приятным ароматом пряной зелени — чабреца, любистока, укропа, петрушки, эстрагона, сельдерея, мяты. Веточки зелени удаляют из супа за 5-7 минут до окончания варки.

К первым блюдам подают

Мамалыгу



Плацинды



Вертуты



Пампушки



Молдавские супы преимущественно готовятся в овощных отварах, а также мясных и рыбных бульонах. Обязательных компонент супов Молдавии — прокипячённый кислый отрубной квас (борш). Вместо борща иногда используют лимонную кислоту, а в овощных супах — капустный рассол. Первые блюда Молдавии отличаются нежным кисловатым вкусом и ароматом пряной зелени — чебреца, любистока, укропа, петрушки, эстрагона, сельдерея, мяты. Веточки зелени обычно удаляют из супа примерно за 5-7 минут до окончания варки.

Пряности и специи можно разделить на две группы: универсальные и местные.

Универсальные специи известны очень давно, они и сегодня используются во всех странах. Они отличаются ярко выраженным вкусом и ароматом. К универсальным специям относятся: черный перец, гвоздика, мускатный орех, имбирь, кардамон и т.д. Все эти растения имеют тропическое и субтропическое происхождение. Они широко используются в молдавской кухне для приготовления пищи, в консервной и кондитерской промышленности.

К местным специям и пряностям относятся те, что растут в нашей стране. Среди растений, традиционно используемых в качестве приправ: укроп, петрушка, лук, чеснок, кориандр, хрен, любисток, сельдерей, чабрец.

Сегодня в Молдове широко используются пряности и специи, придавая блюдам приятный и аппетитный вкус. Они полезны в диетическом рационе питания, поскольку придают особый вкус. Специи полезны, однако их не стоит употреблять в чрезмерном количестве. Их можно добавлять по вкусу, выбирая те, которые подходят к данному блюду больше всего.



➔ **Любисток**



➔ **Борщ акру**



Чорба (рум. ciorbă) — название молдавских, румынских, сербских, турецких, македонских и болгарских горячих густых национальных супов, долю жидкой части которых (от четверти до половины) составляет борш (квас). Общее название происходит от турецкого слова Çorba (шурпа), по-разному произносимого на Ближнем и Среднем Востоке и давшего имя различным по составу и технологии супам тюркских народов и народов, живших на территории Османской империи: шурпа, шурбо, щорба, шурьба, шюрьпе, шорпа, шурва.

За́ма (молд. zeamă, «зья́мэ») — В дословном переводе имеет несколько значений, одно из которых бульон, юшка. В Молдавии замой называют горячий национальный суп, классический состав которого - это бульон, сваренный из домашней курицы с кореньями (репчатым луком, корнем петрушки, морковью), домашняя яичная лапша, куриное мясо, отрубной квас и любисток. Добавляют также чабрец и помидоры. Подают суп горячим со сметаной и мелко нарубленной зеленью петрушки. Именно такой суп вы получите в молдавском национальном ресторане, заказав заму. Как и любое блюдо, заму готовят по-разному, часто добавляя в неё продукты, не имеющие к ней отношения. Так, домохозяйки часто добавляют к вышеописанному перечню продуктов картошку, для сытости. Изначально заму готовили только из курицы, потрохов птицы, однако в настоящее время встречаются рецепты из рыбы, кролика и даже постная зама.

Чорба с фасолью

Ингредиенты:

- 8 стаканов воды,
- 400 г свинины,
- 1 стакан фасоли (белой),
- 4 клубня картофеля,
- 1 луковица,
- 1 морковь,
- ½ корня петрушки,
- ½ корня сельдерея,
- 2 помидора,
- 2 столовых ложки растительного масла,
- 2 стакана кислого кваса или щепотка лимонной кислоты,
- лавровый лист,
- соль,
- чёрный перец горошком,
- зелень любистка,
- 1 столовая ложка рубленой зелени.



Чорба из баранины

Ингредиенты:

- 10 стаканов воды,
- 500 г жирной баранины,
- 4 клубня картофеля,
- 4 луковицы,
- 2 корня петрушки,
- ½ корня сельдерея,
- ¼ кочана капусты,
- 1 солёный огурец,
- 1 сладкий перец,
- 2 помидора,
- 1 яйцо
- 3 столовые ложки сметаны,
- лавровый лист,
- соль,
- ½ стручка горького перца,
- чёрный перец горошком,
- 1 столовая ложка рубленой зелени
любистка,
- 2 столовые ложки рубленой зелени
(укроп и петрушка).



Чорба из телятины с грибами

Ингредиенты:

- 8 стаканов воды,
- 400 г телячьей грудинки,
- 1 ½ стакана домашней лапши ,
- 4-5 сушёных грибов или 400 г свежих (белых грибов или шампиньонов),
- 1 морковь,
- 1 корень петрушки,
- ½ корня сельдерея,
- 2 луковицы,
- 3 столовых ложки растительного масла,
- 1 яйцо,
- ½ стакана сметаны,
- 2 стакана кислого кваса или щепотка лимонной кислоты,
- соль,
- чёрный перец горошком, зелень чабреца,
- 1 столовая ложка рубленой зелени укропа и петрушки.



Для лапши:

- 1 ½ стакана пшеничной муки,
- 2 яйца,
- 1/3 стакана воды,
- соль.

ЧОРБЭ ДЕЛИЧИОАСЭ (суп деликатесный) (молдавское национальное блюдо)

▪ Курица	143	
▪ Морковь	50	
▪ Лук-порей	30	30
▪ Сельдерей (корень)	30	30
▪ Маргарин столовый	20	20
▪ Омлет натуральный № 288		288
-100		
▪ Горошек зеленый консервированный	40	40
▪ Лимонная кислота	0,02	
▪ Вода	750	



Зама из курицы с рисом

Ингредиенты:

- 8 стаканов воды,
- ½ курицы,
- 2/3 стакана риса,
- 3 моркови,
- 1 корень петрушки,
- 3 луковицы,
- 3 столовые ложки растительного масла,
- 2 стакана кислого кваса или щепотка лимонной кислоты,
- соль,
- чёрный перец горошком,
- зелень чабреца,
- 2 столовые ложки рубленой зелени.

