

Тема урока Национально-региональный  
компонент - «Бурятское национальное  
блюдо «БУУЗЫ»

8 класс

МОУ «Таловская СОШ» Учитель технологии :

Пантелеева Ирина Евгеньевна

# Приобщение молодого поколения к культуре своего народа.

- ▶ Мы живем в Бурятии.
- ▶ Сегодня мы приготовим бурятские позы (буузы) – паровые изделия из теста.

Начинка для бурятских поз готовится из отборного мяса с большим количеством лука. Иногда в фарш для мягкости добавляется сало, для большей ароматности – чеснок, а для сочности – бульон или кипяченая вода.

▶ Рис.1





## Традиции Бурятской кухни

Буряты – народ кочевой, в связи с чем у этого народа сложились свои традиции в питании. Образ жизни кочевников требует огромных энергетических затрат, поэтому кухня Бурятии отличается сытностью блюд и их калорийностью. Занимаясь скотоводством, этот народ имеет в своем рационе огромное множество мясных и молочных блюд.

Не только приготовление мяса, но даже разделывание туши - особый ритуал для бурятов. Из всех видов мяса в Бурятии особым расположением пользуется конина, баранина. У каждой национальности особые блюда. Рецептов приготовления этого ценного мяса много, среди них: котлеты, пельмени, рулеты мясные, позы. *Символом бурятской кухни являются позы, второе название – «буузы»*, оно является национальным блюдом бурятской кухни. В кусочки теста заворачивают фарш, смешанный с внутренним жиром, и хотя блюдо невероятно калорийно, ни один бурят не променяет его ни на что другое.

## Практическая работа «Приготовление национального блюда – «Буузы»»

### Для фарша:

- ▶ Свинина свежая-450 г
- ▶ Говядина свежая -400 г
- ▶ Баранина свежая-300 г
- ▶ Лук репчатый- 500г.
- ▶ Чеснок -2 зубчика
- ▶ Соль –по вкусу
- ▶ Перец черный молотый- по вкусу
- ▶ Молоко-100 мл
- ▶ Масло растительное-50 мл

### Для теста:

- ▶ Мука пшеничная в/с -500 г
- ▶ Вода очищенная-200 мл
- ▶ Яйцо куриное-1 штука
- ▶ Соль- по вкусу



# Технология приготовления теста для поз



- ▶ В небольшую миску налить теплой воды, добавить соль и яйцо. Постоянно размешивая, аккуратно всыпать муку и приготовить крутое тесто

▶ Рис.2

# Технология приготовления теста



- ▶ Тесто для бурятских поз также можно приготовить на кефире или на молоке.

▶ Рис.3



# Технология приготовления фарша



- ▶ В 200 мл воды добавить соль по вкусу. Солевой раствор влить в фарш и тщательно перемешать.

# Технология приготовления фарша

- ▶ Добавить в фарш мелко нарезанный лук и перец по вкусу. и отставить, прикрыв крышкой.

▶ Рис.5





# Технология приготовления теста



- ▶ Тесто раскатать (тощиной 1,5 см). Вырезать стаканом кружок из теста,

▶ Рис. 4





## Технология лепки поз

Позы имеют форму чашечки, сходную с «баоцзы» и «хинкали», обычно с отверстием сверху. Диаметр готовых поз — примерно 5—8 см. Рис.6





# Технология лепки поз



Вырезать стаканом кружок из теста, положить на него фарш и залепить края по кругу. В центре должна остаться небольшая дырочка. Готовить позы на пару 15-20 мин.

Рис.7





рис.8





# Приготовление поз



Готовить позы на пару 15-20 мин.

- ▶ Едят позы традиционно
- ▶ руками,
- ▶ причём образовавшийся при приготовлении бульон внутри поз, надкусив позу у доньшка, выпивают отдельно через образовавшееся отверстие.

# Попробуйте вкус бурятских поз

- Приготовленные на пару бурятские позы выкладываются на основное блюдо. Дополняются зеленью петрушки или кинзы, а также томатным соусом и сметаной.

