

Государственное бюджетное образовательное учреждение среднего профессионального образования Донской техникум кулинарного искусства и бизнеса



Презентация по Зарубежной кулинарии Белорусская кухня

Подготовила преподаватель спец. дисциплин
ГБОУ СПО РО ДонТКИиБ Баскакова Т.В. по
материалам сайта <http://www.irina-alex.net>

Ростов-на-Дону, 2015 г.

Содержание

- **Общая информация**
- **Холодные блюда и закуски**
- **Первые блюда**
- **Блюда из картофеля**
- **Блюда из овощей**
- **Блюда из мяса**
- **Блюда из субпродуктов**
- **Изделия из теста**
- **Сладкие блюда**
- **Напитки**



Общая информация

Факторы, влияющие на особенность кухни



- Особенность белорусской кухни определяется ее географическим положением. Белоруссия находится на границе крупных геополитических регионов, поэтому кухня испытывает на себе сильное влияние культуры мусульманских народов юга, еврейской кухни. Свою самостоятельность кухня получила в конце XIX века.

- Современная кухня Беларуси разнообразна. Она сформировалась под влиянием двух основных аспектов:

активное земледелие и широкое использование местных продуктов, влияние соседних стран и переселенцев.

Общая информация

- **Используемые продукты:**

- В белорусских блюдах широко использовались **местные продукты:**

- **овощи и зелень** (капуста, репа, свекла, морковь, брюква, пастернак, тыква, картофель, огурцы, лук и чеснок, щавель, крапива, лебеда, корни заячьей капусты)

- **бобовые** (бобы, горох, чечевица, фасоль)

- **злаки** (рожь, ячмень, овес, гречка)

- **грибы** (соленые, сушеные, в порошке)

- **фрукты и ягоды** (яблоки, груши, сливы, вишни, смородина, черника, голубика, брусника, малина, рябина, калина, шиповник)

- **специи и приправы** (тмин, кориандр, льняное семя, хрен, аир, горчица, можжевельник, вишневые и дубовые листья)

Общая информация

Блюда из картофеля:

- **Картофель** заслуживает особого упоминания: появившись в Беларуси в XVIII веке, он обогатил национальную кухню и стал **основой многих белорусских блюд**. Это знаменитые **драники, колдуны, пызы, картофельная колбаса, клецки, бабка...**

Блюда из мяса и субпродуктов:

- Многие столетия белорусы употребляли ограниченное количество мяса, как правило, в праздничных блюдах, в виде соленых и вяленых продуктов. Но со временем **мясной рацион** расширился. Наиболее популярны были: свинина, баранина, говядина, птица (куры, утки, гуси, индейки), дичь (лось, косуля, кабан, бобр).
- В национальном меню – огромное разнообразие **блюд из мяса и птицы** (**пячыста, кумпячок, мачанка, верашчака, тушанка, смажанка**), всевозможные **домашние колбасы**, соленое **сало**, блюда из **субпродуктов** (*вантрабянка, рубцы* – фаршированный свиной желудок с мясом и гречневой кашей), **копчености**...

Общая информация

Блюда из рыбы:

В белорусской кухне немало **блюд из рыбы**, как правило, речной (линь, осетр, щука, налим, лещ, угорь, форель, окунь, карп). Из нее варили **юшку**, делали **клецки**, рыбу солили, коптили. И сегодня в ресторанах подают знаменитый "**Судак по-радзивиловски**".

Блюда из молока и творога:

- Из **молочных продуктов** самыми распространенными были **творожный сыр** (коровий и козий), сметана, масло. Молоко входит в рецепты многих белорусских блюд в виде "забелок", "закрас" и "волог" (добавок). Это



Общая информация

- В рецептах белорусской кухни – огромное количество разнообразных **блюд из овощей**. Многие из них, несмотря на славянскую основу, уникальны.
- Например, суп **жур** (постный, молочный или мясной) на основе овсяного отвара, **поливка** (жидкий суп из крупы и овощей), **морква** (суп из моркови), **грыжанка** (суп из брюквы), **гарбузок** (суп из тыквы)



Общая информация

- Особая гордость национальной кухни – традиционный белорусский хлеб, который выпекается из ржаной муки без дрожжей, на специально выращенной закваске. Для здорового питания это очень полезный продукт.
- **Белорусский хлеб** по весу более тяжелый, с приятной вкусовой "кислинкой". В старинных рецептах используются разные добавки: тмин, льняное семя, семечки. Сам хлеб нередко выпекался на "подушке" из листьев березы, дуба...



Общая информация

Безалкогольные напитки в Беларуси:

- Знаменитый традиционный напиток восточных славян – **сбитень**. Это горячий отвар из трав и пряностей, подслащенный медом, патокой или сахаром. Пили его в основном зимой, в то время как квас был летним напитком.
- **Белорусский сбитень** имеет свои особенности. В его рецепт входят березовые листья, аир, липовый цвет, а в сбитень на крестины белорусы добавляли редьку. Сегодня **сбитень** подают в ресторанах, агроусадьбах.
- Также в Беларуси издавна любят **морсы** из витаминных лесных ягод – брусники, клюквы. Весной популярны **бязозавік** и **кляновік** – березовый и кленовый соки, а также напитки на их основе.
- Еще один любимый напиток домашнего приготовления – **компот**. Его готовят из местных ягод и фруктов, которые варятся в большом количестве воды с добавлением сахара.

Общая информация

- **Белорусские десерты**
- С давних времен главным сладким десертом для белорусов был **мед**. Также готовили **солодуху** (солодовое тесто), **кулагу** (кисель из ягод, муки, сахара и меда), **печеные яблоки**.
- Среди знаменитых рецептов – **сладкие блины с творожной мачанкой, груша по-радзивилловски**.

Сегодня наиболее популярные десерты:



Общая информация

Особенности кухни:

- В прошлом и в настоящее время широко использовались и используются в питании населения Белоруссии и **дикорастущие растения**: щавель, груши-дички, яблоки-дички, крапива, лебеда, рябина, калина, шиповник, ежевика и др. Фрукты (яблоки, груши) и ягоды сушили, мочили, из них готовили варенье, напитки (березовик, медуха, кленовик, сыта, сбитень), узвары, кисели.
- Одной из характерных особенностей белорусской народной кулинарии являлось **наличие вегетарианских блюд**.
- Одной из особенностей блюд, приготавливаемых белорусами является также то, что они, как правило, подвергаются **длительной тепловой обработке**, а потому хорошо развариваются и имеют пюреобразную структуру. Это касается и чисто овощных блюд, и тех блюд, в которые добавляются мясо и рыба.

Общая информация

Особенности кухни:

- Блюда белорусских **сельчан** были сытными, относительно несложными в приготовлении (многие долго томились в печи), но **всегда свежеприготовленными: остывшую или разогретую еду к столу не подавали!**
- **Магнатская и шляхетская кухни** отличались большей утонченностью, разнообразием продуктов и специй, в том числе экзотических, и, конечно, сложной технологией приготовления. На княжеском столе появлялись **лосиные губы в подслащенном уксусе, фаршированные угри, уха из петуха...**

Общая информация

Особенности кухни:

- **Белорусская кухня** отличается довольно **сложной и длительной обработкой** продуктов. Тушение, томление, запекание, варка, бланширование, жарение – эти приемы могут чередоваться в одном рецепте.
- Во многих национальных блюдах используются **различные виды муки** – овсяная, гречневая, гороховая, ржаная, их смеси.
- Причем мука – не только **основной ингредиент** (лепешки перепеча, специфические **белорусские блины** из нескольких видов муки, гороховые оладьи и т.д.), но и **добавка-загуститель** ("заколота" для супов). Тесто в Беларуси издревле замешивали **без дрожжей**.

Общая информация

Особенности кухни:

- До середины XVIII века белорусы хранили продукты в ямах или буртах.
- Отличительными особенностями белорусской народной кухни являлись экономичность в расходовании продуктов, высокая требовательность членов семьи к чистоте и аккуратности. Особое внимание всегда уделялось хлебу. По наличию хлеба судили о достатке трудовой семьи.
- С ржаными и картофельными блинами часто употребляли толченые семена льна и конопли, жареное сало (шкварки), а также огуречный и капустный рассол.

Общая информация

Особенности кухни:

- Для современной белорусской кухни характерно **сочетание картофеля с мясом, грибами, широкое применение картофеля в тертом виде, приготовление колбас из свинины или картофеля.**
- **Из закусок и холодных блюд популярны разнообразные салаты** из овощей, заправленные майонезом или сметаной, из грибов, мясных или рыбных продуктов, яйца, фаршированные грибами, сельдью.
- Также в белорусской кухне не получили распространения и **десерты**. Они по большей части **представлены разнообразными фруктовыми и ягодными киселями.**
- **Приправы и пряности в белорусской кухне применяются умеренно, поэтому блюда в основном несостра-**

Общая информация

Культура поведения за столом:

- Интересно напомнить о тех застольных приличиях, которые существовали в семьях рабочих и крестьян Белоруссии с очень давних времен. В каждой семье придерживались не только определенного режима в домашнем питании, но и прежде всего отработанного столетиями этикета. Младшие члены семьи никогда не садились за обеденный стол раньше старших. Во время еды не было слышно прихлебываний, причмокиваний. Бесед за столом обычно не вели.
- Членам трудовой белорусской семьи были присущи гостеприимство, доброжелательность, щедрость.

Общая информация

Традиционная посуда



Широко использовалась и деревянная посуда: ковши, ложки, кадушки, дежи, маслобойки, половники, липовки, а также емкости из лозы: кошели, корзины, хлебницы и др.

Для приготовления пищи население Белоруссии в XIX и начале XX столетия пользовалось широким набором кухонной утвари и посуды. Повсеместно были известны различные типы гончарной посуды (кувшины, макатры, солонки, горшки, миски).



Холодные блюда и закуски

Огурцы с медом



- Малосольные или свежие огурцы нарезают кружочками или полосками.
- Отдельно подают мед, черный хлеб.
- Огурцы 200, мед 50.

Холодные блюда и закуски

Редька с гусиным жиром



- Редьку очищают, промывают в холодной воде, натирают на крупной терке, добавляют нашинкованный репчатый лук, заправляют растопленным гусиным жиром, солят.
- Редька 200, лук репчатый 20, жир гусиный 5, соль.

Холодные блюда и закуски

Редька, жаренная в меде



- Редьку нарезают брусочками и поджаривают на слабом огне на растительном масле.
- В процессе обжаривания добавляют немного меда. Тушат 10—15 минут.
- Редька 150, масло растительное 10, мед 10.

Холодные блюда и закуски

Руляда из поросенка



- С тушки поросенка снимают кожу со слоем мяса, разравнивают ее. Язык, печень, ветчину, а также яйца отваривают и нарезают кусочками. Желатин замачивают в холодной воде на 40 минут.
- Внутреннюю поверхность кожи покрывают тонким слоем шпика, на него кладут подготовленные мясные продукты, яйца, замоченный желатин, сворачивают все в виде рулета, заворачивают в марлю, перевязывают и варят в подсоленной воде.
- Готовую руляду кладут под легкий пресс для придания формы и охлаждают. Перед подачей нарезают тонкими ломтиками, укладывают на блюдо и украшают зеленью.
- Мясо поросенка 150, шпик 25, язык 50, печень 40, ветчина 40, яйцо 1/2 шт., желатин 5, соль.

Холодные блюда и закуски

Салат Минский



- К отварному картофелю, нарезанному мелкими ломтиками, добавляют нашинкованную капусту, вареные шампиньоны. Заправляют уксусом, растительным маслом и посыпают сахарным песком.
- Картофель 140, шампиньоны 60, лук репчатый 25, капуста квашеная 35, масло растительное 10, уксус 3%-й 3, сахар 3, соль

Первые блюда

Бульон с колдунами или с ушками



- Колдуны готовят так же, как и пельмени, но более крупных размеров. На несколько секунд их погружают в кипящую воду для удаления приставшей муки, перекладывают в кипящий процеженный бульон и варят при слабом огне 5—8 минут.
- Ушки готовят так: крутое тесто раскатывают в пласт толщиной 0,5 см, пласт разрезают на полосы, которые затем нарезают в виде ромбиков. Противоположные концы их соединяют и защипывают. Приготовленные полуфабрикаты выпекают в духовке на противне, смазанном жиром. Подают ушки к бульону на пирожковой тарелке.

Для бульона: кости мясные 200, мясо (3-го сорта) для оттяжки 75, яйцо для оттяжки 1/6 шт., морковь 5, петрушка 5, лук репчатый 5, соль; Для колдунов: мука 50, яйцо 7 шт., говядина 60, свинина 70, лук репчатый 10, соль; для ушек: мука пшеничная 80, яйцо 4 шт., молоко кислое 30, сахар 5, сода 5, жир 3.

Первые блюда

Верещак

а



- В кастрюлю наливают воды, добавляют хлебный квас (в соотношении 4:1), доводят до кипения, затем кладут спассерованную и разведенную водой пшеничную или ячменную муку и варят 5 минут.
- Кусочки сала обжаривают вместе с нашинкованным луком и сельдереем, перекладывают в кастрюлю, солят и ставят на 5—10 минут в духовку.
- Сало 50, мука 20, квас хлебный 15,

Первые блюда

Гарбузок



- Вяндлину отваривают с луком в подсоленной воде.
- Тыкву нарезают мелкими кубиками, засыпают в бульон, варят на медленном огне до готовности тыквы, заправляют салом, жареным луком, заливают сыворотку, дают вскипеть, добавляют пряности, заливают сметаной.
- Дают постоять под крышкой 10 минут.
- Тыква 250, лук 50, вода 300, сыворотка 125, вяндлина или свинина 60, сало 15, сметана 25, петрушка, укроп, кориандр, соль.

Вяндлина - польский и западнобелорусский термин для обозначения комбинации копчено-соленых и колбасных изделий из свинины, нарезанных мелкими кусочками и перемешанных. В вяндлину входят ветчина, корейка, сало, домашняя колбаса (обычно полукопченая), мясная сырокопченая свинина, грудинка

Первые блюда

Мачанка по-крестьянски



- Кусочки свинины с реберными костями и крестьянскую колбасу обжаривают.
- Пшеничную или ячменную муку разводят холодной водой, вливают в кипящую воду, непрерывно помешивая.
- В образовавшуюся мучную подливку кладут лавровый лист, сельдерей, соль, поджаренные кусочки сала и мелко нарезанного лука, а также свинину и колбасу. Ставят на 15—20 минут в горячую духовку.
- К мачанке подают блины или отварной картофель.
- Свинина 60, колбаса крестьянская 50, лук репчатый 35, сало 25, мука 10, сельдерей, лавровый лист, соль.

Первые блюда

Затирка



- Просеянную пшеничную муку слегка поджаривают на сковороде без масла до светло-коричневого оттенка.
- Муку, сливочное масло, яйца, соль, небольшое количество воды смешивают, тщательно перетирают.
- Полученные рваные комочки теста засыпают в кастрюлю с кипящим молоком, варят на небольшом огне, периодически помешивая.
- Мука 60, яйцо 1/2 шт., масло сливочное 10, молоко 400, соль.

Блюда из картофеля

Бульбяные зразы



- Из картофельных масс и муки делают тесто, раскатывают в пласт, нарезают на квадраты или прямоугольники, раскладывают на них начинку (морковную, луковую, рыбную, грибную, тыквенную, мясную), формуют пирожки и обжаривают их на сковороде либо в духовке на противне, смазанном маслом.
- Тертая масса 125, варено-толченая масса (пюре) 125, мука 40, сода, соль.

Блюда из картофеля

Пирожки картофельные с капустой



- Сваренный картофель в горячем виде пропускают через мясорубку, добавляют соль, яйца и перемешивают.
- Свежую капусту рубят и жарят на противне в масле, затем солят, добавляют пассерованный лук, сырые яйца и перемешивают.
- Квашеную капусту с луком жарят в жире и заправляют сахаром.
- Приготовленную картофельную массу разделяют на круглые лепешки, кладут на них капустный фарш и формируют пирожки полукруглой формы, панируют их в муке и обжаривают.
- Подают в горячем виде с маслом.
- Картофель 340, яйцо 1/2 шт., мука пшеничная 5; для фарша: капуста свежая 50, или капуста квашеная 60, маргарин столовый 10, яйцо 1/2 шт., лук репчатый 10; маргарин столовый 10, масло сливочное 5, соль.

Блюда из картофеля

Бульбишники



- Картофель отваривают в «мундире», очищают, пропускают через мясорубку, добавляют муку или крахмал, растопленное сливочное масло, яйцо, перец, тщательно перемешивают и разделяют на небольшие шарики по 15—20 г.
- Бульбишники укладывают на смазанную маслом сковороду и запекают в духовке.
- Затем заправляют сметаной или поджаренным на сливочном масле луком и прогревают на огне в течение 5 минут.
- Картофель 300, мука 30, яйцо 1/4 шт., масло сливочное 25, перец, соль.

Блюда из картофеля

Блины картофельные, тушеные с салом



- Натертый картофель смешивают с мукой, добавляют простоквашу (кефир), соль, соду и сразу же выпекают блины.
- Сало-шпик нарезают кубиками, поджаривают с нашинкованным луком.
- Блины перекладывают салом с луком и ставят в духовку.
- Картофель 300, мука 10, простокваша 30, сало-шпик 50, лук репчатый 35, сода, соль.

Блюда из овощей

Клецки капустные



- Белокочанную капусту шинкуют, заливают молоком или водой с добавлением масла и припускают до готовности на слабом огне.
- Не прекращая нагрева, всыпают манную крупу и проваривают до загустения.
- Охладив массу до температуры парного молока, добавляют яйца, соль, сахар, перец, раскатывают на обсыпанной панировочными сухарями доске колбаской толщиной 3 см и нарезают клецки.
- Опускают их в подсоленный кипяток, варят на слабом огне 10 минут, отцеживают и обжаривают на масле в жарочном шкафу.
- Подают с маслом или сметаной, посыпав рубленой зеленью.

Капуста белокочанная 600, молоко или вода 120, масло сливочное 50, крупа манная 150, яйцо 2 шт., сахар 60, перец 0,2, сухари панировочные 25, сметана 20, зелень, соль.

Блюда из овощей

Морковная бабка



- В натертую морковную массу добавляют разведенные в воде дрожжи, яйца, соль, муку, сахар, масло, перемешивают и ставят в теплое место для брожения.
- Когда масса подойдет, выкладывают ее в металлическую форму, смазанную маслом, и выпекают в духовке на слабом огне.
- Морковь 150, мука 15, масло сливочное 25, яйцо 1/4 шт., дрожжи 3, соль.

Блюда из овощей

Морковь, тушенная с яблоками



- Морковь очищают, нарезают крупными кубиками, кладут сливочное масло, добавляют немного воды и тушат.
- За 15 минут до готовности добавляют дольки свежих яблок, сахар, соль и сливочное масло.
- Морковь 150, яблоки 90, сахар 20, масло сливочное 25, соль.

Блюда из мяса

Битки по-белорусски



- Мясо пропускают через мясорубку с крупной решеткой. Затем добавляют мелко нарубленные лук и яйцо.
- Битки обжаривают на топленом масле.
- Подают их с отварным картофелем и грибами.
- Говядина 160, лук репчатый 25, яйцо 1/4 шт., масло топленое 10; для гарнира: картофель 160, грибы маринованные 50.

Блюда из мяса

Вантробянка



- Вантробки целиком отваривают в одном котле до полуготовности (1—1,5 часа), затем нарезают мелкими кубиками по 1 см.
- Так же нарезают сало, мелко рубят лук, чеснок, крупно мелют пряности, все перемешивают в однородную массу, солят и набивают ею тщательно очищенный свиной желудок, который затем кладут на противень, предварительно смазанный салом, и запекают в печи.
- Запеченный желудок кладут под пресс на 1,5 суток.
- Вантробки свиные (печень, сердце, легкие, обрезки с головы, почки) 500, свиной желудок 1 шт., свежее свиное сало 250—350, лук репчатый 300, чеснок, перец черный горошком, кориандр, майоран, соль.

Блюда из мяса

Заяц смаженный



- Тушку зайца вымачивают в холодной воде в течение 1,5—2 суток, как можно чаще меняя воду.
- Затем кладут в глубокую посуду, добавляют сало (или шпигуют им зайца), овощи, пряности, воду и ставят в духовку на 2— 2,5 часа.
- На 4 порции: заячья тушка 1500, сало свиное 100, лук репчатый 300, петрушка 100, зелень, соль.

Блюда из мяса

Плов с гречневой крупой



- Баранину нарезают кусками по 20—40 г, обжаривают, заливают бульоном или водой, добавляют томат-пюре, поджаренный репчатый лук и тушат.
- Гречневую крупу поджаривают до светло-коричневого цвета, всыпают в кипящую воду и варят до тех пор, пока крупа полностью не набухнет.
- Сливают лишнюю воду, а крупу смешивают с бараниной и в закрытой посуде продолжают тушить до готовности.

Крупа гречневая 80, баранина 140, лук репчатый 20, томат-пюре 15, маргарин 10, соль.

Блюда из субпродуктов

Печенка, фаршированная по- гомельски



- Печенку (лучше говяжью) нарезают пластами толщиной 1,5 см. Сверху кладут отбитый пласт шпика толщиной примерно 0,5 см, на него — слой пассерованного репчатого лука, посыпают солью и перцем.
- Сворачивают рулетом, перевязывают шпагатом и на 1—2 минуты опускают в кипящее растительное масло.
- Когда рулет зарумянится, вынимают его и тушат в небольшом количестве бульона с добавлением лука, петрушки, моркови и сельдерея.
- Готовый рулет охлаждают, снимают шпагат и нарезают тонкими кольцами.
- Печенка 60, сало-шпик 15, лук репчатый 15, масло растительное 5. мука пшеничная 8, соль.

Изделия из теста

Дзяд



- Замешивают дрожжевое тесто, дают ему подойти, делят его на две части, раскатывают пласты.
- Один пласт укладывают на смазанный маслом противень, покрывают начинкой и вторым пластом.
- Начинка: в подогретое яблочное варенье добавляют изюм, мелко нашинкованные финики или винные ягоды, смесь остужают.
- Смазав пирог яйцом, выпекают на среднем огне в духовке.
- Для теста: молоко 300, мука пшеничная 700, дрожжи 20, сахар 200, масло топленое 120, желтки 4 шт., кислота лимонная, соль;
- Для начинки: варенье яблочное 300, изюм 50, финики 30, или ягоды винные 20.

Изделия из теста

Пирог со свежими грибами



- Свежие грибы очищают, тщательно моют, снимают с корешков кожицу, нарезают кружочками, тушат до готовности с растительным маслом и петрушкой; затем добавляют соль, перец, зелень укропа, зеленый лук, рубленые крутые яйца, сметану.
- Фарш перемешивают и формируют пирог из сметанного теста.
- Для фарша: грибы свежие 1000, масло растительное 100, петрушка (корень) 20, перец, укроп, лук зеленый 100, яйцо 2—3 шт., сметана 100, соль
- Для теста: яйцо 2 шт., масло сливочное 100, сметана 200, сахар 10, мука пшеничная 400, соль.

Изделия из теста

Оладьи с яблоками



- В теплой воде или молоке растворяют сахар, соль, дрожжи, добавляют муку, яйца, тесто перемешивают, оставляют в теплом месте на 3—4 часа.
- В процессе брожения тесто обминают.
- Яблоки, очищенные от кожицы и сердцевины, нарезают мелкими ломтиками и кладут в тесто перед выпечкой.
- Мука 60, яблоки 30, яйцо 1/4 шт., молоко 70, сахар 4, дрожжи 3, маргарин столовый (для жарки) 10,

Сладкие блюда

Десерт "Мазурка"



- миндаль обжаренный – 250 г
- яйца свежие – 3 шт.
- масло сливочное – 120 г
- мука – 140 г
- сахар – 100 г

- Растереть масло с сахаром до однородности, добавить измельченный обжаренный миндаль, муку и яйца.
- Хорошо вымесить, положить в емкость, накрыть пищевой пленкой и оставить в холодильнике на 30 минут.
- Выложить тесто в смазанную форму толщиной около 1 см и выпекать при t 180 °C в течение 25-30 минут.
- За 5 минут до готовности поверхность мазурки можно смазать сахарным сиропом. Или уже после остывания залить глазурью из смеси яичного белка и сахарной пудры.
- Подавать мазурку со сливочным соусом, свежими ягодами,

Сладкие блюда

Кулага белорусская



Ягоды 1 кг, кипяток 1 л,
ржаная мука 80, сахар 200,
мед 60

- В кулагу идут любые свежие лесные ягоды — земляника, черника, малина, черемуха, брусника, голубика, калина. Для приготовления кулаги могут быть использованы также слива и вишня, очищенные от косточек.
- Сосуд под кулагу (глиняный горшок) заполняют наполовину ягодами, наполовину водой и варят.
- Когда ягоды разварятся, к ним подсыпают ржаную муку и помешивают ее до тех пор, пока она не приобретет консистенцию киселя.
- Но прежде чем кулага будет готова, в середине варки, после подсыпания муки, ее заправляют сахаром и медом.
- Сахар может быть полностью заменен медом. В этом случае доля муки увеличивается на 1—3 столовые ложки, в зависимости от консистенции кулаги, которая должна

Сладкие блюда

Яблоки печеные с брусникой



- Из яблок удаляют сердцевину, в образовавшееся углубление кладут бруснику, смешанную с сахаром, и запекают.
- При подаче посыпают сахарной пудрой.
- Яблоки свежие 140, сахар 30, брусника 30, сахарная пудра 5.

Сладкие блюда

Кисель белорусский



- Муку или «геркулес» разводят холодной водой, дают хорошо закиснуть, процеживают через сито и заваривают густой кисель, затем его разливают в формочки и охлаждают.
- При подаче поливают сиропом, приготовленным из ягод.
- Кисель можно подавать с холодным кипяченым молоком.
- Мука овсяная или «геркулес» 40, сахар 30 (в том числе для сиропа 10), клюква, черника, земляника 20.

Напитки

Берька и кляновик (сок березы и клена)



- **1 вариант.** Сок собирают в бочку, затем ее ставят в темное прохладное место, дают соку чуть закиснуть, добавляют поджаренные на противне ячменные зерна или сухари из ржаного хлеба, дают отстояться сутки, затем сцеживают.
- **2 вариант.** Сок собирают в бочку и закапывают ее в песок на 6 дней.

Напитки

Березовик



- Березовый сок сливают в небольшой бочонок, ставят в темное прохладное место.
- Через 2— 3 дня, когда сок чуть закиснет, добавляют поджаренные на противне ячменные зерна или ржаные сухари, дают постоять еще сутки, процеживают.
- Квас готов к употреблению.
- Таким же образом готовят и кленовый квас — кленовик.
- Сок березовый 5000, ячмень 30.

Напитки

"Морс из клюквы"



- В чашу блендера насыпьте ягоды клюквы. Замороженные нужно предварительно разморозить. Добавьте мед по вкусу.
- Превратите в пюре.
- Полученную заготовку можно переложить в банку, хранить в холодильнике и использовать по мере необходимости.
- Для приготовления морса в стакан положите две ст. ложки концентрата и разбавьте по вкусу водой.

Напитки

Напиток из калины



калина - 1 кг

вода - 250 г

мед и сахар - по вкусу

- Ягоды калины разомните, отожмите сок.
- Мезгу залейте горячей кипяченой водой, проварите 10-15 минут.
- Отвар процедите и добавьте по вкусу сахар или мед, прогрейте до растворения, влейте сок.
- Охладите