

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Магнитогорский государственный технический университет
им. Г. И. Носова»

КОНКУРСНАЯ РАБОТА

на тему: Грузинская кухня
секция 3. Кулинарные путешествия по странам мира
человека

Выполнил:

Обучающийся МПК

Рощина Екатерина Валентиновна

Руководитель: преподаватель

Ильина Марина Александровна

Подпись

руководителя: _____

Магнитогорск, 2020

Содержание

| | |
|--------------------------------|----|
| Введение | 2 |
| История грузинской кухни | 3 |
| Мясные блюда | 4 |
| Овощные блюда | 6 |
| Пряности | 7 |
| Соусы | 10 |
| Заключение | 14 |
| Список используемых источников | 15 |
| Приложение А | 16 |

Введение

В процессе развития человеческого общества на протяжении многих веков складывались гастрономические привычки, пристрастия и антипатии у разных народов мира. Создавались национальные кухни, являющиеся неотъемлемой частью национальной культуры. Сегодня у каждого народа есть своя национальная кухня, которой характерны свои, отличные от других, национальные блюда.

Кавказская кухня состоит из кухонь многих других народов: Армянская, Грузинская, Азербайджанская, Казахская и так далее. В России очень распространена Кавказская кухня. В наше время очень часто наблюдается такая ситуация, когда на рынках, в магазинах, везде можно встретить, так называемых, лиц кавказской национальности. Они вошли в нашу жизнь, и сейчас мы не удивляемся, увидев их на улице. Как они вошли в нашу жизнь, так и их кухня вошла в нашу жизнь, сейчас сложно представить себе пикник без шашлыка, обед в ресторане без грузинского красного вина и так далее.

Каждая кухня интересна по-своему, но кухни народов Кавказа имеют свою особенность, которая противопоставляется всем остальным кухням. Я считаю, эту тему наиболее актуальной в связи с тем, что многие блюда грузинской кухни уже давно стали чем-то близким для нашего русского населения, по моему мнению, будет интересно узнать какие-то необычные и интересные факты более конкретно.

Кулинария всегда была и будет интересна людям всех времён и народов, ведь она тесно связана с питанием – одним из главных источников энергии и жизни на Земле.

Цель: Изучить национальные традиции и особенности приготовления блюд Грузинской кухни.

Объект исследования: Грузинская Кухня.

История развития грузинской кухни

Грузинская кухня завоевала большую популярность не только в нашей стране, но и за рубежом. Многие из Грузинских блюд, такие как шашлык, суп харчо и другие стали интернациональными. Среди популярных блюд из птицы следует отметить чихиртму – бульон из курицы или индейки, приправленный мукой, взболтанным в уксусе яйцом и луком, чахохбили – блюдо из курицы с большим количеством жареного лука, специй. Говоря о специфических грузинских блюдах, нельзя не вспомнить о популярной пище всех грузин – фасоль с бараниной (лобио), различных рецептов, приготовления которых имеются десятки.

Повсюду в Грузии из сыров выпекают особые пироги – ватрушки – хачапури, которые тоже являются национальным блюдом. Кстати, сыры также являются неотъемлемой частью национальной кухни.

Особой популярностью пользуются крепко сдобренный чесноком бульон, так называемый хаш, изготавливаемый из бараньих ножек, голов, потрохов и баранья грудинка копченая или фаршированная.

В Грузии распространен хороший обычай, подавать в любое время года к обеду и ужину тщательно обмытую и очищенную зелень (в зависимости от сезона: петрушку, укроп, кресс-салат, эстрагон, мяту, базилик, зеленый лук и другие). Вместе с зеленью к любому столу подаются также редис, редька, целые помидоры, огурцы, стручковой перец. И, наконец, грузинская кухня отличается обилием всевозможных пряностей, приправ, соусов. Особенно распространена ткемали – кисловатый соус, который изготавливается из диких сортов алычи, сильно приправленной красным перцем и рубленой зеленью. Ткемали подают к мясным блюдам.

Холодные овощные закуски готовят из сырых, варенных, соленных и маринованных овощей и зелени. Широко используются баклажаны, фасоль (стручковая и в зернах), красные и зеленые помидоры, капуста и другие овощи. Кроме того, в качестве закуски на стол подают разнообразные рыбные изделия и мясные продукты.

Большинство закусок в Грузии заправляют различными пряностями, сырой пряной зеленью, грецкими орехами, соусами, гранатовым соком, винным уксусом и т.д.

Холодные блюда красиво оформляют разной сырой пряной зеленью, нарезанным кольцами репчатым луком, зелеными гранатами, ореховым маслом.

В грузинской кухне наиболее распространены заправочные супы. Их заправляют овощами, яйцами, крупами, орехами, острыми соусами и другими продуктами. К некоторым заправочным супам, таким, как харчо, суп из фасоли, подают гани (каша из смеси пшеничной и кукурузной муки) и мчади (кукурузные лепешки).

В грузинской кухне для приготовления различных блюд широко используется говядина, баранина, свинина, птица, рыба.

При изготовлении блюд из мяса применяются все виды тепловой обработки: варка, жаренье, тушение, запекание и т.д.

Грузинская кухня очень разнообразна и в своем роде изыскана. Однако самым излюбленными блюдами грузинского стола являются кушанья, жаренные на вертеле. На вертеле жарят как мясные, рыбные, так и овощные, молочные (сыр) продукты.

Продукты нанизывают на вертел, помещают над горящими без пламени углями и жарят до готовности. Самыми любимыми блюдами грузин на вертеле считаются шашлык, фаршированные салом и зеленью овощи (помидоры, баклажаны) и окорок или грудинка молодого барашка.

Грузинская кухня

На две географические части делит Грузию Сурамский перевал. Всё, что расположено к западу от Сурама, – это Западная Грузия, меньшая по территории, но с большей природной, этнографической и исторической пестротой. К востоку от Сурамского перевала в иной природной зоне расположены Центральная и Восточная Грузия.

Говоря о грузинской кухне, нельзя не сказать об основных различиях кухонь Западной и Восточной Грузии, обусловленных не только разными природными условиями этих двух больших районов, но и известным турецким влиянием на кухню Западной Грузии и иранским – на кухню Восточной Грузии. В результате установилась разница в использовании некоторых основных продуктов (хлебных, мясных) и отчасти в характере излюбленной ароматическо-вкусовой гаммы – разница, сохранившаяся вплоть до нашего времени.

Так, в Западной Грузии широко распространен кукурузный хлеб и особые лепешки из кукурузной муки – мчади, в то время как в Восточной Грузии предпочитают пшеничный хлеб. В некоторых частях Западной Грузии – Мегрелии и Абхазии – в качестве хлеба используют также чумизу (вид проса), из которой варят кашцеобразную массу – гоми, применяемую вместо хлеба с супами, мясными и овощными блюдами. Что же касается мяса, то в Восточной Грузии наряду с основным для грузин мясом – говядиной, едят и баранину, употребляют довольно много животных жиров, в то время как в Западной Грузии гораздо меньше едят мяса, предпочитая домашнюю птицу, т. е. в основном кур и индеек (гусей и уток в Грузии в пищу не употребляют). Наконец, в Западной Грузии используют более острые блюда, несколько иные соусы.

Все это, однако, не дает оснований проводить непреодолимую грань между западной и восточной грузинскими кухнями, ибо не затрагивает, не меняет основных, характерных особенностей грузинской национальной кулинарии. В области использования подавляющего большинства продуктов, и тем более в области технологии в целом всей грузинской кухне присущи свои особенности.

Мясные блюда

Возьмем хотя бы мясные блюда, столь распространенные в Закавказье. Длительное существование грузинской нации на стыке многих культур и влияний привело к тому, что в целом в грузинской кухне ни один из видов мяса

не имеет преобладающего значения. Грузинские мясные блюда могут быть сделаны из свинины (мужужи), из баранины (чанахи), из говядины (харчо) и из домашней птицы (чахохбили). Такая терпимость обычно не свойственна другим народам Востока. Она довольно наглядно иллюстрируется, между прочим, одним старинным блюдом грузинской кухни, называемым «бык на вертеле». Композиция его чрезвычайно проста: внутри целой туши быка помещают теленка, в теленка кладут барашка, в барашка – индейку, в индейку – гуся, в гуся – утку, в утку – цыпленка. В промежутках между этими животными и внутри них во все уголки набивают пряные травы – кинзу, базилик, эстрагон, лук-порей, мяту, сдобренные и пересыпанные красным перцем, чесноком, шафраном, корицей и орехами. Все это гигантское жаркое жарят на вертеле, прямо на улице, над угольной кучей в течение нескольких часов. Снаружи довольно толстый слой его обугливается, так что часть мяса пропадает. Зато внутри такое изобилие сока, такой неповторимый аромат, что по сочности и тонкости вкуса мяса с ним не может сравниться ни одно другое мясное блюдо в мире.

Однако терпимость ко всем видам мяса не мешает грузинам все же больше всего любить говядину и домашнюю птицу – индейку и курицу.

По сравнению с мясом рыбные блюда занимают в Грузии сравнительно скромное место, да и то лишь в отдельных районах, расположенных вблизи рек. При этом следует подчеркнуть, что типичными для Закавказья видами рыб являются усач, храмуля, шемая, подуст, принадлежащие к семейству карповых и отличающиеся исключительно нежным и жирным мясом. В высокогорных прозрачных и быстрых речках Абхазии, Сванетии, Хевсуретии и Верхней Карталинии распространена форель, мясо которой также изысканно вкусно и не имеет специфического «рыбного» привкуса. Эти особенности местного рыбного сырья в сочетании с относительно редким и незначительным использованием рыбы по сравнению с мясом в грузинской кухне наложили отпечаток на характер приготовления рыбы у грузин. Ее употребляют

преимущественно в отварном и тушеном виде и сдабривают теми же соусами и приправами, что и мясные или овощные блюда.

Формирование постного стола в грузинской кухне в отличие, например, от русской пошло по линии разработки не рыбных и грибных блюд, а в основном овощных и фруктовых. На это наталкивала сама природная среда. В результате овощные блюда стали занимать в грузинской кухне большое и чуть ли не доминирующее место, если иметь в виду разнообразие их видов. Большинство их готовят из фасоли, баклажанов, кочанной и цветной капусты, свеклы, помидоров. Это так называемые основные овощи. Наряду с огородными овощами в большом употреблении дикие травы – крапива, чина, мальва, джонджоли, портулак и другие, а также молодая ботва огородных культур – свеклы, цветной капусты. К растительным блюдам следует причислить также и различные виды изделий из зерновых культур: полбы – зандури, чумизы, риса, кукурузы.

Овощные блюда

Овощные блюда грузинской кухни могут быть сырыми, типа салатов, но чаще всего они вареные, печеные, жареные, тушеные, маринованные или соленые. Наиболее часто применяется сочетание какого-либо одного основного овоща (например, фасоли, баклажанов) с разнообразными меняющимися приправами. Таковы, например, десятки видов лобио. В других случаях, наоборот, основные овощи (капуста, фасоль, баклажаны, свекла, шпинат) в блюде меняются, а приправы, соусы, подливки остаются неизменными. Таковы овощные блюда типа мхали и борани.

Большое место в грузинской кухне занимают орехи – лещина, фундук, буковые орешки, миндаль, но чаще всего грецкие орехи. Это специфическое сырье – неизменный компонент различных приправ и соусов, одинаково хорошо подходящих к блюдам из домашней птицы, из овощей и даже из рыбы. Орехи идут в мясные супы и в кондитерские изделия, в холодные салаты и в горячие вторые блюда. Без них, короче говоря, немислим грузинский стол.

Пряности

Наконец, огромное значение в грузинской кухне приобрели пряные травы, употребляемые в течение всего года. Это кинза, эстрагон, базилик, чабер, порей, зеленый лук, отчасти мята.

Другой отличительной чертой грузинского стола является частое и обильное употребление сыров. Прежде всего обращает на себя внимание состав сыров. Это исключительно сыры рассольного типа, приготовляемые в основном бурдючным и отчасти кувшинным способом. В Западной Грузии сосредоточено производство неострых, пресноватых сыров с кисломолочным вкусом – сулугуни и имеретинского. В высокогорных северных районах Восточной Грузии делают острые и соленые сыры – кобийский, тушинский и грузинский.

Не только вкусовая гамма, но и способы применения грузинских сыров сильно отличаются от европейских. Если в европейских кухнях разнообразные сыры составляют принадлежность в основном либо закусочного, либо десертного стола, то в грузинской кухне их используют при приготовлении горячих блюд, как вторых, так и первых (гадазелили). В грузинской кухне сыр отваривают или разваривают в молоке, жарят на вертеле и на сковороде в масле, запекают в тесте, вымачивают, толкут, сдабривают маслом и пряностями. Эти особенности употребления сыров в значительной степени связаны с тем, что закавказские сыры очень часто не проходят полного процесса созревания и представляют собой типичные полуфабрикаты, а также с общим у ряда древних горных народов стремлением перенести приемы тепловой обработки мяса на другие продукты животноводства, приспособить их, например, к сыру. Так, варка и обжаривание сыра свойственны швейцарской кухне, грузинской кухне столь же свойствен способ обжаривания сыра на вертеле.

Широкое использование вплоть до наших дней открытого огня и вертела для приготовления не только мясных, но и овощных, рыбных и даже сырных блюд, а также применение глиняной кувшинообразной печи торне для выпечки мучных изделий в целом типично, разумеется, не только для грузинской, но и

для других закавказских кухонь. Более специфичны применяемые грузинами для жарения и запекания кеци – небольшие глиняные и большие каменные сковородки, а также широкие металлические сковородки тапа для жарения домашней птицы под прессом. И хотя последний прием был заимствован в древности у армян, но в грузинской кухне он получил гораздо большее распространение. Все эти технологические методы служат, однако, лишь одним из элементов создания национального кулинарного колорита в грузинской кухне.

Другой, внешне менее привлекающей внимание, но зато более существенной и подлинно национальной особенностью грузинской кулинарии является использование специальных приемов для создания разнообразных блюд. Из таких приемов следует назвать два: использование кислой, кислужирной и кислояичной среды для создания своеобразного вкуса и консистенции грузинских супов и применение соусов для обогащения ассортимента вторых блюд. Грузинские супы почти лишены овощной гущи. Зато консистенция их намного плотнее обычных супов. Это достигается очень часто введением в них яичных желтков или целых яиц.

Чтобы яйца не свертывались при нагревании, применяется следующий прием: их предварительно смешивают в единую эмульсию с какой-либо кислой средой – натуральным кислым фруктовым соком, кислым молоком (мацони) или с уксусом. Особенно часто используется в качестве кислой среды загущенное и высушенное пюре сливы ткемали, называемое тклапи. Кислая среда применяется в супах и тогда, когда отсутствуют яйца, но имеется довольно много жиров и мяса. Это не только облагораживает и разнообразит вкус блюд, но и значительно повышает их усвояемость.

Соусы

Подобно французской кухне, грузинская немыслима без соусов. При этом грузинские соусы принципиально отличаются от европейских как составом, так и технологией. Для грузинских соусов всех видов в качестве основы используется исключительно растительное сырье. Чаще всего это кислые

ягодные и фруктовые соки или пюре из ткемали, терна, граната, ежевики, барбариса, иногда из помидоров. Большое распространение имеют также ореховые соусы, где основой служат толченые орехи, разведенные либо бульоном, либо простой водой или винным уксусом. Реже используется в качестве основы для некоторых соусов толченый чеснок (но он входит как дополнительный компонент в большинство соусов). Во многих соусах и подливах все указанные основные растительные элементы (кислый сок, орехи, чеснок) соединяются в разных пропорциях. Наряду с основой в состав грузинских соусов входит также большой набор пряностей, в основном пряной зелени, пряных трав, к которым добавляется небольшое количество сухих пряностей. В состав пряной зелени входят кинза, базилик, эстрагон, чабер, петрушка, укроп, мята; в состав сухих пряностей – красный перец, семена кориандра, корица, кардобенедикт (имеретинский шафран), гвоздика. В каждом соусе используется свой набор пряностей, т. е. не все указанные пряности вместе, а обычно три-четыре из них. Именно такой набор в каждом отдельном случае придает соусам в сочетании с различной основой разнообразный вкус и аромат.

Технология приготовления грузинских соусов сводится обычно к двум основным операциям: к увариванию фруктового сока или пюре и к толчению орехов, чеснока, пряностей. Уваривают на треть или наполовину, а толкут до получения гладкой пасты или эмульсии.

После уваривания и толчения остается лишь смешать все компоненты, входящие в данный соус. Обычно смешивание сводится к разведению сухих компонентов жидкими: соками, винным уксусом, бульоном или водой. Большинство грузинских соусов по консистенции жидкие в противоположность, например, соусам европейским, имеющим густую консистенцию, иногда более плотную, чем густая сметана.

Своеобразно и применение соусов в грузинской кухне: один и тот же соус может применяться к совершенно разной основе (мясной, овощной и даже рыбной) и в зависимости от этого давать разные блюда. Таково, например,

использование соуса сациви. Иногда же диапазон применения соуса может ограничиваться лишь овощными блюдами, но при этом такие блюда должны быть разными по составу основных овощей, т. е. и в этом случае принцип остается прежним – одинаковый соус к разной основе. Так, к капусте, баклажанам, свекле, фасоли может быть использован один и тот же соус – ткемали. С другой стороны, к одной и той же основе могут быть применены разные соусы. Этот прием также дает разные по названию блюда. Например, к совершенно одинаково зажаренной курице можно подать соусы сацебели, сациви, гаро, ткемали, чесночно – винный, ореховый, барбарисовый и др.

Несколько слов о вкусовой гамме грузинских соусов. Самая отличительная ее черта – это терпкая кислинка, создаваемая естественными фруктово-ягодными соками. Очень часто ее ошибочно принимают за «остроту» и связывают с якобы неумеренным употреблением пряностей, особенно перца. Между тем кисловато-терпкий вкус не имеет ничего общего с «остротой». Конечно, он усиливает аромат и привкус, который сообщают грузинским соусам используемые в них пряные травы, но сам характер их кисловатой основы и этих пряностей не острый.

Естественная кислинка фруктовых соков ничего общего не имеет с остротой уксуса, которым иногда заменяют эти соки при приготовлении грузинских блюд в ресторанной практике. Что же касается пряностей, используемых грузинской кухней как в соусах, так и непосредственно при приготовлении пищи, то они также отличаются ароматичностью, а вовсе не остротой: не только пряная зелень, как, например, кинза, базилик, чабер, эстрагон, мята, но и любимые грузинами сухие пряности – хмели-сунели, корица и кардобенедикт смягчают, умеряют резкость вкуса и также отличаются, в первую очередь, не жгучестью, а высокой ароматичностью.

Набор пряностей в грузинской кухне, как кстати и в остальных закавказских, преследует создание не столько жгучего, сколько ароматически-пряного, освежающего эффекта. Отсюда в грузинской кухне преобладает

употребление свежих, а не сушеных пряностей и не столько классических, сколько местных, поскольку свежие пряные травы действуют более мягко.

Заключение

Кухня Грузии формировалась на протяжении веков и испытала влияние многих народов, с которыми государству так или иначе приходилось контактировать. Безусловно, на становление грузинской кухни повлияли и природные условия, и множество религий, сосуществующих на этой небольшой территории.

При всем этом грузинская кухня отличается удивительной самобытностью, несмотря на то, что имеет много общего с другими кухнями Кавказа.

На весь мир известны мясные и овощные блюда, соусы, сладости, выпечка и вина Грузии. В то же время грузинская кухня не может похвастаться изобилием безалкогольных напитков, хотя знаменитые минеральные воды Грузии известны и за пределами страны.

Список используемой литературы

1. Кумагина Т. Г. Национальная и зарубежная кухня. М.: Юнити, 2005. 216с.
2. Похлебкин В.В. Национальные кухни наших народов. Пищевая промышленность, 1978. 234с.
3. Булатова А.С. Страны и регионы мира. Экономико-политический справочник. М.: «Проспект», 2006. 123с.

Приложение А



Хачапури по-аджарски



Чанахи со свиной



Чахохбили