

# ПЕЛЬМЕНИ, ВАРЕНИКИ,

манты, чебуреки  
беляши, пироги...  
Вкусно и просто



Советы **Агафьи**



**Агафья Тихоновна Звонарева**  
**Пельмени, вареники, хинкали,**  
**манты, чебуреки, беляши,**  
**пироги... Вкусно и просто**  
**Серия «Советы бабушки Агафьи»**

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=6279243](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=6279243)*

*А.Т. Звонарева. Пельмени, вареники, хинкали, манты, чебуреки, беляши, пироги... Вкусно и просто: Центрполиграф; Москва; 2013  
ISBN 978-5-227-04589-8*

**Аннотация**

Мы предлагаем вашему вниманию международные блюда из теста и начинки, приготовленные разными способами: выпекаемые в духовом шкафу, жареные, сваренные в кипятке или приготовленные на пару. Пельмени и вареники, хинкали и манты, беляши и хачапури, плацinda и кугол... Их объединяет одно – они просты в изготовлении, очень сытные и бесконечно вкусные.

# Содержание

Предисловие	5
Виды теста	9
Пресное тесто	9
Пресное сдобное тесто	10
Пресное слоеное тесто (классическое)	11
Пресное рубленое (полуслоеное) тесто	13
Дрожжевое тесто	14
Дрожжевое слоеное тесто	16
Слоеное тесто	17
Конец ознакомительного фрагмента.	20

**А.Т. Звонарева**  
**Пельмени, вареники,**  
**хинкали, манты, чебуреки,**  
**беляши, пироги...**  
**Вкусно и просто**

Охраняется законодательством РФ о защите интеллектуальных прав. Воспроизведение всей книги или любой ее части воспрещается без письменного разрешения издателя. Любые попытки нарушения закона будут преследоваться в судебном порядке.

# Предисловие

У всех народов-землепашцев зерно и хлеб были символом домовитости, семейного очага, предметом поклонения. В сказках и былинах зерно и хлеб, а с ними и все изделия из теста – символ богатства и благополучия. Хлебом и солью встречали дорогих гостей, блинами провожали зиму и приветствовали весеннее солнце, без пирогов не справляли праздники.

Интересно происхождение самого слова «пирог», корень которого идет, скорее всего, от слова «пир». Об этом говорит и то, что пироги были непременным атрибутом любого праздничного стола, будь то свадьба, Новый год, именины.

Среди многих народов мира популярны кулинарные изделия из теста и начинки.

Сытное и удивительно вкусное блюдо – пельмени на русском столе появилось очень давно. Не только в России, но и во многих других странах мира пельмени являются желанным лакомством. Их популярность объясняется достаточно просто. Ведь приготовить пельмени очень легко, а сварить – еще проще. В большинстве случаев для этого нужно лишь тесто, мясо и кипящая вода. Причем мясо годится практически любое: от свинины и баранины, до дичи и птичьего мяса.

Но никто точно не знает происхождения пельменей.

В Китае, где пельмени известны уже, как минимум, 2000

лет, это блюдо считается праздничным, и его готовят лишь в преддверии важных, особенных и радостных событий. Это подтверждается старинными рукописными источниками, благо, к истории в этой стране всегда относились с почтением. Жители «поднебесной» слагали о пельменях пословицы, поговорки, сказки и даже легенды.

Второй страной, которая претендует на почетное звание родины пельменей, считается Россия. И действительно, какой русский стол обходится без пельменей? Разновидностей немало: от классических до, так называемых, «сибирских» пельменей, которым давали постоять на морозе, для того чтобы мясо не было сухим.

Есть теория, что не китайцы и не русские родоначальники пельменей, а степные кочевники монголы, которые во время своих захватнических и разрушительных походов как раз и распространили первые рецепты пельменей, каковые затем видоизменились практически до неузнаваемости.

Современное – «пельмень» произошло от финно-угорских слов: «пель» – ухо, ушко и «нянь» – тесто, хлеб. Похожие блюда есть и в других национальных кухнях: итальянские равиоли и тортеллини, украинские вареники, узбекские манты, армянские бораки, грузинские хинкали, в южном Китае – дим-сум, в западных областях России – колдуны, в еврейской кухне – креплах. Известно аналогичное блюдо и в Ливане, где мелкие пельмени сначала обжаривают в масле и лишь после этого отваривают в бульоне с зеленью.

В древности жители Урала использовали пельмени в ритуалах – они были символом жертвоприношения всех видов скота. Именно поэтому в традиционной уральской мясной начинке три вида мяса – говядина, баранина и свинина. Однако не только с мясом едят пельмени: вкусны они и с рыбой, субпродуктами, грибами, луком, репой и квашеной капустой. Украинские вареники готовят с картошкой и шкварками, творогом, ягодами. Известны десятки начинок, соусов и приправ.

Если такое исконно русское, точнее сибирское блюдо, как пельмени завоевало сердца любителей вкусно поесть, то это можно сказать и о варениках. Традиционно вареники считаются элементом славянской кухни. Хотя, если покопаться в истории их происхождения, то обнаружится, что родились вареники отнюдь не на украинских просторах.

Первоначально блюдо из отварного пресного теста с начинкой из мяса или овощей возникло в Турции. Под названием дюш-вара оно пришло в Украину, и настолько понравилось местным жителям, что превратилось в обязательный элемент национальной кухни. Украинцы дали некогда заморскому блюду собственное название «вареники» и начали активно совершенствовать рецепт его приготовления.

Схожие по рецепту с пельменями и варениками манты являются одним из самых популярных блюд у народов Центральной Азии, Пакистана и Турции, по своему составу они напоминают пельмени. Считается, что манты обязаны сво-

ему происхождению китайцам. Именно уйгуры, населявшие Китай готовили блюдо с названием «мантьоу», что в буквальном переводе означало – «приготовленный на пару хлеб». Постепенно рецепт данного блюда начал распространяться по всей территории центральной Азии и дальше. На сегодняшний день считается, что именно уйгурские повара являются лучшими в мире специалистами по приготовлению мантов.

Большого отличия мантов от пельменей не существует, так как тесто и начинка мантов и пельменей в большинстве своем одинаковая, единственное отличие – пельмени варят, а манты готовят на пару. Для приготовления мантов используют специальные решетки-касканы, которые устанавливают на дне пароварки, в России данную посуду принято называть мантницей. Правда существенным отличием является то, что фарш для мантов не пропускают через мясорубку, а предпочтительно рубят либо ножом, либо топориком. Есть манты, в отличие от пельменей принято руками.

Мы предлагаем вашему вниманию международные блюда из теста и начинки, приготовленные разными способами: выпекаемые в духовом шкафу, вареные в кипятке или приготовленные на пару. Их объединяет одно – они сытные и очень вкусные.



# Виды теста

## Пресное тесто

*Состав: яйцо – 1 шт., соль – 0,25 ч. л., мука – 3 стакана.*

Муку высыпать на стол горкой, в середине сделать углубление и добавить нагретую до 30-35 °С воду, яйца, соль и замешивать тесто до тех пор, пока оно не приобретет однородную консистенцию. Подготовленное тесто выдержать 30-40 минут для набухания клейковины и придания тесту эластичности, после чего его раскатать тонким слоем.

Из пресного теста делают пельмени, вареники, домашнюю лапшу и др.

# Пресное сдобное тесто

***Состав:** мука пшеничная – 1 кг, яйца – 3 шт., масло сливочное – 130 г, сода – 3 г, соль – 8 г, вода или сметана – 360 г.*

В районах, где основной сельскохозяйственной культурой является пшеница, издавна было принято готовить сдобное тесто, которое используется для тех же целей, что и ржаное. Для его приготовления в воде или сметане растворяют соль, сахар, яйца, добавляют половину положенного по норме количества просеянной муки и перемешивают; когда тесто станет однородным, в него всыпают остальную муку, смешанную с содой, и быстро перемешивают.

# Пресное слоеное тесто (классическое)

*Состав: мука пшеничная высшего сорта – 1 кг, яйцо – 1 шт., соль – 10 г, кислота лимонная, вода – 325 г, масло сливочное – 465 г.*

Изделия из слоеного теста снаружи имеют золотистую хрустящую корочку, а внутри слоистую структуру, легко расслаивающуюся на отдельные мягкие тонкие листы, за что его также называют «листовым». Это тесто совсем не содержит сахара, поэтому его чаще называют «слоеное пресное». Из слоеного пресного теста выпекают коржи для тортов и пирожных, пекут пироги и пирожки с мясом, рыбой, свежими ягодами и иными начинками.

Упрощенное приготовление слоеного теста известно с давних времен. Тесто растягивали на тонкие пласты, смазывали их жиром и накладывали один на другой перед посадкой в печь. Современный процесс приготовления этого теста включает три стадии: замес теста, подготовку масла и обработку теста с маслом.

В небольшом количестве воды растворяют соль, лимонную кислоту, кладут яйца, всыпают пшеничную муку, добавляют остальную воду и замешивают тесто. Месят его 15-20 минут и оставляют для набухания клейковины примерно на полчаса. В это время обсушивают масло, смешивают его с мукой (75 г на 500 г масла) и хорошо разминают (но не

растирают), масло должно быть пластичным и податливым. Его формуют пластом толщиной около 2 см и охлаждают до 13-14 °С.

Приготовленное тесто формуют в виде шара и делают ножом крестообразный надрез. После этого тесто раскатывают на столе, посыпают мукой, так, чтобы получился крестообразный пласт с четырьмя овальными концами. На его середину кладут подготовленное масло и закрывают масло концами теста, тщательно сметая с них муку (мука не должна попасть между слоями теста). Края получившегося конверта из теста защипывают. Его посыпают мукой и раскатывают в прямоугольный пласт толщиной около 1 см, тщательно сметают с него муку и складывают вдвое так, чтобы концы теста сошлись на середине. После этого пласт сворачивают еще раз вдвое и охлаждают при 3-5 °С около получаса. Охлажденное тесто вновь раскатывают, сворачивают и охлаждают (4 раза).

# Пресное рубленое (полуслоеное) тесто

***Состав:** мука пшеничная высшего сорта – 2 стакана (тонких), масло сливочное – 200 г, сметана – 200 г, соль на кончике ножа.*

Оно также готовится путем смешивания муки с маслом, но в отличие от классического слоеного теста делается гораздо проще и быстрее. Правда, при этом по качеству изделия из него значительно уступают изделиям из классического слоеного теста.

Муку насыпают на доску горкой, в центр кладут масло и рубят его ножом, одновременно смешивая с мукой; добавляют щепотку соли и сметану, равномерно перемешивают и замешивают тесто.

Из этого теста выпекают пирожки, коржи для тортов и пирожных.

# Дрожжевое тесто

***Состав:** молоко или смесь молока с водой – 0,5 л, дрожжи – 25-30 г, сахар – 1 ст. л., соль – 1 ч. л., маргарин или жир – 50 г, обойная мука или пшеничная мука высшего или I сорта – 900 г.*

Дрожжевое, или как его иначе называют кислое, тесто используют для выпечки разнообразных изделий: пирожков, пирогов, булочек, ватрушек, пончиков, кулебяк, куличей и т. п.

Замешивают дрожжевое тесто на воде или молоке. Количество жидкости может колебаться в зависимости от того, для каких изделий предназначается тесто. Разрыхлителем служат дрожжи.

Кроме жидкости в тесто добавляют яйца, масло, сахарный песок (то есть сдобу) и другие продукты, улучшающие вкус и питательность изделий.

Для получения вкусных и хорошо пропеченных изделий из дрожжевого теста нужно правильно пользоваться дрожжами и умело сочетать тесто с начинкой. Например, начинки из мяса, рыбы, грибов не подходят к сладкому тесту и тесту, ароматизированному шафраном, лимоном, кардамоном, а для сладких начинок не следует готовить соленое тесто.

Дрожжевое тесто можно приготовить двумя способами: безопарным и опарным. Мягкое тесто с небольшим количе-

ством сдобы рекомендуется делать опарным способом, при котором улучшается разрыхленность теста и, следовательно, повышается объем и пористость изделий.

*Приготовление дрожжевого теста безопасным способом.* В воде, подогретой до 28-30 °С, растворить дрожжи, добавить в нее соль, сахарный песок, яйца и растопленное сливочное масло, затем постепенно всыпать муку и тщательно вымесить веселкой или вручную до тех пор, пока тесто не станет гладким и не будет легко отделяться от стенок посуды.

Посуду с тестом накрыть чистым полотенцем и поставить в теплое место для брожения. Подошедшее тесто обмять в течение 1-2 минут. Эту операцию повторяют один-два раза, после каждого подъема теста (через каждые 30-40 минут).

*Приготовление дрожжевого теста опарным способом.* В воде, подогретой до 28-30 °С, растворить дрожжи, затем всыпать в нее половину количества муки и хорошо перемешать до получения однородной массы. Поверхность опары посыпать мукой, посуду накрыть чистым полотенцем и поставить в теплое место. Когда опара подойдет и начнет опадать, всыпать вторую половину муки, добавить соль, сахарный песок, растопленное сливочное масло и хорошо вымесить, пока тесто не станет гладким и не будет легко отделяться от стенок посуды. После этого тесто снова поставить в теплое место для брожения. Подошедшее тесто обминают два-три раза.

# Дрожжевое слоеное тесто

Его готовят из обычного дрожжевого теста, приготовленного опарным или безопарным способом. Для этого готовое тесто охлаждают до 20-22°, раскатывают в прямоугольный пласт толщиной около 2-2,5 см. Поверхность пласта покрывают на две трети размягченным маслом. Не покрытую маслом часть пласта теста поднимают и покрывают им масло примерно на половину. Выступающую часть пласта, покрытого маслом, заворачивают и покрывают ею уже сложенную вдвое часть теста. Таким образом, получится три слоя теста и два слоя масла. Края теста защипывают. Получившийся пласт теста сворачивают вдвое так, чтобы его края сошлись в середине, и раскатывают. Эту операцию повторяют еще 1-2 раза. Подготовленное тесто кладут на посыпанные мукой листы, покрывают тканью и оставляют на холоде.



# Слоеное тесто

**Состав:** сливочное масло – 280 г, яйца – 1 шт., уксус – 1 ч. л., мука – 300 г, соль – 50 г.

Ни одно тесто не требует столько внимания и такой точности при изготовлении, как пресное слоеное тесто. При отклонении от рекомендуемых указаний изделия получаются малослоистыми, грубыми и с плохим подъемом.

Разрыхление этого вида теста достигается благодаря раскатыванию его на очень тонкие слои, отделяемые друг от друга прослойками жира. Чем жирнее тесто, тем оно нежнее и вкуснее. В тесто можно добавить яйца – это улучшает качество изделий. Чтобы можно было получить очень тонкие слои, надо готовить слоеное тесто из муки с содержанием клейковины не менее 40%. При замесе в тесто добавляются соль и органические кислоты: лимонную или уксусную, которые способствуют набуханию белков и улучшают эластичность клейковины. Если в тесте мало соли или кислоты, то готовые изделия получаются расплывчатыми, с нерельефным рисунком. При избытке соли и кислоты вкус изделий ухудшается, кроме того, они деформируются (сжимаются).

От температуры теста во многом зависит качество слоеных изделий (эластичность теста, подъем изделий и т. п.). Необходимо помнить, что при температуре 14-17 °С масло наиболее пластично. При более низкой температуре масло

затвердевает, при раскате крошится и разрушает слои теста, а при выпечке вытекает из изделий. Если температура более высокая, то масло расплавляется, проникает в слои теста, вследствие чего ухудшается его эластичность. Поэтому слоеное тесто нужно готовить в помещении с температурой около 17 °С, либо периодически его охлаждать.

Время выстойки («отдыха») теста также имеет большое значение. Если тесто предварительно недостаточно хорошо выстоялось, то при раскатывании оно разорвется на мелкие кусочки. Изделие из такого теста получится с большим «подъемом», без слоев. Чем тоньше будут слои, тем больше времени нужно дать тесту выстояться; чем менее эластична клейковина, тем больше времени требуется для выстаивания теста.

Чтобы уложенные на противень пласты при выпечке не деформировались, противень надо обрызгать по краям водой. Во избежание вздутий пласт теста перед выпечкой следует наколоть кончиком ножа.

Яйцом смазывают только верхнюю поверхность изделий, боковую поверхность смазывать не надо во избежание ухудшения подъема.

Слоеное тесто выпекают в течение 25-30 минут при 230-250 °С. При выпечке не следует допускать сотрясения, иначе тесто оседает и изделия получатся с закалом.

*Приготовление слоеного теста.* Соль и кислоту растворить в воде (берут три четверти общего количества воды, по-

лагающейся по норме), добавить яйца, затем муку и замесить тесто, постепенно вливая оставшуюся воду; тесто должно быть однородным.

Замешанное тесто оставить на столе на 30 минут для набухания клейковины, за это время сделать одну его обминку.

Маргарин перед закаткой в тесто размягчить до исчезновения комков, а затем смешать с мукой (8-10% от нормы) и формировать в прямоугольные пласты.

Выстоявшее тесто раскатать в виде небольшого прямоугольника так, чтобы края были немного толще, чем середина. На середину теста положить кусок маргарина и завернуть раскатанный пласт в виде конверта. Приготовленный кусок теста с маргарином раскатать на столе, посыпанном мукой. Раскатывать тесто следует толстой скалкой во все стороны до толщины 1-1,5 см, причем края его должны быть толще, чем середина. С пласта снести муку и завернуть края теста так, чтобы они соединились в центре, затем сложить пополам, образуя четыре слоя теста. Раскатанное тесто поставить в прохладное место (холодильник) на 15-20 минут, накрыв влажной салфеткой, чтобы поверхность теста не покрылась корочкой. Охлажденное тесто вновь раскатать, сложить вчетверо и опять охлаждать не менее 30 минут, затем раскатать в последний раз и сложить втрое. Через 35-40 минут можно приступать к разделке.

# Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.