


www.atesy.ru



 140000, МО, городской округ Люберцы,
г. Люберцы, ул. Красная, д. 1,
корпус Литера Б, Б1

 +7 (495) 995 95 99

 info@atesy.info

 www.atesy.ru

ПЛОВНАЯ СТАНЦИЯ НАВРУЗ

Рецептурный справочник



*Праздник
в Вашем доме!*

ВЕРСИИ ПРОИСХОЖДЕНИЯ ПЛОВА

Индийская версия — плов придумали индусы. Они выращивали рис, научились отваривать его и улучшать вкусовые качества путём добавления ароматных трав и овощей. Позже к рецепту вегетарианского плова добавилась мясная вариация, но главным фактом остается то, что традиционный плов состоит из риса и смеси мяса, моркови, лука, специй, сухофруктов.

Монгольская версия — появление плова связывают с временами Чингисхана и его военными походами. Согласно легенде, великий завоеватель, готовясь к покорению Запада, продумывал вопрос продовольственного обеспечения.

Нужна была простая, сытная еда, некое блюдо, которое можно было бы приготовить в походных условиях и накормить армию. Чингисхан дал приказ своим поварам решить поставленную задачу и придумать такое блюдо. В результате монгольские повара, входящие в «кулинарный совет» полководца, предложили мясо, а китайские — рис.



Оригинальному рецепту плова более 2 500 лет.



Ближневосточная версия — плов придумал Авиценна, средневековый учёный и врач, известный широким кругозором и множеством талантов. По легенде, местный правитель, уставший от однообразия своей кухни, возжелал испробовать новое блюдо из риса. И тогда Авиценна изобрёл рецепт плова.

У плова мощная армия поклонников по всему свету. Это блюдо входит в состав любого восточного меню, является украшением праздничного стола, им встречают гостей и едят по будням, без всякого повода.

В Средней Азии плов чаще всего готовят из баранины. Но если нет баранины, то можно взять за основу говядину.



ПЛОВ ТАШКЕНТСКИЙ (ПРАЗДНИЧНЫЙ)

Рецепт, приведенный ниже, рассчитан на приготовление 40-ка порций плова (1 порция = 500 гр) в казане емкостью 22 литра.

Ингредиенты для приготовления:

Рис	3 кг
Телятина или баранина	3 кг
Курдюк*	2 кг
Морковь	3 кг
Чеснок	400 гр (7–10 шт)
Перец острый стручки 5-6 см	80 гр (3–4 шт)
Барбарис	300 гр
Нут	400 гр
Зира	150 гр
Киш-миш	400 гр
Лук репчатый	2 кг (4–5 шт средних луковиц)
Перец черный горошек	70 гр

*- Курдюк можно заменить на растительное масло.



Разделим приготовление плова по этапам, так будет легче приготовить это замечательное блюдо.

1 этап

Заготовка ингредиентов для приготовления плова

- 1 Нут необходимо замочить минимум на 6 часов горячей водой (кипятком). Перед добавлением в зирвак воду слить.
- 2 Нарезать курдюк на маленькие кубики размером 10–15 мм.
- 3 Мясо промыть под проточной водой, нарезать на кубики размером 25–35 мм. Сложить в посуду. Закрывать крышкой или пленкой. Охладить в холодильнике при температуре 4...8 °С не менее 30–40 минут.

- 4 Очистить лук от шелухи, разрезать пополам, а далее нарезать на четверть кольца толщиной 3–5 мм.
- 5 Промыть морковь, очистить и нарезать соломкой толщиной 3–5 мм, длиной 3–4 см. Для этого поделить морковь по длине на 2–4 куски (куски длиной 3–4 см), после этого морковь установить на срез вертикально и нарезать на пластинки шириной 3–5 мм. Далее, пластинки, сложить стопкой, нарезать также по 3–5 мм.
- 6 Очистить головки чеснока от верхней шелухи, промыть под проточной водой. Срезать корень головки чеснока, отступив от края 5–10 мм, так, чтобы все зубчики в головке были срезаны по краю.
- 7 Барбарис и киш-миш обдать кипятком, после чего слить воду и залить горячей водой с температурой 40–50 °С, на 30–40 минут. Перед добавлением в казан воду слить.
- 8 Подготовить рис: Рис необходимо промыть в проточной воде, отмывая от крахмальной пыли — «клея», который находится на поверхности зерен, критерий промытого риса — вода, которая стекает с риса должна быть прозрачная, без крахмальной муки. Для промывки риса лучше использовать стеклянную (прозрачную) посуду, так нагляднее будет виден результат промывки риса от крахмала.

2 этап Приготовление зирвака

Зирвак — это бульон из различных ингредиентов для придания ему желаемого вкуса и аромата.

- 1 Зажечь горелку пловной станции “Навруз”, мощность с помощью регулятора горелки установить на максимум. Закладываем в казан курдюк и вытапливаем из него жир, перемешивая шумовкой. Когда размер кубиков уменьшится в два раза и цвет шкварок станет коричневым/темнокоричневым, то это означает что курдюк вытопился, шкварки удалить из казана шумовкой.
- 2 Продолжаем нагревать до рабочей температуры, около 230 °С. Сигналом того, что жир достиг нужной температуры будет появление легкого дымка над поверхностью растопленного жира.
- 3 Аккуратно выложить половину мяса в растопленный жир. Сразу не мешаем, даем слегка прожариться. По мере обжаривания, добавляем вторую половину мяса.



Зирвак

