|  |  |
| --- | --- |
| **Тема.** | **Особенности и блюда кавказской кухни. 2 часа** |
| **Цель урока.** | Ознакомить с особенностями кавказской кухни.Рассказать о правилах приготовления блюд кавказской кухни. Научить приготовлению блюд кавказской кухни. |

***Технические средства обучения*:** компьютер, компьютерная программа «Кулинарная энциклопедия Кирилла и Мефодия», интерактивная доска, доступ к интернет ресурсам.

**Ход урока.**

**I. Организационный момент.**

Сообщение темы и цели урока.

**II. Вводный инструктаж. Сообщение познавательных сведений.**

*Используя заставки**разделов Грузинская кухня и Армянская кухня**«Кулинарной энциклопедии Кирилла и Мефодия», рассказать об особенностях кавказского* *кулинарного искусства.*

[Кавказ](http://kavkaz-fm.ru/index.php?38), сколько всего в этом слове! Но Кавказ не был бы Кавказом без своей неповторимой, яркой, запоминающейся кухни! Блюда [Кавказа](http://kavkaz-fm.ru/index.php?38) известны по всему миру, практически в каждом Российском городе обязательно есть хоть один ресторан чисто кавказской кухни, но мало этого, так еще и в каждом традиционном ресторане обязательно присутствует в меню некоторое количество блюд кавказского происхождения.

Для большинства районов Кавказа характерны продолжительное жаркое лето, обилие солнца и относительно мягкая зима. Все это в сочетании с издревле установившимися культурными и торговыми связями с соседними цивилизациями – ближневосточной, средиземноморской и арабо-персидской – обусловило известное сходство кавказских кухонь. Но, тем не менее единой кавказской кухни не существует, каждый по отдельности народ обладает своей собственной кулинарной традицией.

Кавказская кухня - понятие довольно условное. Как правило, под кавказской подразумевается кухня Грузии, Азербайджана и Армении, которые имеют много общих черт. Кавказская кухня - это, прежде всего, мясо, овощи, зелень, специи и красное вино. Названия многих блюд кавказской кухни хорошо знакомы даже тем, кому на Кавказе бывать не приходилось. Лобио, сациви, хачапури, люля-кебаб - это всё блюда кавказской кухни, которые известны далеко за пределами кавказских государств.

**Кавказский стол всегда обильно украшен зеленью:** петрушкой, укропом, эстрагоном, мятой, базиликом, чабрецом. Для приготовления закусок и некоторых основных блюд используют шпинат, щавель, мальву, лебеду, спаржу, черемшу, сельдерей. Мясные, рыбные и овощные блюда непременно заправляют чесноком, чёрным и красным перцем, уксусом, пряностями. В качестве приправ часто используют винный уксус, гранатовый сок, толченые грецкие орехи.

О соусах стоит поговорить отдельно, ведь **соусы - важная часть кавказской кухни.** В грузинской кухне, например, широко используется ткемали - это соус кисловатый на вкус, его готовят из дикой алычи, щедро приправляют красным перцем и рубленой зеленью. Соус чахохбили готовят с большим количеством пассированного лука. Знаменита далеко за пределами Абхазии аджика - приправа к мясу, её готовят из смеси красного перца, чеснока, кориандра (кинзы), укропа и ароматных трав с добавлением винного уксуса и небольшого количества соли. Хмели-сунели является настоящим шедевром кавказской кухни, среди его ингредиентов: базилик, майоран, шафран, красный перец, помимо этого добавляются фенгурек, сельдерей, петрушка, чабрец, мята, лавровый лист. Мясные, рыбные и овощные блюда принято подавать с соусами, которые подчёркивают их вкус.

Особо следует сказать об аджике, придающей любому кушанью остроту и жгучесть.

   Аджика - острая и ароматная пастообразная приправа, в состав которой входят красный перец (четвертая часть всей массы), а также пряности (сушеные и зеленые), [чеснок](http://www.1001recept.com/recipes/sauce/spices6.html#%D0%A7%D0%B5%D1%81%D0%BD%D0%BE%D0%BA.) и немного соли.

   Соль в питании абхазов всегда занимала весьма скромное место, и ее недостаток компенсировался главным образом аджикой. Абхазы едят аджику с [вареным и жареным мясом](http://www.1001recept.com/worldWide/abhazia_meat.html), с [молочными](http://www.1001recept.com/worldWide/abhazia_milk.html) и [растительными блюдами](http://www.1001recept.com/worldWide/abhazia_vegetables.html), со свежими овощами, даже с дыней. Кроме того, аджика является одним из основных компонентов различных [соусов](http://www.1001recept.com/worldWide/abhazia_sauces.html). Она служит прекрасным стимулятором секреции желудочного сока, усиливает обмен веществ и обладает противовирусным эффектом – просто чудо, а не приправа!

Необходимо сразу определиться, что скрывается за словом «аджика».
Дело в том, что стараниями различных производителей теперь под аджикой понимается все что угодно – кетчуп, томатная паста с яблоками и морковью, помидоры с чесноком. Встречаются и более экзотические рецепты - аджика из слив, аджика с хреном или даже аджика из кабачков. Все вышеперечисленное имеет к настоящей аджике очень слабое отношение – хотя каждая из этих приправ по-своему вкусна и оригинальна. Но – это не аджика!!!
Настоящая аджика делается на основе красного острого перца, чеснока и соли. Это – базовые компоненты, которые тщательно перетираются с добавлением кориандра и различных специй в однородную массу.
Родина аджики – солнечная Абхазия, а вовсе не Грузия или Армения, как считают некоторые. По весне, когда абхазские чабаны уходили в горы пасти овец, хозяева снабжали их солью. Но соль эта предназначалась не чабанам, а овцам – в качестве необходимой добавки к питанию. По тем временам соль была достаточно дорогим продуктом, и чтобы чабаны не разворовали ее, хозяева отар добавляли в соль жгучий перец. Соль после этого теряла «товарный вид», но это ничуть не мешало чабанам использовать ее в качестве приправы. И для улучшения вкуса добавлять туда же чеснок, кинзу, хмели-сунели и прочие пряности. Вот так и появилась на свет аджика.
 Итак, главная составляющая аджики – красный перец, который придает этой приправе темно-красный цвет. Многие из-за этого ошибочно полагают, что в состав аджики входят помидоры, но это не так. В настоящей аджике помидоров не бывает.
В классическом рецепте аджики стручки перца сначала подвяливаются на солнце, а затем тщательно перетираются с помощью двух плоских камней – большого и поменьше. Вместе с перцем растираются чеснок и пряности, которые в процессе перетирания выделяют эфирные масла, придающие аджике неповторимый аромат.
 В городских условиях воспроизвести подобную процедуру достаточно проблематично, поэтому придется действовать по упрощенной схеме. Перец подвяливать не будем, а вместо камней воспользуемся блендером или мясорубкой.

*Посмотреть видео сюжет «Аджика - рецепты долголетия»* <http://video.mail.ru/mail/fatina_66/61/84.html>

**III. Текущий инструктаж. Практическая работа.**

**Оборудование:** кастрюля, миски, доски для овощей, ножи, стакан, тарелки, дуршлаг, мясорубка или блендер, ложка чайная и столовая.

### Приготовление Аджики классической.

Для приготовления настоящей «мужской» аджики потребуется:

- 1 кг красного стручкового острого перца
- 0,5 кг чеснока
- 3/4 стакана соли помол №0
- 0,5 стакана смеси: кориандр, хмели-сунели, семена укропа

У стручков отрезаем плодоножки, вытряхиваем семена – и перемалываем в блендере (если будете пользоваться мясорубкой, пропустите раза три). Также поступаем с чесноком, кориандр и семена укропа тоже желательно измельчить – и все тщательно перемешиваем. В конце добавляем соль - в идеале мы должны получить однородную пастообразную массу. Можно добавить измельченные свежие травы – кинзу и укроп, но в этом случае цвет аджики будет подпорчен.

Большой популярностью пользуется аджика с помидорами, которую можно легко поглощать столовыми ложками, и которая, как мы выяснили, аджикой на самом деле не является.

### Аджика с помидорами

Здесь тоже возможны самые различные варианты, поэтому приведу два рецепта, на мой взгляд наиболее интересных и вкусных.

Рецепт №1 - холодный
- 3 кг помидоров
- 1 кг сладкого перца
- 0,5 кг чеснока
- 150 г острого перца
- 0,5 стакана соли
- 3 ст. л. сахара
Все компоненты перемолоть на мясорубке, перемешать, добавить соль, сахар, оставить на ночь. Утром слить излишек жидкости и разложить аджику по банкам, хранить в холодильнике.

Рецепт №2 - горячий
- 3 кг помидоров
- 2 кг сладкого перца
- 300 г чеснока
- 150 г острого перца
- 0,5 стакана сахара
- 0,5 стакана 9%-ного уксуса
- 1 стакан подсолнечного масла
- 0,5 стакана соли
- 400 г свежей зелени – кинзы, укропа, сельдерея
- по вкусу – кориандр, хмели-сунели, грецкий орех
Пропустить через мясорубку помидоры и перец. Перемешать, добавить масло и варить на малом огне в течение часа при постоянном помешивании. Остудить, добавить уксус, сахар, соль, толченый чеснок. Зелень смолоть в блендере. Все тщательно перемешать, дать настояться – аджика готова.

Источник <http://www.resnichka.ru/2007/10/05/adzika.html>

***Органолептическая оценка приготовленного блюда.***

а) вкус,

б) цвет,

в) запах.

**IV. Заключительный инструктаж.**

Подведение итогов занятия. Анализ допущенных ошибок. Выставление оценок.

**V. Уборка рабочих мест.**

