КАВКАЗСКАЯ ДОЛМА



Москва, Москва
Россия

Как приготовить долму?Долма – это блюдо кавказской кухни, представляющее собой мясную начинку, завернутую в виноградные листья (своего рода голубец по-восточному). Мясная начинка может быть любой, но, как правило, это баранина или баранина с говядиной, с добавлением риса. Процесс приготовления долмы также напоминает приготовление голубцов, но вкус у блюда совершенно другой. Предпочтительнее всего для приготовления долмы использовать свежие виноградные листья, размером не больше ладони. Виноградные листья можно использовать как в солёном виде, так и маринованные.Способ приготовления:- рис промыть и смешать с фаршем:- лук нарезать мелкими кубиками, добавить к фаршу, посолить и поперчить по вкусу, добавить кинзу, после чего тщательно перемешать;- виноградные листья хорошо промыть и залить кипятком на 3-5 минут;- срезать черенок у виноградных листьев, положить начинку на матовую сторону листа и свернуть, загибая все края;- положить долму в кастрюлю в направлении от стенок до середины, залить водой и пригрузить тарелкой;- тушить на среднем огне около часа;- для соуса мелко нарезать чеснок, смешать с мацони (йогуртом);- добавить по вкусу кинзу, перемешать и оставить в холодильнике охлаждаться.Ингредиенты для приготовления «Долмы»:Фарш (баранина или смесь баранины с говядиной) - 600 грамм;Рис - 100 грамм;Лук репчатый - 1 шт.;Чеснок - 2 зуб.;Мацони или йогурт (без добавок) - 200 мл.;Листья

винограда - 100 грамм;Кинза - 5 грамм;Соль (по вкусу);Перец молотый (по вкусу).ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!!!

Сообщить Другу

СТРОИТЕЛЬСТВО И ТРАНСПОРТ
база проектно-строительных организаций