

A decorative border with intricate floral and scrollwork patterns in shades of gold and brown, set against a background of horizontal wooden planks. The border frames the central text.

Книга о вкусной
и здоровой
тверской пище



КУЛИНАРНЫЕ ОСОБЕННОСТИ ТВЕРСКОЙ ЗЕМЛИ

Неотъемлемой частью культуры каждого народа является кухня. Недаром этнографы начинают исследование жизни любого народа с изучения его кухни, так как в ней в концентрированном виде отражается история, быт и нравы народа.

Как говорил великий русский биолог и врач И. Мечников: «Еда – часть души, культуры народа».

Тверская кухня неотделима от кухни русской, известной на весь мир своими яствами. Русская кухня прошла многовековой путь развития и в XIX веке была известна и ценима не меньше, чем французская.



ТВЕРСКАЯ ПОХЛЕБКА

1 кг говядины
7-10 картофелин
5 луковиц
3-4 моркови
100 г сливочного масла
4 ст. ложки сухого белого вина
Соль, зелень, сладкий перец или перец горошком и другие специи по вкусу.



Приготовить костный бульон. Мякоть говядины нарезать небольшими брусочками. В чугунок или глиняные горшочки налить бульон, положить мясо и варить в духовке 20-30 мин при температуре 150-200°C. Картофель нарезать кубиками. Лук нашинковать кольцами, морковь – тонкими ломтиками, обжарить, положить вместе с картофелем в чугунок или горшочки с мясом и варить 15 мин. Затем добавить перец, лавровый лист, зелень и варить еще 10-15 мин. В готовую похлебку для вкуса можно влить немного сухого вина. Подавать похлебку на стол в той посуде, в которой она готовилась.



ЩИ «ТВЕРСКИЕ»

Говядина отварная – 200г
Шпик – 50 г
Капуста свежая – 600 г
Луковица – 1шт.
Грибы сушеные – 50 г
Соль и перец по вкусу



Свежую капусту нарезать квадратиками. Лук и морковь очистить, нарезать соломкой, слегка обжарить, добавить немного бульона и потушить до полуготовности. Подготовленные свежие или сухие грибы отварить, нарезать кубиками. Капусту, лук и морковь залить отваром от грибов, добавить мясной бульон, соль и варить до готовности. За 5 мин до окончания варки положить перец и лавровый лист. В конце варки положить нарезанные грибы, рубленый чеснок, кусочки вареного мяса, довести до кипения. Перед подачей в тарелки со щами положить сметану.

