



СИСТЕМА
Методист детского сада



ВСЕМИРНЫЙ ДЕНЬ ПЕЛЬМЕНЕЙ

КАК ПОЯВИЛОСЬ БЛЮДО

8 февраля празднуется Всемирный день пельменей. Нет точных данных о том, где именно придумали это блюдо. Предполагается, что родиной пельменей является Удмуртия. Именно там с особым размахом отмечают этот день. Организуется даже тематический фестиваль. Можно посетить кулинарные мастер-классы, чтобы научиться готовить вкусные пельмени.

ЗНАКОМИМСЯ С БЛЮДОМ С НОВОЙ СТОРОНЫ

Предлагаем вам несколько интересных фактов о пельменях, которые можно обсудить с друзьями и родными.

Пельмени на счастье. Существует традиция: последний приготовленный пельмень делают с необычной начинкой. Зелень означает радость, перец – любовь, сахар – удачный и беззаботный год. А тому, кому попался пельмень без начинки, слепленный целиком из теста, год сулит быть счастливым.

Чем больше пельменей – тем лучше! В Китае свои приметы, как кушать пельмени и быть счастливым. Для двойной радости нужно съесть две штуки, счастье приносят 3, 6 и 9 пельменей, а богатый и урожайный год – 4 или 5.

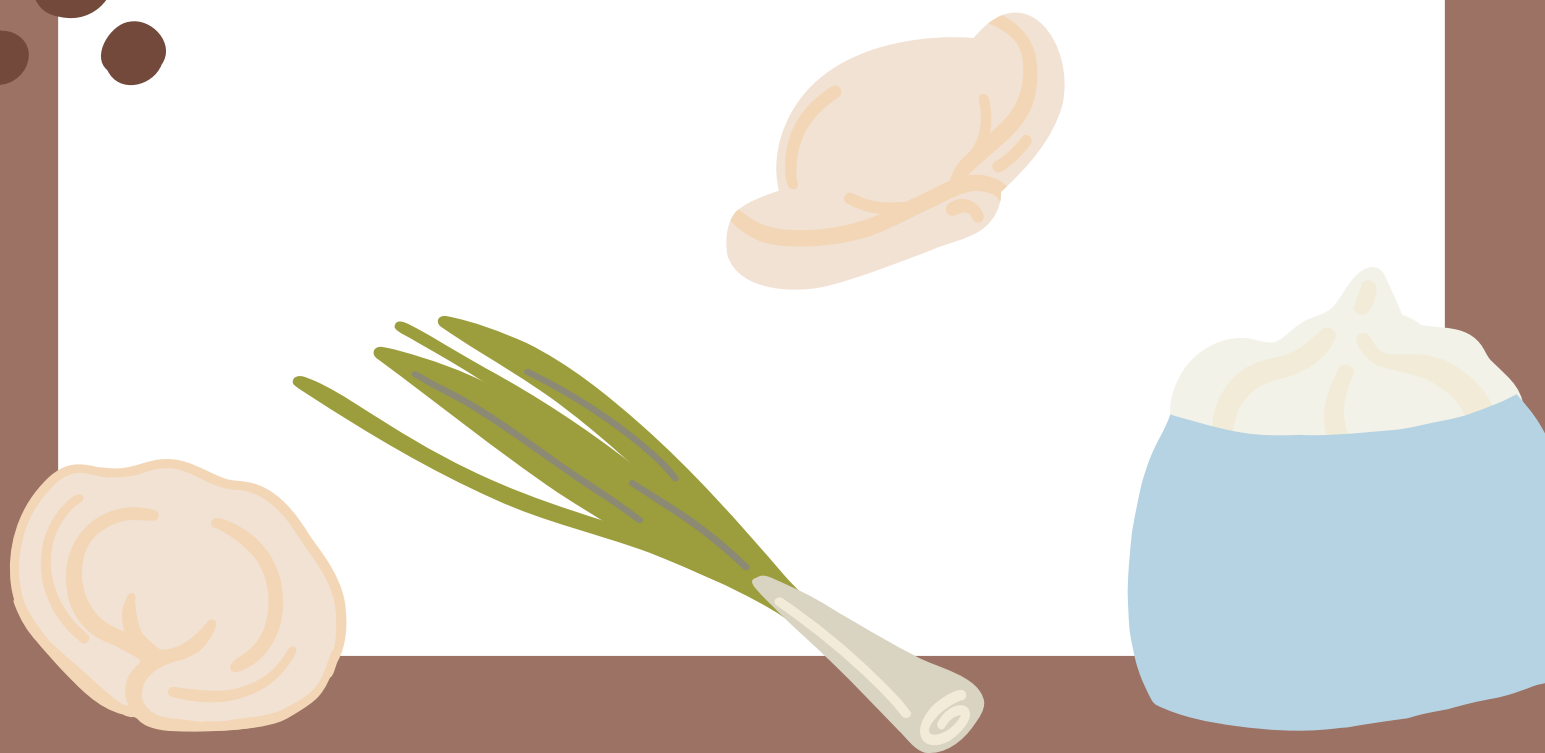
Самый большой пельмень. В 2011 году в Китае приготовили самый большой пельмень. Он весил 79 кг, длина пельменя составила 1,2 м, а ширина – 0,86 м.

Обряды и святочные гадания. Эти ритуалы распространены во многих регионах России. Одно из самых известных — «срединник»: пельмень разрезают пополам и по количеству и виду начинки судят о том, будет ли грядущий год богатым и урожайным.

ПОЛЬЗА ПЕЛЬМЕНЕЙ

Специалисты утверждают, что в одной порции пельменей содержится достаточно белков, чтобы помочь иммунной системе восполнить норму аминокислот. Это способствует обновлению клеток.

Каждый ингредиент блюда также приносит свою пользу организму. Так, в высокосортной пшеничной муке содержится много клетчатки. Она является источником ряда минералов – меди, магния, цинка, железа, фосфора и витаминов РР и группы В. Фарш из свинины считается отличным источником лизина, необходимого для прочности костной ткани. А телятина и говядина относятся к лучшим сортам мяса по усвояемости организмом.



ЛЕПИМ, ВАРИМ И ЕДИМ

Лучший способ отпраздновать Всемирный день пельменей — приготовить их всей семьей и съесть! А вот какие именно пельмени, зависит от традиций приготовления блюда в каждой семье. Так, пельмени можно готовить на пару, варить в воде или жарить в масле на сковородке. Ниже смотрите универсальный рецепт приготовления блюда.

Ингредиенты для блюда

Для приготовления на 1 кг теста потребуется:

- ✓ 4,5 ст. пшеничной муки
- ✓ 2 яйца
- ✓ 2 ст. воды
- ✓ 1,5 ч. л. соли
- ✓ Фарш: говядина – 350 г, свинина – 350 г
- ✓ Лук репчатый – 2 штуки
- ✓ Перец черный молотый – 0,4 г
- ✓ Вода – 0,5 ст.

Способ приготовления

В просеянную муку добавьте воду, яйца, соль и замесите тесто до однородной консистенции. Выдержите его в течение 30-40 минут. Для начинки: мясо говядины, свинины, лук репчатый измельчите на мясорубке, добавьте соль, перец, воду. Все тщательно перемешайте до получения однородной массы. Сформируйте пельмени, опустите в кипящую подсоленную воду, доведите до кипения, далее варите до готовности при слабом кипении в течение 5-7 минут. Отваренные пельмени можно полить сливочным маслом или сметаной, посыпать тертым сыром, мелко рубленой зеленью укропа или петрушки.

