# Шурпа

Вы можете не соглашаться, но шурпа самое любимое блюдо в Средней Азии. Ну, посудите сами, в каждой заштатной чайхане и самом пафосном ресторане у нас круглосуточно варится шурпа. Не плов, не лагман, не кабоб, а именно шурпа, которая по своей популярности и практичности оставила далеко позади почти все блюда национальной кухни.

На Востоке шурпа блюдо знаковое, хотя на первый взгляд абсолютно простое, но не торопитесь, все не так однозначно. Шурпа - некий кулинарный трансформер, с изменением некоторых ингредиентов она способна быть: лечебной, восстанавливающей, стимулирующей и даже хорошим релаксантом.

Нужны примеры? Пожалуйста.

Малокровие, ревматизм, воспаление легких, туберкулез помогает излечить очень жирная и горячая шурпа из баранины, при язве будет полезна постная говяжья шурпа на травах. Послеоперационным больным рекомендуют негустую шурпу с протертыми овощами.

Горячая и острая шурпа стимулирует потенцию. Дают это кушанье и роженицам, у которых плохо приходит молоко.

Вам может показаться, что все это для рекламы придумано. Ничуть, к Абу Али Ибн-Сино в Канон Врачебной Науки загляните и убедитесь сами.

А это уже современные наблюдения благотворного влияния шурпы на здоровье человека.

Ничто так не укрепит нервную систему после экономического кризиса, как вид вашего соседа – олигарха, лакомящегося вкусной шурпой за соседним столиком, в любимой вами недорогой кафешке. Шурпа - лучшее средство преодоления социальных противоречий, потому что любят ее практически все, не взирая на возраст, пол и материальное положение.

И еще, специально для мужчин. Знаете ли вы что наутро после «удавшегося» праздника, вместо таблетки «алкозельтцера» лучше откушать горячей жирной и острой шурпы. Полного излечения не гарантируют, но значительное облегчение организму наступает сразу, знающие люди говорили!

За такие свойства этого блюда предлагаю объявить шурпу достоянием республики, а Узбекистан в целом – бальнеологическим курортом, и брать дополнительные деньги за въезд на территорию. Конечно, это шутка!

Так что же такое шурпа? Если верить сухому языку научных определений, то шурпа – это «заправочный суп, распространенный на Востоке, характеризующийся повышенной жирностью, наличием крупнопорезанных овощей, обилием пряностей и зелени, с добавлением фруктов».

Да-да, не удивляйтесь, в некоторых регионах нашей страны в шурпу добавляют и фрукты. И вовсе она от этого на компот не становится похожей. Приезжайте, да попробуйте!

Вообще в Узбекистане существует два вида этого блюда, различающихся по способу приготовления:

* каурма – жареная шурпа, когда основные составляющие: мясо, лук, морковь предварительно обжариваются в казане, а уже затем добавляют воду и все варится до готовности с большим количеством специй и зелени;
* кайнатма – вареная шурпа, в этом варианте ничего не обжаривают, все варится долго на медленном огне.

Нужно ли говорить, что такое блюдо имеет сотни рецептов, разнящихся по составу ингредиентов, в зависимости от времени года, региона проживания и пристрастий готовящих. И все они имеют право на существование.

Хочется привести вам один из самых популярных рецептов.

Берем на рынке (там свежее) баранину 500гр., лучше реберную часть с небольшим налетом жирка. 100гр желтого азиатского гороха (нухат, нохат, нут). В Узбекистане он продается замоченный, а вам придется замочить в его в теплой воде из расчета 2/1(он очень разбухает) с вечера, если готовите на следующий день. Две большие луковицы, пару средних морковок, 4-5 картофелин, помидоры – 2шт, болгарский перец - 2 шт., головку чеснока, небольшую репу – шалган, 50 гр. растительного масла.

Из специй: зира (кумин), кориандр, красный острый перец (молотый), соль.

Зелень: кинза, укроп, петрушка.

Разогреваем в казане растительное масло и обжариваем рубленую порционно баранину с одной луковицей, нарезанной полукольцами. Жарим до румяной корочки. Закладываем специи и солим по вкусу. Заливаем кипяченой водой, из расчета 2 стакана на порцию (это важно, в процессе варки ни добавлять, ни убавлять воду нельзя), дожидаемся закипания и снимаем пену. Закладываем вторую луковицу, разрезанную на четыре части, чеснок зубчиками, горох (воду предварительно слить) и морковь порезанную брусочками 1х3см. Все это варим час на медленном огне. Через час закладываем помидоры очищенные от шкурки и разрезанные на шесть частей, болгарский перец , разрезанный на четыре части и очищенную репу целиком (потом ее выбрасывают, хотя многим нравится съесть).

Все это варится еще полчаса до полуготовности нухата. Обязательно попробуйте на соль и перец, если нужно добавьте еще. Через полчаса добавляем картофель, крупно порезанный, как остальные овощи и варим до его готовности. За пять минут до конца приготовления добавляем резаную зелень. После выключения огня, даем шурпе настояться в течение 10-15 минут под крышкой. Это самые тяжелые минуты ожидания, ведь витающий в воздухе аромат нестерпимо щекочет ноздри, но кушанью необходимо дойти. Ждем.

Затем разливаем по тарелкам или (касам) и вперед за стол! Приятного аппетита!