Зразы

Проект выполнила Белоконь Арина

Ученица 8 «Б» класса

Цели И Задачи

Цель:

Приготовить белорусское блюдо

Показать его классу

Задачи

Найти информацию о белорусских блюдах

Найти рецепт блюда «зразы»

Обоснование выбора

Я выбрала эту тему, так как на уроке нашему классу поручили найти белорусское блюдо, и когда я искала информацию о белорусских национальных блюдах, меня заинтересовали «Зразы».

Что такое Зразы?

Зразы — национальное блюдо славянской кухни, представляющее собой котлеты или рулет с разнообразной начинкой. В классическом рецепте поджаренный лук, яйца, овощи и грибы заворачивают в хорошо отбитый кусок мяса, приправленный солью и перцем. Но в домашних условиях вкусные и сочные зразы можно приготовить из фарша или рубленого мяса

Рецепт

Для приготовления мы использовали:

- Перец молотый-по вкусу
- Соль-по вкусу
- Мука-3 столовых ложки
- Картофель-6 штук
- Лук репчатый-одна головка
- Яйцо-1 штука
- Мясной фарш-250 грамм
- Картофельное пюре-250 грамм
- сметана-100 грамм

Способ приготовления:

Шаг 1

Очищаем картофель и измельчаем мелко в кухонном комбайне или набираем на мелкой тёрке

Шаг 2

Лук мелко нарезаем и смешиваем с фаршем. Солим и перчим по вкусу.

Шаг 3

Отжимаем через марлю протёртый картофель, а воду сливаем.

Шаг 4

Смешиваем отварной картофель со свежим. Добавляем яйцо, соль, муку и вымешиваем тесто.

Шаг 5

Если тесто прилипает к рукам, то смачивайте руки в воде. Формируем в виде лепешек, внутрь кладём фарш и заворачиваем

Шаг 6

Получившиеся зразы бросаем в кипящую подсоленную воду. Варим в большом количестве воды. Все сразу лучше не класть, так как они могут развариться. После того как зразы всплыли, варим 15 минут.

Шаг 7

Зразы готовы! Осталось лишь падать их на стол.