

## Традиционный завтрак: как готовят яйца за границей

Многие из нас не представляют свое утро без плотного (или легкого) завтрака. Правда, не всегда есть время на приготовление чего-нибудь эдакого. Поэтому часто мы делаем обычный омлет или глазунью - и вкусно, и питательно. А как готовят яйца в других странах? С чего начинают день иностранцы?

### Израиль



В Израиле по утрам делают шакшуку - омлет из яиц и томата. Настоящую шакшуку готовят в чугунной сковороде. Приготовление начинается с соуса матбуха из лука, помидоров, болгарского перца, чеснока, перца чили и специй. Затем прямо в полученный соус разбивают яйца. Смесь доводят до готовности и подают к столу.

Обычно блюдо подают прямо в сковороде, иногда в подогретой керамической посуде: так шакшука не оседает и не теряет свой насыщенный вкус.

### Иран



А вот в Иране помидорам предпочитают зелень. Здешний омлет (куку сабзи) почти на 80% состоит из «травы». Как говорят аборигены, это не омлет с зеленью, а зелень с яйцами.

Традиционный куку сабзи делают накануне персидского Нового года - Навруза. Свежий укроп, петрушку, шпинат, зеленый лук, кинзу мелко нарезают и смешивают с яйцами. Затем добавляют специи и ставят в разогретую духовку. Готовое блюдо радует глаз сочным цветом, а запах вызывает обильное слюноотделение.

### Италия



Орсини или «яйца в облаке» - блюдо, о происхождении которого спорят до сих пор. Одни уверены, что его родиной является Италия, другие - Франция. Где бы его ни придумали, оно очень вкусное и простое в приготовлении.

Орсини готовят так: желтки отделяют от белков. Белки взбивают до крепких пиков, порционно выкладывают на противень и отправляют в духовку на пару минут. Затем вытаскивают, делают в каждой порции углубление и кладут туда по желтку. После чего противень снова ставят в духовку и выпекают до готовности.

### Филиппины



Филиппины изобилуют уличной едой. Тут есть все: от обычного мороженого, бургеров и карамелизированных бананов до жуткого вареного утиного яйца со сформированным эмбрионом. В общем, каждый найдет себе блюдо по вкусу.

Мы предлагаем купить квек-квек. Выглядит квек-квек как ярко-оранжевые шарики. Готовят его из перепелиных яиц, которые сначала отваривают, затем обваливают в специях, куркуме, панировочных сухарях и жарят во фритюре. К закуске подают пряный соус.

### Франция



Яйцо пашот и обычное яйцо всмятку отличаются друг от друга как небо и земля. Если приготовить яйцо пашот правильно, то желток приобретет жидкую кремообразную структуру, а белок будет нежным на вкус. Если же передержать, желток сварится полностью и яйцо будет немного «резиновым».

Чтобы приготовить яйцо пашот, подогрейте в кастрюльке небольшое количество воды. Некоторые в воду добавляют немного уксуса, чтобы белок быстрее свернулся. Как вода закипит, размешайте ее, сделав воронку и разбейте яйцо. Продолжайте помешивать, пока белок не приобретет форму. Затем поварите до готовности.

## Шотландия



С чем у нас ассоциируется Шотландия? С килтами, четырехлистным клевером, фейри и волынками. Однако это не все, оказывается, у этой страны есть еще и кулинарный символ, известный всей планете. Этому простому блюду примерно две сотни лет.

По одной из версий, впервые его приготовили в лондонском универмаге в 1738 году. Сегодня его вполне можно сделать и дома. Для этого надо почистить вареные куриные яйца, обернуть их фаршем, обвалить в панировке и пожарить во фритюре.

*Фото из открытых источников*

Автор: Виктория Британская © Babr24.com ТУРИЗМ, МИР 👁 10200 18.10.2018, 20:54 📌 1519

URL: <https://babr24.com/?ADE=182130> Bytes: 3866 / 3349 Версия для печати Скачать PDF

👍 [Порекомендовать текст](#)

Поделиться в соцсетях:

Также читайте эксклюзивную информацию в соцсетях:

- [Телеграм](#)

- [ВКонтакте](#)

Связаться с редакцией Бабра:  
[newsbabr@gmail.com](mailto:newsbabr@gmail.com)



Автор текста: **Виктория Британская**, обозреватель.

На сайте опубликовано **581** текстов этого автора.

#### НАПИСАТЬ ГЛАВРЕДУ:

Телеграм: @babr24\_link\_bot  
Эл.почта: newsbabr@gmail.com

#### ЗАКАЗАТЬ РАССЛЕДОВАНИЕ:

эл.почта: bratska.net.net@gmail.com

#### КОНТАКТЫ

Бурятия и Монголия: Станислав Цырь  
Телеграм: @bur24\_link\_bot  
эл.почта: bur.babr@gmail.com

Иркутск: Анастасия Суворова  
Телеграм: @irk24\_link\_bot  
эл.почта: irkbabr24@gmail.com

Красноярск: Ирина Манская  
Телеграм: @kras24\_link\_bot  
эл.почта: krasyar.babr@gmail.com

Новосибирск: Алина Обская  
Телеграм: @nsk24\_link\_bot  
эл.почта: nsk.babr@gmail.com

Томск: Николай Ушайкин  
Телеграм: @tomsk24\_link\_bot  
эл.почта: tomsk.babr@gmail.com

Прислать свою новость

#### ЗАКАЗАТЬ РАЗМЕЩЕНИЕ:

Рекламная группа "Экватор"  
Телеграм: @babrobot\_bot  
эл.почта: eqquatoria@gmail.com

#### СТРАТЕГИЧЕСКОЕ СОТРУДНИЧЕСТВО:

эл.почта: babrmarket@gmail.com

Подробнее о размещении

[Отказ от ответственности](#)

[Правила перепечаток](#)

[Соглашение о франчайзинге](#)

[Что такое Бабр24](#)

[Вакансии](#)

[Статистика сайта](#)

[Архив](#)

[Календарь](#)

[Зеркала сайта](#)