



Кипърска кухня и история

През вековете Кипър е завладяван на няколко пъти, което оказва значително влияние върху кипърската кухня. Разнообразието на кипърските ястия се дължи на завоевателите, оставили своя отпечатък. Днес кипърската кухня включва удивителни комбинации от ястия, произхождащи от Близкия изток, Средиземноморието и Южна Европа. Тези ястия са повлияли и оформили кипърската кухня.

"Халуми" се смята за националното сирене на Кипър. Начинът на приготвяне е уникален за света.

Халуми се произвежда още от византийската епоха и оттогава е разпространено в Близкия изток.



ПРЕГЛЕД

- В очакване на Коледа
- Проектни новини
- Кипърската кухня на фокус

Коледата приближава и идва времето на множество традиции, които ни радват - от коледните базари през украсяването на елхите до семейните вечери. Разбира се, Коледа не би била същата без вкусна храна!!!

В изпълнение на проекта ние сме в последния етап от разработване на платформата, която ще хосва видеоклиповете с отлични и вкусни рецепти от нашите участници. Надяваме се да започнем обучението на участниците до края на февруари.

Един от най-големите празници в годината предстои и обратното броене започна. Очаквайте специалния коледен брой на нашия бюлетин!!!

Поглеждайки назад в историята виждаме, че производството на сирене "Халуми" в селските домове е било важно за жителите не само за задоволяване на нуждата от храна, но и като начин за упражняване на социална солидарност и взаимопомощ между семействата и възможност за социализация и свързване.

В миналото, преди още да има хладилници, са използвани различни методи на готвене за запазване на месото. Например, за производството на "цамарела", козето месо е било осолявано и излагано на слънце за няколко дни, за да изсъхне. Слагали са го в специално изработени дървени шкафове, покрити с мрежа, за да е защитено от различни насекоми и да се проветрява.

Интересна е историята на известното ястие "офтон клефтико" се крие интересна история. "Офтон" идва от древногръцки и означава изпечен, а "Клефтико" означава, нещо откраднато. Произходът на "офтон клефтико" датира от преди 500 години (по времето на Османската империя), когато бедните фермери се крият от властта, защото не могат да си плащат данъците или дълговете си. Докато са преследвани из планините, те трябвало да намерят начини да оцелеят, като например да се промъкват през нощта и да крадат кози от стадата. Копят яма в земята, палят огън и след това засипват дупката с пръст и клони.



Г-жа Емилия Врасида е пенсионерка на 76 години, която живее на село. Пандемията я принуждава да стои вкъщи и я лишава от социалния ѝ живот. Г-жа Емилия израства в семейна ферма в Кипър и има личен интерес към селскостопанските продукти. Много от нейните готварски истории са свързани с радостни спомени от живота на семейството ѝ. Започва да готви, когато е на 15 години за квартални събирания, организирани от единствения професионален готвач в селото, където живее. Страстта ѝ към готвенето не намалява, а продължава през целия ѝ живот, въпреки някои трудни обстоятелствата. До 41-годишна възраст тя е посетила над 34 курса по готварство, за да подобри уменията си. В миналото г-жа Емилия е готвила за големи семейни събирания, включващи 20-25 души. Но след като съпругът ѝ почива, тя донякъде губи интереса си. Основно обича да готви традиционни кипърски ястия, като любимите ѝ са „пастицио“, „купекия“, „сувлакия“, „офтон клефтико“ и „традиционни колбаси“.

"ОФТОН КЛЕФТИКО"

Продукти

- 1 агнешки бут или пържоли
- 4 с.л. зехтин
- 1 с.л. пресен розмарин, нарязан
- 2 ч.л. сол
- ½ ч.л. черен пипер
- 5-6 големи картофа
- 3 дафинови листа
- 500мл. зеленчуков бульон
- 3 скилидки чесън - счукани
- 3 големи глави лук

Начин на приготвяне

- Направете смес от зехтина, розмарина, чесъна, солта и черния пипер.
- Втрийте сместа в агнешки бут и го оставете да престои покрит в хладилника за една нощ.
- Нарезете картофите и лука и ги поставете заедно с агнешкото месо и маринатата в голям уред за бавно готвене. Добавете дафиновите листа и бульона.
- Гответе на слаба към средна степен поне 8 часа.
- Отстранете дафиновите листа. Сервирайте с фета или кисело мляко.

