

НА ГРАНИЦЕ МЕЖДУ ВОСТОКОМ И ЗАПАДОМ
В ТРЕХ ГОСТЕПРИИМНЫХ СТРАНАХ
ШЛО РАЗВИТИЕ СЕЛЬСКОГО ХОЗЯЙСТВА И СЕЛЕКЦИИ С ЭПОХИ НЕОЛИТА ДО НАШИХ ДНЕЙ
АДАПТАЦИЯ К СЕЗОННЫМ ЦИКЛАМ
ОБЕСПЕЧИВАЕТ СОХРАНЕНИЕ БОГАТСТВА ГЕНЕТИЧЕСКИХ РЕСУРСОВ В ПРИУСАДЕБНЫХ ХОЗЯЙСТВАХ И

ПРОИЗВОДСТВО ХЛЕБА, СЫРА И ВИНА

ЖИВОТНОВОДЫ И ФЕРМЕРЫ ОСУЩЕСТВЛЯЮТ УПРАВЛЕНИЕ ЛАНДШАФТАМИ
СЕЛЬСКОЕ НАСЕЛЕНИЕ ХРАНИТ И ИСПОЛЬЗУЕТ ЗНАНИЯ О ДИКИХ РАСТЕНИЯХ И ЖИВОТНЫХ

ОБЪЕДИНЕНИЕ ФАКТОРОВ БИОРАЗНООБРАЗИЯ, ЗДОРОВЫХ ЭКОСИСТЕМ И ТРУДОЛЮБИЯ МЕЛКИХ
СЕЛЬХОЗПРОИЗВОДИТЕЛЕЙ ОТКРЫВАЕТ ПУТЬ В БУДУЩЕЕ

Çörək, pendir və şərab hazırlanması

Հացի, պանրի և գինու պատրաստում

პური, ყველი და ღვინო

6

ВВЕДЕНИЕ

ПРОИЗВОДСТВО ПРОДОВОЛЬСТВИЯ НЕРАЗДЕЛЬНО СВЯЗАНО С КУЛЬТУРОЙ ЛЮДЕЙ И МЕСТНОСТЬЮ, В КОТОРОЙ ОНИ ПРОЖИВАЮТ. СОЦИАЛЬНЫЕ И КУЛЬТУРНЫЕ ТРАДИЦИИ ПРИГОТОВЛЕНИЯ ЕДЫ ДО СИХ ПОР ПЕРЕДАЮТСЯ ИЗ ПОКОЛЕНИЯ В ПОКОЛЕНИЕ. ДЛЯ ПРАЗДНЕСТВ И ВСТРЕЧ ГОТОВЯТ ВКУСНЫЕ БЛЮДА, ЧТОБЫ УГОСТИТЬ ИМИ РОДСТВЕННИКОВ И ДРУЗЕЙ. ОДНАКО У МИЛЛИОНОВ ЛЮДЕЙ, ЖИВУЩИХ НА ЮЖНОМ КАВКАЗЕ, ОСНОВУ ЕЖЕДНЕВНОГО РАЦИОНА СОСТАВЛЯЮТ ХЛЕБ, СЫР И ВИНО.

Условия Кавказских гор заставляют многих фермеров и скотоводов жить в отдаленных сельских районах, в изоляции от основных рынков. Поэтому основу пищевой цепи составляет широкий набор производимых и перерабатываемых в этих районах пищевых продуктов, которые должны круглогодично обеспечивать местных жителей всеми необходимыми элементами здорового рациона (углеводами, белками, витаминами и минеральными веществами).

Поэтому на Кавказе набор производимых продуктов питания социально и географически обусловлен местными условиями.





В сельской местности пищевые цепи основаны на широком спектре производимого и перерабатываемого на местах продовольствия в зависимости от сезона и территории. Это способствует обеспечению здорового питания и уменьшению затрат на транспортировку и количества отходов

СВЯЗЬ МЕЖДУ ТРАДИЦИОННЫМИ ЗНАНИЯМИ И МЕСТНОЙ КУХНЕЙ

В национальной кухне Южного Кавказа для приготовления необыкновенных супов, тушеных и жареных блюд используется множество трав, специй и пряностей, овощи, все виды бобовых и мясо. Многие секреты приготовления традиционных блюд передаются из поколения в поколение и представляют собой семейное наследие. В каждом регионе готовят самые разнообразные виды хлеба и сыра, а из фруктов, выращенных в семейных садах, и ягод, собранных в горах и лесах, готовят вкусное варенье.

В Азербайджане, Армении и Грузии предпочтение отдается баранине, но в то же время по особым случаям готовятся блюда из птицы, дичи и говядины. Рыба из озер и рек ценится как особый деликатес. В кухне народов Южного Кавказа переплетаются кулинарные традиции Востока и Запада, есть также некоторое сходство с ближневосточными блюдами. Однако уникальный аромат кавказских трав и разнообразие видов хлеба и вина, отражающих особенности климата и почвы, а также творческий подход народов Южного Кавказа привели



Богатое биоразнообразие растений и животных отражается в разнообразии и изысканности блюд, традиционных для Южного Кавказа. Листья винограда, продаваемые на рынке для производства долмы (слева). Традиционное приготовление сыра (справа)

к появлению уникального кулинарного стиля, который не так часто встречается в мире. Традиционный рацион жителей этих трех стран включает хлеб, сыр, виноград, мед, орехи, баклажаны, бобы, йогурт и баранину. Существует много различий и вариантов рецептов, обусловленных временем года, традициями и влиянием соседних стран. Одно и то же блюдо, приготовленное в трех странах, будет разным, поскольку каждый народ добавляет свои особенные специи, приправы, плоды или использует определенный способ приготовления (например, использование для выпечки хлеба различных печей, о которых мы расскажем далее), что делает это блюдо уникальным. Соня Увезан говорит, что в Азербайджане жареную на вертеле курицу обычно подают с гранатовым сиропом,

в Армении – с нарезанными огурцами, помидорами и лимоном, а в Грузии – с кислым сливовым соусом. При этом получаются три совершенно разных на вкус блюда. В каждой стране есть свои особые рецепты, которых вы не найдете в других странах, где используются свои дикорастущие растения и культуры, придающие этим блюдам неповторимый вкус. Такие блюда отражают все лучшее, что есть в этой местности, и поддерживают живую связь с национальными традициями. Эта нераздельная связь между биоразнообразием и местным сельским хозяйством, кухней и социальными и культурными традициями народов Южного Кавказа показывает, что можно достичь равновесия между обеспечением средств существования и природными ресурсами.



ЖЕНЩИНЫ И ПРОИЗВОДСТВО ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ

Женщины Кавказа всегда играли ведущую роль в создании большого разнообразия продуктов питания. Помимо приготовления различных видов хлеба (*тандыр чорек*, *сак чорек*), молочных продуктов, а также повседневных и праздничных блюд, умение женщин делать запасы в виде варенья, соленых овощей, маринадов и других продуктов в определенные времена не поддается сравнению. Женщины передают свои рецепты и кулинарные секреты дочерям, и семейные кулинарные традиции представляют собой один из сильнейших элементов культурной и социальной самобытности семей на Южном Кавказе.

Мужчины занимаются приготовлением лишь некоторых блюд, таких как кебаб. Чаще всего соседи и родственники по очереди помогают друг другу готовить на зиму такие продукты, как повидло, сиропы, варенья, бакмаз (вываренный сок шелковицы и винограда), а также маринованные дикие плоды и овощи. Во время приготовления пищи женщины поют и рассказывают *баяты* (азербайджанские фольклорные стихотворения).



Семейные кулинарные традиции передаются из поколения в поколение, чтобы сохранить культурное и социальное своеобразие рода. На семейных и религиозных праздниках готовят очень вкусные блюда и делятся ими с друзьями и родственниками





Хлеб занимает особое место в повседневной жизни Южного Кавказа. Вся семья участвует в производстве хлеба, как в доме семьи Карабезян в Гарни, Армения. Особенно внимательно необходимо следить за тем, как поднимается тесто

ХЛЕБ

Хлеб соединяет человеческую жизнь с природой и сельским хозяйством. Хлеб – это не просто пища, а символ, лекарство, средство общения, соединяющее различные социальные группы.

Хлеб является наиболее потребляемым в мире пищевым продуктом. В армянском языке выражение «есть, принимать пищу» звучит так: *хац утел*, что означает «есть хлеб».

Высококачественный хлеб занимает особое место в жизни народов Южного Кавказа, так как он является основой их

ежедневного рациона и в высушенном виде сохраняет свое качество, не черствеет, не портится и может храниться в течение долгого времени, а также сохраняет мягкость и свежесть после сбрызгивания водой.

Когда мы едим хлеб, в первую очередь мы не думаем о пшенице, из которой он сделан. Однако основой куска хорошего хлеба является пшеничное зерно, которое собирается, отбирается, возделывается, хранится и выпекается миллионами фермеров. Южный Кавказ считается родиной многих сортов пшеницы. Внимание ботаников, генетиков, биохимиков, эмбриологов и цитологов всего



Хлеб помещается в традиционную печь. Хлеб можно изготавливать в больших количествах благодаря специальным технологиям, позволяющим хранить его длительное время

мира сосредоточено на Южном Кавказе, поскольку они считают его природным музеем пшеницы, так как здесь произрастает большое число разнообразных ее дикорастущих и культурных сортов.

Между тем, в настоящее время разнообразие сортов пшеницы постепенно сокращается, поэтому весь мир должен заняться сохранением таких важных ресурсов. Богатая коллекция дикорастущих видов и культурных сортов пшеницы, представленная преимущественно местными видами и популяциями, хранится в генных банках Южного Кавказа при минимальной финансовой

поддержке. Всё это – заслуга местных ученых, результат их преданности своему делу, любви к науке и сельскому хозяйству. К примеру, Институт генетических ресурсов Национальной академии наук Азербайджана хранит, исследует, воспроизводит, защищает и эффективно использует около 2500 видов растений.

Пшеница не просто хранится в генетических коллекциях, но до сих пор выращивается мелкими фермерами для производства такого хлеба, какой они хотят потреблять, и для адаптации пшеницы к фермерским методам возделывания.



Многообразие пшеницы дает большие возможности для ее использования. Из муки сорта зандури получается особенно мягкий хлеб, а длинные стебли пшеницы используются для теплоизоляции домов. >> Справа: сорт дика способен расти во влажных условиях и может стать очень ценным для адаптации к изменениям климата

Зандури

В течение многих веков люди разрабатывали способы использования генетического потенциала пшеницы на каждой стадии ее эволюции. Древние деревянные щипцы *шамкви*, обнаруженные в Грузии, были изготовлены для сбора урожая мягкой пшеницы зандури с крайне ломким колосом.

Зандури – вид пшеницы, отобранный местными общинами западной Грузии, которые высоко ценили этот сорт не только как элемент рациона, но и как материал для утепления своих жилищ. Благодаря длинным и сильным стеблям этот сорт пшеницы использовался для изготовления соломенных циновок, которые подкладывали под крышу в качестве дополнительного утеплителя.

Несмотря на то, что этот сорт произрастает только в Грузии, его можно использовать для систем земледелия, основанных на нулевой обработке почвы. Для таких систем необходимы остатки соломы для укрывания и предотвращения эрозии почвы в период между сбором урожая и следующим посевом. Более того, мука из пшеницы зандури богата крахмалом, а хлеб из нее получается мягким и может долго храниться. Это качество ценится потребителями, поскольку сокращает потребление энергии, необходимой для сохранения хлеба. В настоящее время лишь немногие фермеры выращивают местные сорта пшеницы (в том числе зандури), главным образом, из-за недостатка семенных ресурсов и отсутствия стратегий, предусматривающих использование культур, адаптированных к условиям своих экосистем.

Дика

Многие фермеры Южного Кавказа выращивают пшеницу в горных регионах с влажным климатом. Фермеры заметили, что в таких условиях пшеница прорастает вскоре после созревания, теряя при этом свою питательную и рыночную ценность. Чтобы справиться с этой проблемой, они выбрали сорт пшеницы под названием дика (*Triticum ibericum*), который созревает раньше при более низких температурах и хорошо развивается даже во влажных условиях, что делает его подходящим для выращивания в горных регионах с влажным климатом. Даже при жатве этого сорта в период сырой погоды, семена не прорастают.

Долис пури

Фермеры научились превращать отрицательные свойства в положительные. Долис пури – грузинский сорт мягкой пшеницы, имеет два недостатка: во-первых, он легко полегает под действием ветра, а во-вторых, при определенных влажности и температуре он быстро прорастает после обмолота. Однако граду и сильному ветру сложно отделить пшеничные зерна от колосьев. Раньше этот фактор считали недостатком, поскольку он делал процесс обмолота (с использованием тяжелого цепа или *кеври*) трудоемким. Однако во времена войн этот недостаток превратился в преимущество. Фермеры не могли решить, когда им собирать урожай, и зачастую им приходилось ждать. В таких случаях они чаще всего выбирали для выращивания сорт Долис пури по тем же причинам, по которым они избегали его в мирное время.

Ипкли

Ипкли – это озимый сорт пшеницы, выращиваемый в западной Грузии, преимущественно во влажных районах. Этот сорт обладает высокой устойчивостью к грибковым заболеваниям и адаптируемостью к неплодородной почве во влажных условиях. Этот сорт также дает устойчивый урожай. Цвет его крупных зерен может быть красным или белым, а получаемая из этого сорта мука отлично подходит для выпечки хлеба.





Хулуго

Этот яровой сорт выращивают в высокогорных районах западной Грузии и в Кахетинском регионе восточной Грузии, где также выращивают пшеницу дика. Он отличается высокой устойчивостью к грибковым заболеваниям и плотным колосом, однако чувствителен к изменениям температуры. Хулуго богат растительным белком и хорошо подходит для выпечки хлеба.

Эммер

Этот вид обладает высокой устойчивостью к грибковым заболеваниям и легко приспосабливается к бедным почвам как в сухой, так и во влажной среде. Из его муки пекут ароматный хлеб, который остается свежим в течение долгого времени. Раньше эммер использовали для религиозных церемоний, особенно для приготовления особого блюда под названием *коркоти*. Эта традиция широко распространена до сих пор, однако *коркоти* теперь готовят из любого сорта пшеницы. Во всех фермерских хозяйствах готовят *коркоти* по особым праздничным дням. Эммер и *коркоти* упоминаются в одном из древнейших грузинских литературных источников «Житие святого Григола Хандзтели», автором которого является Гиорги Мерчулэ (VI век н. э.). Информацию о пшенице эммер и *коркоти* можно также найти в других древних грузинских литературных и исторических трудах.

Нурлу-99

Этот сорт был выведен методом индивидуальной селекции зародышевой плазмы в Международном центре селекции пшеницы и кукурузы/Международном центре сельскохозяйственных исследований в засушливых районах (CIMMYT/ICARDA). Сорт является высокопродуктивным и устойчивым к заболеваниям, полеганию и осыпанию. Высота растения достигает 70–80 см. Этот сорт ранозревающий. Колосья этой пшеницы прямостоячие. Разновидностью этой пшеницы является грекум. Белые колосья цилиндрической формы имеют средний размер и густоту. Чешуя имеет овальную форму и белые, слабо очерченные ости среднего размера. Потенциальный урожай составляет 8–9 т/га.

На Опытно-селекционной станции в Асурети сохраняются и селекционируются многие сорта пшеницы. Сорт ипки высоко ценится за устойчивость к грибковым заболеваниям



Хлеб является связующим звеном между продовольственным сектором, природой и сферой общественной и религиозной жизни.
Вверху: традиционный армянский танец после первого урожая пшеницы. Внизу: большая печь, в настоящее время работающая на электроэнергии, построенная в основании Сионского собора в Тбилиси





Два этапа обработки пшеницы в селе Мусачан, Армения: промывка в пресной воде (слева) и ручной обмолот (справа)

С ПОЛЯ НА СТОЛ

На Кавказе конец жатвы и начало молотбы сопровождается в селах большими праздничными церемониями с традиционными песнями и танцами. Жатва проходит в конце июля. Спелая пшеница собирается в мешки, которые складывают во дворе каждого дома. Через две недели начинается молотба, зерно промывают и оставляют сушиться перед тем, как сложить его в специальных хранилищах – амбарах.

Зерно перемалывают, не отделяя отруби, для получения муки из цельного зерна. В сельской местности Кавказа до сих пор можно встретить семьи, которые используют ручные мельницы для получения небольшого количества муки по мере необходимости.

В 1991 году, во время энергетического кризиса в регионе, по всему Кавказу вновь заработали мельницы для получения муки. Среди них были и водяные мельницы, такие как в армянском селе Агнер, где проживает 1000 жителей.

В Армении муку из цельного зерна используют для выпечки плоского хлеба, называемого лаваш, который можно в высушенном виде хранить целый год. Перед употреблением хлеб нужно смочить водой. Этот метод сделал лаваш популярным среди путешественников. До сих пор этим пользуются пастухи, которые на лето уводят свой скот в горы. В старой армянской пословице воздается хвала хлебу: «тот, кто ест мало хлеба, наврное, болен».



Пшеница может храниться много месяцев в деревянных бочках, что обеспечивает запас продовольствия на длительный срок (слева). Деревенские водяные мельницы используются каждой семьей для изготовления собственной муки (справа)

Сегодня армянские общины продолжают выпекать традиционный лаваш. За 12 часов работы два-три человека могут выпечь примерно 300 лавашей. Этого количества достаточно, чтобы обеспечить всю семью на несколько дней и продать какую-то часть на рынке.

Лаваш также является национальным азербайджанским хлебом. Этот способ выпечки хлеба был придуман кочевыми племенами скотоводов, которые перед очередным переселением готовили лаваш про запас на три-четыре месяца. Этот хлеб по-прежнему употребляют во всех регионах Азербайджана. Высококачественный лаваш делают из твердой пшеницы, которая выращивается в Азербайджане на протяжении

веков. Лаваш едят с сыром, маслом, сухим творогом, овощами и иногда с мясом, которое заворачивают в лаваш. Лаваш с овощной начинкой готовят на железном противне *сак* для выпечки хлеба и едят со свежим сливочным маслом, которое сбивают в полой колоде – *нехре* – высотой около 1,5 м.

В Азербайджане надземная печь называется *тандыр*. Ее делают из смеси материалов: серую глину, сено, конский навоз и козью шерсть кладут в кадку, перемешивают с водой и оставляют на открытом воздухе в течение 40 дней, пока смесь не станет пригодной для сооружения свода печи высотой 50–70 см с открытым верхом. Когда свод готов, поверхность обрабатывают гладким предме-



Ароматный каравай хлеба на столе – результат длительного процесса, начиная с хранения семенного зерна и его сортировки и заканчивая сбором урожая. Южный Кавказ можно назвать природным музеем пшеницы благодаря большому числу растущих там диких и культурных видов. Приготовление *хачапури*, типичного грузинского блюда из хлеба и сыра (слева)

том для придания твердости и формы. На дне печи есть отверстие для доступа воздуха при горении дров.

При горении верхнее отверстие закрыто заслонкой, и печь горит ярким пламенем до тех пор, пока угли не побелеют. Это означает, что печь достигла нужной температуры для выпечки хлеба. Перед тем как заложить хлеб в печь через верхнюю часть, стенки печи обрызгивают раствором воды с солью, чтобы хлеб, который прилепят к своду печи, не подгорал во время выпекания.

Тандыр используется не только для выпекания хлеба. В нем также готовят различные вкусные блюда, в том числе и мясные. Такие блюда называются *тандыр хораклари*.

В Грузии печь для выпекания лаваша называется *тонэ*. Поскольку печь сооружают на земле, она легка в использовании. Одну из таких печей можно увидеть рядом с собором XVII века в Тбилиси. Здесь пекари готовят *джурис пури* – хлеб в форме толстого лаваша. Существуют также другие виды печей для выпекания хлеба. У одной из таких печей есть два отверстия: одно для дров и другое для хлеба. Дополнительное отверстие в печи можно использовать для создания большей тяги воздуха, когда огонь начинает угасать, что позволяет пекарю лучше контролировать температуру. Такой вид печи, в частности, подходит для приготовления знаменитых грузинских хлебных изделий с сыром – *хачапури*.







Южный Кавказ богат летними пастбищами, что дает возможность для производства различных видов качественного сыра и других молочных продуктов. Для того чтобы сохранить это производство и тем самым средства к существованию сельских жителей, важно поощрять мелкомасштабную переработку и распределение безопасных пищевых продуктов

МОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ

Овцы, козы, коровы и буйволицы на Южном Кавказе традиционно используются для получения молока. В каждом регионе до сих пор производят свои характерные для этой местности молочные продукты, которые продаются на местных рынках и высоко ценятся местным населением. Большую часть сыров делают летом, когда животные пасутся на лучших пастбищах и пользуются лучшими кормовыми ресурсами.

Значение сыра в культуре народов Южного Кавказа иллюстрирует традиционная азербайджанская клятвенность: «Клянусь хлебом и сыром».

Ниже даны примеры традиционных молочных продуктов, распространенных на Кавказе.



Фото: С. Катанов



Важнейшее значение имеет связь между производителями и потребителями для обеспечения того, чтобы сельское хозяйство удовлетворяло потребности как фермеров (в сохранении и поддержании источника дохода, работы и земли), так и потребителей (в достаточном количестве полезных и разнообразных продуктов питания по приемлемым ценам). Молочные продукты, такие как йогурт и творог, широко распространены на всем Южном Кавказе. Их можно употреблять в свежем виде или заготавливать на зиму

ЙОГУРТ

Кисломолочный йогурт очень популярен и называется *катык* в Азербайджане, *мацун* в Армении и *мацони* в Грузии. Для приготовления такого йогурта молоко варят и сбавивают. Приблизительно 100 см³ скисшего йогурта добавляют в 10 л молока, затем накрывают крышкой, чтобы молоко медленно остыло. Вместо скисшего йогурта можно использовать *макардахот* (подмаренник – *Galium L.*). Степень кислотности продукта зависит от количества фермента, температуры молока и температуры воздуха. Йогурт можно пить отдельно или добавлять в другие блюда вместе с чесноком, добавлять к *долме*, приготовленной на пару зелени и т. д. Его используют для приготовления армянских блюд *мацнапур* и *мацнабрдош*. Масло и *тан* получают, взбивая *мацун* в маслобойке. Для того чтобы сохранить *мацун* на зимний период, его обычно процеживают и помещают в глиняные горшки, которые закрывают куском кожи. Иногда сливки *мацуна* также сохраняют на зиму. В Азербайджане йогурт, сделанный из овечьего молока, считается лучшим. Также делают *сузма катык*, разновидность йогурта, процеженного через марлю.

ТВОРОГ

В Азербайджане готовят соленый творог, который называется *шор*. Для этого свежий творог кладут в вывернутый наизнанку мешок из овечьей шкуры (меховой стороной внутрь) и добавляют кипяток и соль. Мешок закрывают, а содержимое смешивают. Затем мешок оставляют на земле в темном сухом месте, а творог, постепенно высыхая, загустевает – тогда он готов к употреблению.

В Армении (в Суникском, Ширакском и Тавушском районах) творог получают в процессе варки пахты. Как только начинается створаживание, сыворотку взбивают, получая кусочки творога, которые оставляют для затвердевания в *чортан*. Затем продукт при необходимости регидратируется, принимая нормальную форму. Это важнейший продукт питания, который часто использовался в прошлом, а теперь мог бы стать хорошим дополнением к быстрым деловым обедам.



Сыр изготавливают из коровьего, овечьего, козьего или буйволового молока. Пакиса Абдуллазаде делает популярный вид сыра, называемый *шян-шян*. На следующем развороте: г-жа Гиголашвили делает плетеный сыр *чечил*

СЫР

На Южном Кавказе сыр до сих пор делают с использованием особых местных видов сычужного фермента. Например, в окрестностях города Куба в Азербайджане часть желудка ягненка (сычуг) промывают, покрывают солью, рисом и пшеницей, высушивают, а затем добавляют в молочную сыворотку в глиняном кувшине.

Волокнистый сыр *чечил* очень популярен в Армении и Грузии. Коровье молоко оставляют приблизительно на три часа в Армении и на 24 часа в Грузии для скисания, добавляя в него ферменты, под действием которых через 10–15 минут осаждается сырная масса. Оставаясь в сыворотке, творожный сыр постепенно собирается в один комок, из которого в ходе основной части процесса производства будет изготавливаться волокнистый сыр – плетенка. Когда плетенка готова, сыр вынимают из сыворотки и оставляют на воздухе на 10–15 минут. Затем сыр солят и кладут под деревянный гнет на 2–3 дня перед тем, как заложить в кувшин на хранение (иногда добавляют душицу). В этих сосудах сыр можно хранить при комнатной температуре около года.

В Армении производят зеленый сыр с плесенью, который чем-то похож на французский сыр рокфор. Его делают из плетеного и деревенского сыра. Куски сыра помещают в глиняные горшки и засаливают. Затем в горшках делают отверстия для поступления воздуха для образования плесени.

Армянский сыр с «глазками» (отверстиями) *анкаш панир* получают методом створаживания коровьего молока. В Азербайджане сыр под названием *шян-шян*, тоже с «глазками», получают путем смешивания сыворотки с мукой. Затем массу кладут на плиту и переворачивают несколько раз, пока не появятся «глазки».

Также следует упомянуть о некоторых сортах мягкого сыра. В Грузии мягкий сыр *сулугуни* делают из обычного или полусозревшего сыра, едят отдельно или используют при приготовлении некоторых блюд (например, при приготовлении *хачапури*). Сыр нарезают тонкими ломтиками (толщиной около 1 см), кладут в горшок с горячей водой, и как только он размякнет, его помещают в форму, где с него стекает вода, и сыр твердеет.

Типичным сортом мягкого сыра в Азербайджане является сыр *пендир*. Для его приготовления варят цельное молоко (не обезжиренное). Примерно через полтора часа добавляют творог, и створоженный сыр делят на небольшие части. Затем сыр кладут в полотняные мешки. Чтобы сохранить мягкость сыра как можно дольше, в некоторых регионах его обмазывают творогом.

Закопанный сыр похож на сыр *мотал*. Измельченные и посоленные ароматические травы (мята, чабрец) смешивают с массой жирного сыра, кладут в глиняные горшки и накрывают марлей. Горшки переворачивают, чтобы сцедить жидкость. Наконец, наполненные сырной массой горшки закапывают в землю и держат там до конца осени.







**ПОДДЕРЖКА
ПРОИЗВОДСТВА И
ХРАНЕНИЯ СЫРА МОТАЛ
В ГОРНЫХ РАЙОНАХ
ЮЖНОГО КАВКАЗА**

Мотал – сыр, который на всей территории Южного Кавказа получают из овечьего или козьего молока или их смеси.

Его обычно хранят в глиняных горшках или бурдюках. В горных регионах этот сыр делают пастухи, которые имеют от 40 до 150 коз в условиях сурового климата, территориальной отдаленности и ограниченности финансовых ресурсов. Поэтому они часто продают сыр напрямую

потребителям или через предпринимателей сразу из рассола без выдерживания в глиняных горшках, как того требует традиционный метод.

За последние несколько лет в Армении было запущено несколько проектов, направленных на то, чтобы

армянские производители налаживали сотрудничество, улучшали методы сыроделия и оборудование, могли получать санитарные сертификаты для продажи своей продукции на внутреннем и внешнем рынках, сохраняя при этом традиционные методы производства.



ВИНО

Виноград, или *Vitis vinifera*, был первым окультуренным видом растений. Южный Кавказ и Исламская Республика Иран считаются основными центрами его возделывания. В результате естественной гибридизации диких и культурных форм появляются новые культурные сорта.

Ряд археологических находок свидетельствует о важной роли вина в сельском хозяйстве Южного Кавказа. Наибольший интерес представляют найденные при археологических раскопках семена винограда. Согласно результатам морфологического и ампелографического анализов, семена, найденные при раскопках в Шулавери в Грузии, идентичны семенам современных культурных сортов винограда *Vitis vinifera* L.

Семена, датируемые пятым-шестым тысячелетиями до н. э., являются древнейшими не только для Грузии, но и для всей Евразии. Результаты археологических раскопок также доказывают, что Грузия является генетическим центром происхождения винограда и что семь-восемь тысяч лет назад в этом регионе были признаки земледелия, в том числе виноградарства.

Факты виноградарства в Армении упоминаются в месопотамской эпической поэме о Гильгамеше, написанной примерно 2 тыс. лет до н. э. В VII веке до н. э. греческий историк Геродот описывал, как шиитский царь Мади совершил набег на территорию современного Азербайджана, чтобы украсть производимое там вино, слава о котором дошла до вавилонян.

О важной роли вина на Кавказе свидетельствуют древние традиции хранения вина в закопанных в землю кувшинах, а также богатое разнообразие зародышевой плазмы винограда (*Vitis*) в регионе.

В настоящее время на Кавказе существует множество крупных и мелких винных заводов, производящих огромное разнообразие вин разных сортов, а армянский коньяк известен во всем мире.

В западной Грузии в верховьях реки Риони раскинулся небольшой живописный регион Рача. По сей день благодаря существованию географической и этнографической границы жители Рачи сохранили свой язык, народные традиции и особенности образа жизни.



Дыня шамам, виноград и изюм на рынке Маштот. Южный Кавказ считается центром происхождения винограда. Разнообразие древних/фермерских сортов уменьшилось, но многие местные сорта до сих пор встречаются на семейных приусадебных участках. <<Слева: свежесобранный виноград из Шемахинского района

С древних времен на плодородных полях и берегах рек развивались полеводство и виноградарство. В лесах этого региона произрастает множество видов дикого винограда. Ручной труд играет здесь значительную роль, и до сих пор соблюдаются древние правила виноградарства и земледелия.

В этом регионе население всегда культивировало высококачественные сорта винограда и сохранило собственные правила выращивания винограда и виноделия. Даже сегодня люди используют старинные сельхозорудия для культивирования винограда, такие как сучкорезы, топоры и короба для переноски винограда – *саласто*,

гидели, *хахали* и *годори*; старинные мерные сосуды для вина – бочки или *дора*; кожаные меха для транспортировки вина – *тхиери*; а также кубки и чаши для вина из дерева, рога, глины, стекла, тыквы, золота и серебра. Крестьяне строили специальные помещения из камня и дерева для хранения вина, так называемые *марани* (винные погреба).

Сулхан Саба Орбелиани говорил: «*Марани* – это дом вина». В этих погребах находятся закопанные в землю глиняные кувшины (*чури* или *квеври*), в которых хранят вино. В нижней Раче на правом берегу реки Риони находится маленькая зона качественных виноградников и вина.



Здесь делают вино «Хванчкара», одно из первых в мире вин с естественной сладостью. Рачинские крестьяне – несравненные мастера виноградарства и виноделия. Из-за недостатка земли крестьяне в Раче сеяли в виноградниках кукурузу, бобы и тыкву.

Немецкий ученый Гюльденштедт (XVIII век) отмечает, что «виноградники в Раче являются одновременно и садами».

Чаще всего высаживались персиковые деревья, поскольку они имеют небольшой размер и не затеняют виноград. По краям виноградников население выращивало сливы, груши и яблони.

Немецкий исследователь А. Петтшольдт (XIX век) дает самую высокую оценку работе рачинских крестьян в своей книге «Записки о кавказском виноделии», опубликованной в 1875 году. Опытным путем крестьяне классифицировали сорта вин по зонам в зависимости от периода созревания.

Будет жаль, если богатые знания, сохранившиеся у местных жителей, будут утеряны вместе с традиционными способами защиты и возделывания склонов, сохранения некоторых высококачественных местных сортов винограда, которые сегодня находятся под угрозой исчезновения.



Виноград широко распространен на Южном Кавказе. Он употребляется как в свежем, так и в переработанном для хранения виде. Для того чтобы сохранить свою устойчивость, сельскохозяйственная производственная система должна адаптироваться к изменениям, которые происходят не только в окружающей среде, но и в экономических и социальных условиях





ТОСТ

На Южном Кавказе традиция тостов пережила политические и социальные изменения. Существуют правила для произнесения тостов, которыми руководствуется тамада – «мастер тостов». Каждый бокал вина может быть выпит присутствующими только после того, как один из гостей скажет тост на тему, выбранную тамадой. Эта традиция очень популярна, и о ней сложено множество историй, как например история о «последнем тосте», в которой гостям желают безопасно добраться до дома.

Мужчина отказался пить последний тост, так как боялся, что опьянеет и заблудится по дороге домой. Он попрощался и уехал на своем осле. Он был уже почти дома, как вдруг зацепился за стальную проволоку, натянутую поперек дороги, и упал на землю. Он сразу подумал, что это случилось из-за того, что он отказался выпить последний стакан вина, поэтому решил вернуться и сказать надлежащий последний тост. Когда он уехал снова, был действительно пьян. К тому времени, когда он доехал до места, где зацепился за проволоку, он



В Армении и Грузии традиция тостов имеет давние установленные правила. Тамада определяет, за что каждый из гостей должен предложить выпить бокал

уже совершенно забыл о ней, но он сидел на спине у осла так низко наклонившись, что в этот раз спокойно проехал под проволокой. Он сразу же заметил, что избежал опасности и воскликнул: «Это правда! Никогда не нужно отказываться от последнего тоста!»

Значение этой традиции подтверждается тем, какое внимание уделяется в социокультурной литературе тому, как нужно вести себя за столом. Традиция произведения тостов в Грузии отражена в книге «Антология

грузинской поэзии». Ниже представлена первая строфа стихотворения о тосте, которое написал поэт Иосиф Гришашвили.

Тост

*За тебя, Новый Год,
я пью из серебряного отцовского кубка.
За твоё здоровье!
Прошу принять пожелания сынов сердца,
чистых как жемчуг.*



Южный Кавказ – это кладовая биоразнообразия дикого и культурного винограда. Улучшенная политика и эффективные соглашения должны быть направлены на сохранение и использование этих ценных ресурсов [*Источник:* МИНИСТЕРСТВО ВКУСОВОЙ ПРОМЫШЛЕННОСТИ СССР. 1946. *АМПЕЛОГРАФИЯ СССР*, СОСТАВИТЕЛИ ПЕРВОГО ТОМА: I. ЧЛЕН-КОРРЕСПОНДЕНТ АКАДЕМИИ НАУК СССР II. А. БАРАНОВ Я. Ф. КАИ, М. А. ЛАЗАРЕВСКИЙ, ПРОФ. А. М. НЕГРУЛЬ, ПРОФ. И. В. ПАЛИБИН, ПРОФ. Н. Н. ПРОСТОСЕРДОВ. ГОСУДАРСТВЕННОЕ ТЕХНИЧЕСКОЕ И ЭКОНОМИЧЕСКОЕ ИЗДАТЕЛЬСТВО, ПИЩЕПРОМИЗДАТ. МОСКВА.]



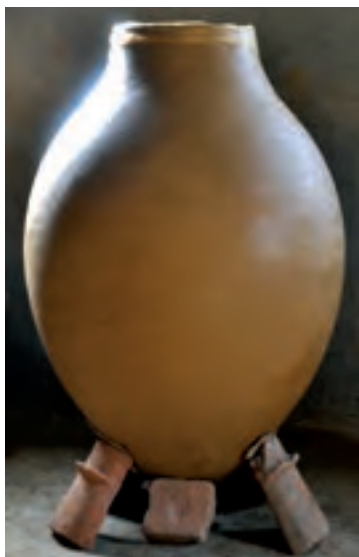


Фото: В. Борджанелли



Фото: В. Борджанелли



Фото: В. Борджанелли



Фото: В. Борджанелли

ВИНОГРАДАРИ СОЛИКО ЦАИШВИЛИ И РАМАЗ НИКОЛАДЗЕ

*Солико Цаишвили,
Рамаз Николадзе и
Валерио Борджанелли Спина*

С незапамятных времен виноград и вино были распространены по всей территории Грузии, оказывая влияние на повседневную жизнь и находя отражение в религии, искусстве и фольклоре. Для жителя Грузии равнина – это местность, где растет виноград, а горы начинались там, где виноград выращивать невозможно. Хотя Грузия маленькая страна, климат и почвы этой страны удивительно богаты и разнообразны, что объясняет наличие более 500 различных сортов винограда, каждый из которых отлично приспособлен к своему месту происхождения.

Солико Цаишвили рассказывает: «Я – доктор филологии и с 1998 по 2003 год работал редактором журнала «Литература и искусство». Я также являюсь переводчиком с немецкого и русского языков.

Виноделие уже давно стало моим хобби. Свое первое вино я сделал в 1987 году и занимался производством вина со всей страстью и любовью, пока мне не исполнилось 42 года в 2003 году. Тогда я решил совершенно изменить свою жизнь, бросить свою увлекательную карьеру и целиком посвятить себя виноградарству и виноделию.



Фото: В. Борджанелли



Фото: В. Борджанелли

Основным событием, повлиявшим на принятие этого решения, была встреча с производителем вина Георгием Тушмалишвили, который поведал мне секреты выращивания винограда и его возможности.

С тремя друзьями я купил дом с виноградником на гектаре земли в Кахетинском районе на востоке Грузии. Я до сих пор ясно помню тот майский день. Тогда я в первый раз увидел цветение винограда в непосредственной близости. Затем практически на моих глазах цветы превратились в крошечные мягкие семена. Немного позже эти зеленые, слабо держащиеся, хрупкие зернышки превратились в красивые кисти винограда сортов Ркацители, Саперави, Мцване и Хихви.

Незаметно наступила середина сентября, и, следуя многовековому примеру наших предков, мы стали отжимать наш

урожай – тяжелые, здоровые, сладкие гроздья – в *квеври*, огромные глиняные кувшины, закопанные глубоко в землю. Следуя правилам, положенным нашими предками, мы добавили немного кистей и выжимок винограда в то, что должно было стать белым вином, и только выжимок в то, что должно было стать красным.

Несмотря на то, что мы совсем не добавляли дрожжей, через короткий промежуток времени сок начал бродить в горшках. Все, что происходило, было удивительно! Мы не пытались удобрять почву какими-либо химическими удобрениями или современными добавками. Брожение проходило довольно ровно, не слишком быстро и не слишком медленно, что определенно объясняется использованием *квеври* – этого замечательного глиняного изобретения. Закопанные глубоко в землю эти овальные амфоры создают идеальные

условия для естественного брожения. Со своей стороны, конечно, мы способствовали процессу.

Как и наши предки мы перемешиваем сок специальной длинной палкой четыре-пять раз в день, чтобы не дать выжимкам задерживать ненужные и нежелательные газы на дне.

Примерно через три недели брожение закончилось, *квеври* были наполнены доверху и закрыты плотно, но не герметично, так как вскоре должна начаться вторая стадия. В декабре *квеври* были надежно запечатаны, а сверху них положен толстый слой почвы. Следующие три месяца прошли в напряженном ожидании. И только в марте мы смогли попробовать результаты нашего напряженного труда.

Оба вида вина – белое и красное – имели насыщенный ярко выраженный аромат и консистенцию и были необыкновенно вкусными. У белого вина был огненный оттенок, а у красного – цвет спелого граната. Сделав по одному-два глотка, мы поняли, что хотим еще. И мы выпили еще, а потом мы много пели. Нам это понравилось. Когда я проснулся утром, я понял, что стал настоящим виноградарем и виноделом буквально за ночь!»

Рамаз Николадзе работает телохранителем в Службе безопасности Европейского союза, он рассказывает: «Мои предки выращивали виноград в

селе Нахширгеле Имеретинского района, поэтому натуральное вино было неотъемлемой частью моего региона и моей семьи. Они выращивали такие сорта винограда, как Цицка, Цоликаури, Крахуна, Дзвелшави и Аладастури. У себя во дворе они закапывали *квеври*, еще у них были *марани* (винные погреба).

Когда я попробовал настоящее натуральное вино, сделанное в *квеври* в горном селе, я решил, что сам должен использовать *квеври* для производства вина. Я изучил современную литературу по энологии и поговорил со стариками о традиционных методах виноделия. Я тщательно вымыл старый, брошенный *квеври* и покрыл воском его внутреннюю поверхность. Я подавил виноград ногами и залил сок в *квеври* без добавления дрожжей. Но я не последовал совету своих старейшин и дал брожению пройти без выжимок. Вино было отличным, но не идеальным.

Тогда на следующий год я добавил в виноградный сок немного выжимок, а затем увеличил их количество до 6 процентов, как делали в прошлом, и оставил сок настаиваться на четыре месяца. В результате я получил отличное некислое вино ярко-золотистого цвета.

В 2004 году я был приглашен на встречу «Терра Мадре», проводившуюся международной организацией «Слоу фуд», где собрались фермеры со





всего мира, чтобы поделиться своим опытом. Я поговорил с управляющим персоналом Фонда «Слоу фуд» для защиты биоразнообразия о забытой традиции виноделия в *квеври*. Мы решили создать проект «Грузинское вино в амфорах».

В ходе работы и исследований я встретил людей, имеющих опыт работы с традиционными методами виноделия. Некоторые из них были новичками, но,

также как и я, они были полны энтузиазма. Для реализации этого проекта были отобраны десять виноделов из Кахетии и шесть из Имеретии. Мы разработали план осуществления проекта и приняли этический кодекс для каждого участника проекта. Мы не используем химических добавок и придерживаемся девиза организации «Слоу фуд»: «Вкусные, чистые и честные продукты питания».



Фото: Б. Борджanelли





6

БИБЛИОГРАФИЯ ПРОИЗВОДСТВО ХЛЕБА, СЫРА И ВИНА

- Абдуллаев И.К.** 1981. *Проблемы генетики и селекции винограда в Азербайджане*. Баку, «Элм». 75 с.
- Айвазян П.К., Айвазян Г.П.** *Новые сорта винограда, выведенные Армянской сельскохозяйственной академией*. 13 с. Авторская рукопись.
- Акпаров З.И., Мамедов А.Т.** 2007. Информационная система по генетическим ресурсам растений Азербайджана. *Известия НАНА (биологические науки)*, 3/4: 35–48. Баку, «Элм». [на азербайджанском языке]
- Акпаров З.И., Мамедов А.Т.** 2007. Информационная система по генетическим ресурсам растений Азербайджана. Электронный научный журнал «Современные проблемы науки и образования». №6 (ноябрь–декабрь). Москва. http://www.science-education.ru/download/2007/06/2007_06_01.pdf
- Алиев Д.А.** 2006. Селекция пшеницы в Азербайджане. *Известия НАНА (биологические науки)*, 3/4: 3–32.
- Аманов М.В.** 1998. *Дикорастущий виноград Азербайджана*. Баку. 266 с.
- Бабаев Т.А.** 1988. *Азербайджан – древний край виноградарства*. Баку. 86 с.
- Браилашвили Н.** 1990. *Этнография Грузии*. Тбилиси, «Хеловнеба». 179 с. [на грузинском и русском языках]
- Брегадзе Н.А.** 1982. *Очерки по агроэтнографии Грузии*. Тбилиси, «Мецниереба». 167 с. [на грузинском и русском языках]
- Бурчак-Абрамович Н.И.** 1953. Дикий виноград *Vitis sylvestris* Gmel. в Восточном Кобыстане (Азербайджан). *Известия Академии наук Азербайджанской ССР*, 10: 49–52.
- Всесоюзный научно-исследовательский институт виноградарства и виноделия.** 1972. *Лучшие сорта винограда СССР*. Магарач. [на русском и французском языках]
- Гогия М.** 2001. *Все о грузинской кухне*. Донецк. 220 с.
- Гроссгейм А.А.** 1945, 1950, 1952, 1962, 1967. *Флора Кавказа*. Т. III, IV, V, VI, VII. Москва-Ленинград.
- Гроссгейм А.А.** 1949. *Определитель растений Кавказа*. Москва, «Наука». 747 с.
- Гулиев Г.А.** 1996. *Этнографические проблемы скотоводческого хозяйства Азербайджана*. Баку, «Элм». 225 с.
- Декапрелевич Л.Л.** 1954. *Виды, разновидности и сорта пшениц Грузии*. Труды Института полеводства. Т. VIII.
- Дорофеев В.Ф.** 1972. *Пшеницы Закавказья*. Ленинград. 202 с.
- Кедзиховели Н.Н.** 1948. *Культурные винные сорта в регионах Гурии, Мегрелии и Абхазии*. Тбилиси, «Шрома». 325 с.
- Ломоури И.Н.** 1950. *Зерновые культуры*, с. 174–268. Т. II.
- Министр сельского хозяйства Грузии.** 1971. *Научный музей виноградарства при Институте садоводства, виноградарства и виноделия*. Тбилиси, «Мецниереба». 42 с.
- Мустафаев И.Д.** 1976. *Генофонд злаков Азербайджана и его использование в межвидовой и внутривидовой гибридизации*. Симпозиум по биологии пшеницы, посвященный 50-летней годовщине НИИЗ Армении. Эчмиадзин.
- Наскидашвили П.** 1997. *Атлас пшеницы Грузии*. 245 с. [на грузинском и русском языках]
- Наскидашвили П.** *Генетика и селекция грузинской пшеницы*. Авторская рукопись.
- Наскидашвили П., Дзидзишвили Р.** *Роль эндемичных видов в селекции и эволюции грузинской пшеницы (Triticum)*, с. 198–205. Грузинский государственный аграрный университет.
- Национальный механизм обмена информацией по генетическим ресурсам растений для производства продовольствия и ведения сельского хозяйства.** 2006. Баку. www.pgrfa.org/gpa/aze/ [на азербайджанском и английском языках]
- Негруль А.М.** 1973. *Ампелография Азербайджанской ССР*. Баку. 402 с.
- Пруидзе Л.А.** 1974. *Виноградарство и виноделие в Грузии*. [на грузинском языке]
- Рамишвили М.А.** 1986. *Ампелография*. [на грузинском языке]
- Роллов А.Х.** 1908. *Дикорастущие растения Кавказа, их распространение, свойства и применение*. Тифлис, Кавказский филоксерный комитет. 600 с.
- Сулаквелидзе Т.П.** 1988. *Грузинские блюда*. Тбилиси, «Сабчота Сакартвело». 353 с.
- Увезян С.** 1974. *Кухня Армении*. (переиздано в 2004 г.)
- Церцвадзе Н.В.** 1987. *Классификация культурного винограда Грузии*. Ереван. 52 с.
- Элкана.** 2008. *Грузинские сорта винограда*. Ч. I. Грузинская ассоциация биологических хозяйств (Элкана).
- Borrini, T.** 1958. *Segreti della frutta*. Turin, Italy, Minerva Publishers. 208 pp.
- Goldstein, D.** 1999. *The Georgian feast: the vibrant culture and savory food of the Republic of Georgia*. Berkeley and Los Angeles, USA, University of California Press.
- Maqashvili, A.** 1991. *Lexicon botanicum (Nomina plantarum)*. 3rd ed. Tbilisi, Metsniereba Publishers. 246 pp.
- Second National Report.** 2006. *The State of Plant Genetic Resources for Food and Agriculture*. Baku. <http://www.pgrfa.org/gpa/aze/azerbaijan2.pdf>

ОБЪЕДИНЯЯ ПРОИЗВОДИТЕЛЕЙ И ПОТРЕБИТЕЛЕЙ

ТРАДИЦИОННЫЕ МЕТОДЫ ПРОИЗВОДСТВА ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ В РЕГИОНЕ НАХОДЯТСЯ ПОД УГРОЗОЙ НЕБЛАГОПРИЯТНОГО ВОЗДЕЙСТВИЯ СОЦИАЛЬНО-ЭКОНОМИЧЕСКИХ, ПРАВОВЫХ И ЭКОЛОГИЧЕСКИХ ФАКТОРОВ. В ЦЕЛЯХ СОХРАНЕНИЯ ЦЕЛОСТНОСТИ СЕЛЬСКОХОЗЯЙСТВЕННОЙ СИСТЕМЫ ВАЖНО РАБОТАТЬ СО ВСЕМИ ЭЛЕМЕНТАМИ ЦЕПОЧКИ ОТ ПРОИЗВОДИТЕЛЕЙ ДО ПОТРЕБИТЕЛЕЙ, А ИМЕННО УДОВЛЕТВОРЯЯ ПОТРЕБНОСТИ КАК ФЕРМЕРОВ (В СОХРАНЕНИИ И ПОДДЕРЖАНИИ ИСТОЧНИКА ДОХОДА, РАБОТЫ И ЗЕМЛИ), ТАК И ПОТРЕБИТЕЛЕЙ (В ДОСТАТОЧНОМ КОЛИЧЕСТВЕ ПОЛЕЗНЫХ И РАЗНООБРАЗНЫХ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ ПО ПРИЕМЛЕМЫМ ЦЕНАМ). ЧТОБЫ ЭТО СТАЛО ВОЗМОЖНЫМ, НЕОБХОДИМО СПОСОБСТВОВАТЬ СОХРАНЕНИЮ ГЕНЕТИЧЕСКИХ РЕСУРСОВ, ПОЗВОЛЯЮЩИХ ОБЕСПЕЧИТЬ УСТОЙЧИВОЕ СЕМЕЙНОЕ ФЕРМЕРСКОЕ ПРОИЗВОДСТВО.

Необходимо разработать новые технологии в целях снижения негативного воздействия сельского хозяйства на окружающую среду, одновременно содействуя устойчивому сельскохозяйственному производству (например, используя методы, повышающие плодородие почвы, снижающие потребление воды и уровень загрязнения, а также уменьшающие выбросы парниковых газов в атмосферу).

Необходимо внедрять новые системы учета для оплаты экосистемных услуг. Существует необходимость в организации и поддержке небольших и экологически безопасных перерабатывающих предприятий, децентрализованных инвестициях и предоставлении микрокредитов фермерам.

Необходимо разрабатывать стратегии на местном уровне для создания фермерских рынков в городах и поддержать методы распределения продукции сельского хозяйства в режиме реального времени, способствуя установлению связей между производителями и потребителями. И последнее, но не менее важное: все общество должно вносить вклад в процесс сохранения особенностей местной кухни.

Необходимо разработать образовательные программы по распространению многочисленных хранимых в каждой южнокавказской семье рецептов блюд, которые требуют творческого подхода, эффективно используют множество видов и сортов, выращиваемых в регионе, чрезвычайно полезны для здоровья и очень вкусны.

