



ЕВРОПЫН АМТ

Ulaanbaatar
Улаанбаатар
2020



The “Taste of Europe” cookbook introduces readers to popular European dishes and allows you to find out what makes them so tasty and easy to cook. The book contains traditional recipes from 27 countries of the European Union. Home-cooked dishes, prepared with love, will show you the real Europe.

“Европын амт” хэмээх энэхүү хоолны ном нь Европын Холбооны улс орнуудын алдартай хоолны жоруудыг 27 улс тус бүрээр танилцуулж, тэдгээрийг хийх аргыг уншигч эрхэм танд толилуулах болно. Уламжлалт жороор хийгдэх эдгээр хоол таны зоогийн ширээг чимж, жинхэнэ европ амтыг мэдрүүлнэ хэмээн найдаж байна.

Published by the European Union Delegation to Mongolia, 2020

The book contents do not necessarily reflect the views of European Union.

Reproduction in whole or in part is prohibited without the prior written consent of the copyright owner.

Европын Холбооноос Монгол Улсад суугаа Төлөөлөгчийн газраас 2020 онд эрхлэн гаргав.

Энэхүү номд нийтэлсэн материалын агуулга, мэдээлэл нь Европын Холбооны байр суурийг илэрхийлэх албагүй болно.

Зохиогчийн эрхийг эзэмшигчээс урьдчилан бичгээр зөвшөөрөл авахгүйгээр бүхлээр болон хэсэгчлэн олшруулан хэвлэхийг хориглоно.

FOREWORD

Dear readers, dear friends,

It is with great pleasure that I introduce to you this collection of traditional recipes encompassing all 27 countries of the European Union.

The tradition of the breaking of bread has been connecting people for centuries. Sharing a meal with our families and friends is the occasion of happiness common through all cultures. When we selected the recipes for this book with the Ambassadors to Mongolia, we wanted to bring Mongolians closer to the European Union. On the pages of this book we are sharing with you a piece of the cultural heritage of the European Union. This cookbook is a celebration of community, friendship and diversity that make the European Union so unique.

My hope is that in this book you will find new favourites to share with your family and your friends, to celebrate many moments of joy and that you will have a culinary adventure to the countries of the European Union.

Ambassador / Head of the Delegation of the European Union to Mongolia
Traian Laurentiu Hristea



ӨМНӨХ ҮГ

Хүндэт уншигчид аа, эрхэм найзууд аа.

Европын Холбооны гишүүн 27 улсын нэрийн хуудас болсон амтат зоогуудыг багтаасан энэхүү номыг толилуулж байгаадаа таатай байна. Хоол бол хүн төрөлхтний физиологийн анхдагч хэрэгцээ төдийгүй гоо зүйн таашаал өгөх урлагийн бүтээл, соёлын өв билээ.

Европын Холбоо бол эдийн засаг, улс төрийн хувьд нягтарсан, харилцан бие биеэ хүндэтгэсэн, өргөн хүрээт тогтолцоо бөгөөд энэхүү хоолны номоор дамжуулан эдгээр онцлогийг хүргэж байна.

Өөртөө болон бусдад өндөр таашаал өгөх, алжаалаа тайлах, эрч хүчээ нэмэх, ур чадвараа гайхуулах амтат зоог бүтээх ТАНЫ эрхэм зорилгоо гүйцэлдүүлэх үйлсэд амжилт хүсэж энэхүү номыг өргөн барьж байна.

Амтархан зооглоорой!

Траян Лауренцю Христее

Европын Холбооноос Монгол улсад суугаа Элчин сайд бөгөөд Төлөөлөгчийн газрын тэргүүн

CONTENT АГУУЛГА

Austria Wiener Schnitzel	6	Австри Венийн шницель	6
Belgium Carbonnade Flamande - Beef Stew	8	Бельги Карбонад Фламанд - Үхрийн жигнэсэн мах	8
Bulgaria Banitsa - Pastry	10	Болгар Баница - Нарийн боов	10
Croatia Paticada - Beef Stew	12	Хорват Паштикада - Үхрийн жигнэсэн мах	12
Cyprus Afelia (Pork with Red Wine and Spices)	14	Кипр Афелиа - Улаан дарсаар амталсан гахайн мах	14
Czech Republic Svíčková - Beef Sirloin with Cream Sauce and Dumplings	16	Чех Свичкова - Зөөхийтэй сүмс, мантуутай үхрийн гол мах	16
Denmark Æblekage - Apple Trifle	18	Дани Эблекейг - Алимтай бялуу	18
Estonia Mulgikapsad - Stewed Cabbage	20	Эстони Мульгикапсад - Даршилсан байцайтай шөл	20
Finland Lamb Tenderloin with Cabbage Rolls and Pine Sprouts	22	Финланд Байцайны ороомог, нарсны найлзууртай хонины мах	22
France Quiche Lorraine	24	Франц Киш Лоррэйн - Бяслагтай бялуу	24
Germany Stollen Christmas Fruit-Bread	26	Герман Штоллен - Зул сарын бялуу	26
Greece Moussaka	28	Грек Мусака	28
Hungary Gulyás	30	Унгар Гуляш	30
Ireland Stew	32	Ирланд Ирландын уламжлалт жигнэсэн махтай шөл	32
Italy Pasta alla Norma	34	Итали Паста алла норма	34
Latvia Pīrāgi - Bacon Rolls	36	Латви Пираги - Гахайн утсан махтай бөөрөнхий талх	36
Lithuania šaltibarščiai - Cold Beet Soup	38	Литва Шалтибаршкai - Хүрэн манжинтай шөл	38
Luxembourg Gromperekichelcher - Potato Pancakes	40	Люксембург Хромпелкихершер - Төмсний бин	40
Malta Kwareżimal - Almond Biscuits	42	Мальта Кварезимал - Бүйлс самартай жигнэмэг	42
Netherlands Erwtensoepe - Pea Soup	44	Нидерланд Эртенсуп - Вандуйтай шөл	44
Poland Pierogi - Dumplings	46	Польш Пироги - Банш	46
Portugal Faryfias com Crème - Dessert	48	Португал Кремтэй суфле - Десерт	48
Romania Papanași - Doughnut Pastry	50	Румын Папанаши - Хөөмөл боов	50
Slovakia Bryndzové halušky - Potato Noodles with cheese	52	Словак Брынза халушки - Бяслаг, төмстэй гоймон	52
Slovenia Kobarid Dumplings	54	Словени Кобарид банш	54
Spain Tortilla	56	Испани Тортилла - Төмстэй бин	56
Sweden Kanelbullar - Cinnamon Buns	58	Швед Канелбулар - Шанцтай хуйлмал боов	58





AUSTRIA

WIENER SCHNITZEL



WIENER SCHNITZEL

Ingredients:

4 (140g) veal cutlets (or chicken or pork cutlets, pounded to 0.6-0.7 cm thickness)
1/4 cup all-purpose flour
1/2 teaspoon salt
2 eggs (large and well beaten)
1/2 cup breadcrumbs
Oil or lard (for frying, lard is traditional)

1. Pound the meat thinly, place the cutlet between sheets of plastic wrap for an easier washing up.
2. Pound the meat evenly to 0.6-0.7 cm thickness for best results.
3. To bread the schnitzels, set up 3 shallow dishes: place the flour and salt in one dish, the eggs in the second dish, and the breadcrumbs in the third dish.
4. In a large skillet, heat at least 0.6-0.7 cm of oil to 180°C (350 F).
5. Working one at a time, dredge cutlets first in flour until the surface is completely dry.
6. Dip in egg to coat and allow the excess to drip off for a few seconds.
7. Then roll quickly in the breadcrumbs until coated. Do not press the breadcrumbs into the meat. The crust should not adhere completely but form a loose shell around the schnitzel.
8. Immediately place meat in the pan with the hot oil. Do not crowd the pan. Cook the schnitzel in batches, if necessary.
9. Fry the schnitzel for 3 to 4 minutes on one side. Make sure the breaded meat "swims" in fat.
10. Turn them over once and fry an additional 3 minutes or until both sides are golden brown. Remove from the pan and allow the oil to drain off.
11. Wiener schnitzel is traditionally served with lemon slices and a green salad, potato salad, or cucumber salad and sometimes with French fries.

ВЕНИЙН ШНИЦЕЛЬ

Орц:

4 ш тус бүр 140 гр үхрийн махан котлет (эсвэл 0.6-0.7 см нимгэн болгож давтсан тахиа эсвэл гахайн махан котлет)
1/4 аяга гурил
1/2 ц/халбага давс
2 ш том өндөг (хөөсөртөл сайтар хутгана)
1/2 аяга талхны үйрмэг
Ургамлын тос эсвэл гахайн өөхөн тос

1. Махаа нимгэлж давтахын тулд хүнсний гялгар уутны завсар хийнэ.
2. Махаа 0.6-0.7 см жигд нимгэн болгож давтана.
3. Шницелиэ бүрэхийн тулд гурван хавтгай таваг бэлдээд, эхний тавагт гурил болон давс, дараагийн тавагт өндөг, сүүлийн тавагт хатаасан талхны үйрмэгээ хийнэ.
4. Том хайруулын тавагт 0.6 см орчим хүртэл нь ургамлын тос хийгээд 180°C (350 F) хэм хүртэл халаана.
5. Үхрийн давтсан махаа нэг нэгээр нь эхлээд гурилдаа сайтар хөрвүүлнэ.
6. Дараа нь өндгөнд дүрж хэдэн хором хөндий барина.
7. Тэгээд хатаасан талхны үйрмэгт хөрвүүлнэ. Үйрмэг маханд бүрэн наалдах ёсгүй, харин махны гадаргууг нимгэн бүрэх ёстой.
8. Махаа халуун тосондоо хийхдээ хооронд нь зайтай хийгээрэй.
9. Шницелиэ нэг талдаа 3-4 мин тус бүр шарна.
10. Хоёр талыг нь алтлаг хүрэн болтол шараад хайруулын тавгаас гаргаж тосыг нь шүүрч дуустал хүлээнэ.
11. Шницелийг нимбэг, шинэ ногоо, төмсний болон өргөст хэмхийн салаттай хамт тавагладаг уламжлалтай, зарим үед шарсан төмстэй ч зооглох нь бий.



BELGIUM

CARBONNADE FLAMANDE



CARBONNADE FLAMANDE – BEEF STEW

Ingredients:

1 kg lean beef diced 3×3 cm
2 onions
200 g diced bacon
4-5 slices of gingerbread
500 ml dark beer (Leffe)
2 tbsp. cane sugar
2 tbsp. flour
2 tbsp. mustard
3 g thyme
7-9 juniper berries
Salt, pepper to taste
Cast iron casserole

1. Fry the bacon in the casserole and set aside through a sieve on a plate.
2. Dice onions, then brown in butter. Add the pieces of beef and brown them on all sides. Stir to prevent them from sticking to the pan.
3. Sprinkle with 2 tbsp. of flour and continue to stir for a few minutes. Add brown beer and if necessary, some water to cover all meat.
4. Season with salt, cane sugar, bay leaf, thyme and juniper berries.
5. Cover with slices of gingerbread spread with mustard.
6. Simmer over very low heat for 1.5 hours. Mix and add the bacon, check the seasoning and pepper to taste.
7. Serve with fries or mashed potatoes and slices of caramelized apples.

КАРБОНАД ФЛАМОНД – ҮХРИЙН ЖИГНЭСЭН МАХ

Орц:

1 кг өөх багатай 3×3 см дөрвөлжин хэрчсэн үхрийн мах
2 ш бөөрөнхий сонгино
200 гр дөрвөлжин хэрчсэн гахайн утсан мах
4-5 хэрчим цагаан гаатай жигнэмэг
500 мл хар шар айраг
2 х/халбага нишингийн элсэн чихэр
2 х/халбага гурил
2 х/халбага гич
3 гр ганга
7-9 ш арцны жимсгэнэ
Давс, перец амталгаагаар
Хоолны ширмэн сав буюу наалддаггүй хайруулын таваг

1. Ширмэн саванд гахайн утсан махаа шарж тосыг шүүж авна.
2. Сонгиноо жижиглэн хэрчиж цөцгийн тосонд хүрэн бор болтол хуураад үхрийн махаа дээр нь хийж бүх тал нь хүрэн бор өнгөтэй болтол сайтар хуурна. Саванд наалдахаас сэргийлж сайтар хутгана.
3. Гурилаа бага багаар цацан хийж цөөн хэдэн минут үргэлжлүүлэн хутгана. Шар айргаа дээрээс нь хийх бөгөөд шаардлагатай бол махыг далд ортол ус нэмнэ.
4. Давс, элсэн чихэр, лаврын навч, ганга, арцны жимсгэнээр амтална.
5. Гич түрхсэн цагаан гаатай жигнэмэг дээр нь тарааж тавина.
6. Бага галаар 1.5 цаг жигнэнэ. Дараа нь хутгаж гахайн утсан махаа нэмээд амтыг нь шалгаж перец амталгаагаар хийнэ.
7. Шарсан буюу нухсан төмс болон шарсан алимын хамт таваглана.



BULGARIA

BANITSA



BANITSA – PASTRY

Ingredients:

500 g fine dough sheets
4 eggs
300 g white cheese
1 glass of yogurt
1/2 glass of sunflower oil or butter

1. Crumble the cheese and mix it with the yogurt. Add the eggs and fat of your choice (oil or butter). Mix the filling well.
2. Flatten out the sheets and smear with some oil.
3. Spread part of the filling evenly on the entire sheet. Roll the sheet. Arrange the ready rolls in a deep, oil-greased baking tray in the shape of a spiral.
4. Cover the banitsa with egg yolk and bake it in the oven heated to 180°C for 40 minutes until golden. After baking, the banitsa shall be cut into pieces.
5. Banitsa can be served hot, as well as cold. It is usually served with yoghurt.

БАНИЦА – НАРИЙН БООВ

Орц:

500 гр нимгэн элдсэн гурил
4 ш өндөг
300 гр цагаан бялаг
1 аяга тараг
1/2 аяга наранцэцгийн буюу цөцгийн тос

1. Бяслагаа үрж тарагтай холиод өндөг, наранцэцэг болон цөцгийн тосоо нэмээд сайтар хутгаж холино.
2. Элдсэн гурилаа дэлгэж тос түрхэнэ.
3. Элдсэн гурил дээрээ бэлтгэсэн зуурмагаа тараагаад ороомог болгож хуйлна. Шарах шүүгээний тосолсон листэд ороомгоо цагариг хэлбэрт оруулж тавина.
4. Баница дээр өндөгний шар түрхэж шарах шүүгээнд 180°C хэмд 40 минут шаргал өнгөтэй болтол жигнэнэ. Бэлэн болсон баницаг жижиг хэсгүүдэд хуваана.
5. Халуун хүйтэн аль ч байдлаар зооглож болох ч ихэвчлэн тарагтай хамт хэрэглэдэг.



CROATIA

PAŠTICADA



PAŠTICADA – BEEF STEW

Ingredients/6 pax

1.8 kg of beef round (or other cut)	5 cloves garlic
100 g bacon (cut into pieces)	4 cups wine vinegar
0.5 cup olive oil	1 cup vegetable or beef broth
3 onions (quartered)	2 carrots (peeled and cut)
1 celery root	1 parsley root
1 tbsp. flour 4 whole cloves	2 tbsp. tomato paste
1 bay leaf	
0.5 cup proek (or other dessert wine)	
0.5 cup red dry wine	
0.5 kg of gnocchi	
0.5 bunch parsley (chopped)	
1 tbsp. sugar	
4 prunes	
parmesan cheese (optional)	
Salt, pepper	

1. Pierce the meat with a sharp pointed knife and insert pieces of garlic, bacon and cloves in it. Place the beef in a large dish, cover with vinegar and leave it overnight in the refrigerator.
2. The next day, remove the meat from the vinegar and also remove the bacon and garlic and save them on the side.
3. Put the meat in a Dutch oven or deep pot and dust with flour, then add olive oil. Cook on medium-high heat and remove when it has browned on all sides, after about 8-10 mins.
4. Fry the onion, garlic and bacon in the same oil for a few minutes.
5. Return the meat to the pot, add stock and cook for about 6-8 mins. Add the tomato paste diluted in dessert wine, then add the carrots, celery root and parsley root.
6. Incorporate red wine and sugar, and cook covered on low heat for 3 hours or until the meat is tender. Halfway through cooking, add the bay leaf and prunes. When the meat is tender, remove it to a plate and cut into thick slices.
7. Purée the vegetables and the sauce left in the pot with a hand blender. Serve with gnocchi or pasta. Garnish with parsley or grated cheese.

ПАШТИКАДА – ҮХРИЙН ЖИГНЭСЭН МАХ

Орц/6 хүний

1.8 кг үхрийн гуяны мах	5 хумс саримс
100 гр гахайн утсан мах	4 аяга дарсны цуу
Аяганы тал оливын тос	2 ш лууван
1 аяга ногооны буюу махны шөл	3 ш сонгино
1 ш цоохор майлзын үндэс	1 ш лаврын навч
1 ш яншуйны үндэс	
1 х/халбага гурил	
4 ш анхилуун лиш	
2 х/халбага улаан лоолийн нухаш	
Аяганы тал прошек дарс (эсвэл десертний өөр дарс)	
1 х/халбага элсэн чихэр	0.5 аяга хуурай улаан дарс
4 хатаасан чавга	0.5 кг ноки паста гоймон
Пармезан бяслаг (амталгаагаар)	0.5 багц яншуй (хэрчсэн)
Давс, перец	

1. Үхрийн махаа шовх хутгаар нүхэлж саримс, гахайн утсан мах, анхилуун лиш зэргийг шигтгэнэ. Дараа нь махаа таваг дээр тавиад дарсны цуугаар бүрж хөргөгчид хонуулна.
2. Маргааш нь махыг дарсны цуунаас гаргаж гахайн утсан мах болон саримсыг сугалж тусад нь тавина.
3. Махаа тагтай ширмэн хоолны саванд хийж гурил цацаад чидун жимсний тосоо хийнэ. Ширүүвтэр гал дээр 8-10 минут шарж, бүх талаасаа бүрэн борлосон үед нь махаа авна. Сонгино, саримс, гахайн утсан махыг энэ тосонд нь хэдэн минут шарна.
4. Махыг тогоондоо буцааж хийгээд бэлдсэн шөлөө дээрээс нь нэмж 6-8 минут чанана.
5. Десертний дарсанд хутгаж шингэлсэн улаан лоолийн нухшаа одоо нэмнэ, тэгээд лууван, цоохор майлзын булцуун үндэс, яншуйны булцуун үндсийг нэмнэ.
6. Улаан дарс, элсэн чихрээ нэмээд зөөлөн галаар 3 цаг махаа зөөлөртөл чанана. Хугацааных нь дунд хавьцаа лаврын навч, хатаасан чавга нэмнэ.
7. Мах зөөлөн болонгуут гал дээрээсээ авч зузаан хэрчиж таваглахад бэлдэнэ. Тогоонд үлдсэн ногоо болон сүмсийг гар холигчоор нухаш болгоно. Ноки эсвэл паста гоймонтой таваглаад яншуй, үрсэн пармезан бяслаг зэргээр чимэглэнэ.



CYPRUS

AFELIA



AFELIA – PORK WITH RED WINE AND SPICES

Ingredients/4 pax

1 kg boneless lean pork (diced)
200 ml red wine
2 tbsp. coriander seeds (lightly crushed)
1 stick cinnamon
6 tbsp. olive oil
salt, and lots of freshly ground black pepper.

1. Make a marinade from the cinnamon, coriander seeds, salt, pepper and wine and pour over the meat. Refrigerate the meat in the marinade for at least 4 hours, preferably overnight.
2. Once marinated, put the marinade sauce aside. Heat the oil in a heavy pan and brown the diced and marinated meat, a few pieces at a time until nicely browned. Add more oil if necessary.
3. Wipe any excess oil and return the meat to the pan, with the marinade and enough cold water to just about cover the meat. Bring to the boil, then cover the pan, reduce the heat, and cook the meat gently for about 30 mins or until tender. Most of the liquid should have evaporated to leave a thick sauce. If not, continue to cook uncovered until the excess liquid is gone.
4. Serve with a side of bulgur pilaf and yoghurt. To prepare the pilaf, heat 2 tbsp. olive oil and sauté one crumbled nest of vermicelli until almost browned. Add 1 cup of coarse bulgur and mix. Season with salt and freshly ground black pepper. Add 2 cups of chicken or vegetable stock and mix. Bring to the boil and turn off the heat. Cover the pot and set aside until the water has been absorbed (about 10 mins).

АФЕЛИА – УЛААН ДАРСААР АМТАЛСАН ГАХАЙН МАХ

Орц/4 хүний

1 кг ясгүй, өөхгүй гахайн мах (шоо дөрвөлжин хэрчинэ)
200 мл улаан дарс
2 х/халбага кориандрын үр (бага зэрэг бяцална)
1 ш холтсон шанц (корица)
6 х/халбага оливын тос
Давс, ахиухан шинэхэн үрсэн хар перец

1. Шанц (корица), кориандрын үр, давс, перец, дарсаа холиод гахайн махан дээр хийж, хөргөгчид багадаа 4 цаг, боломжтой бол хонуулна.
2. Махаа даршилсны дараа, шүүсийг тусад нь тавина. Зузаан хайруулын тавагт тосоо халааж, шоо дөрвөлжин хэрчээд амталсан махаа хүрэн болтол шарна. Шаардлагатай бол тос нэмнэ.
3. Хэт тостой бол илүүдэл тосыг арчаад махаа тогоонд шүүстэй нь хамт буцааж хийн, махыг дөнгөж далд орох хэмжээнд хүйтэн ус нэмнэ. Буцлангуут тогоог таглаад галаа зөөлрүүлж 30-аад минут махыг зөөлөртөл зөөлөн галаар чанана. Ихэнх шингэн нь ууршаад өтгөн сүмс үлдэнэ. Хэрвээ тэгээгүй бол тагийг нь авч шөлийг нь уурштал чанана.
4. Хачирт нь булгур плов буюу агшаасан буудай болон тараг тавьдаг. Булгур плов бэлтгэхийн тулд 2 хоолны халбага чидун жимсний тос халаагаад нэг багц нарийн гоймон хугалж хийн шаргал бор болтол нь хуураад 1 аяга бүдүүн булгур буудай нэмж хутгана. Давс болон перец үрж амтлаад 2 аяга тахианы эсвэл ногооны шөл нэмж хутгаад буцалгаж галаа унтраана. Үүний дараа таглаад шөл нь ширгэтэл (10-аад минут) хүлээнэ.



CZECH REPUBLIC

SVÍČKOVÁ



SVÍČKOVÁ – BEEF SIRLOIN WITH CREAM SAUCE AND DUMPLINGS

Ingredients/4 pax

800g beef sirloin or round steak (shank) or rump steak
100 g of thick pork lard or (better) smoked salted pork lard
1 teaspoon of salt 1 spoon of lard
150 g carrot 100 g parsley
100 g celery Pinch of ground black pepper
10 black peppercorns 2 bay leaves
6 allspice (Jamaican pepper) 250 g sour cream
1 spoon of flour (1st grade all purpose)
to be served with sliced warm white bread dumplings, lemon slices,
covered with whipped cream and cranberries (stewed or jam) on
top.

1. Remove membrane from meat. Cut half of the bacon into strips, the other half finely to small cubes.
2. Use the strips to interlard the meat and put the rest of the lard cubes on the bottom of casserole. Season the meat with salt and pepper and put it in the casserole.
3. Cover the meat in the casserole with mixed grated carrots, parsley and celery together with peppercorns and allspice.
4. Cover the casserole and put it the preheated oven (180°C). After 25 mins pour in some hot water (250 ml) and then braise until the meat is soft (approx. 1 hour for sirloin, 1,5 hour if you have shank or rump steak).
5. When meat is braised (check skewer) take out the casserole from the oven and let it cool down slowly with a slightly open casserole until next day. (Sauce can be finished the same day, but to let it „rest“ until the next day in a cold (not freezing) place gives the sauce an even better and full taste)
6. Take the meat out from the casserole and blend the sauce properly (gravy) with boiled vegetables and spices. Do not take pepper and allspices out. Blend it all together until the sauce is smooth. If you do not have a blender just press vegetables and gravy through a strainer.
7. Heat gravy to the boil and stir in cream. Cream could be combined with 1 spoon of flour, if you wish the sauce to become denser. Cook thoroughly while stirring constantly. (2 mins)
8. Serve sliced meat with warm sliced dumplings as a side dish, with lemon slices, cover with whipped cream and cranberries (stewed or jam) on top. (see the picture)

СВИЧКОВА – ЗӨӨХИЙТЭЙ СҮМС, МАНТУУТАЙ ҮХРИЙН ГОЛ МАХ

Орц/4 хүний

800 гр үхрийн гол мах (үхрийн эрээн булчингийн стейкний мах буюу гуяны мах)
100 гр гахайн өөх эсвэл утаж давсалсан гахайн өөх
1 ц/халбага давс 1 халбага гахайн тос
150 гр лууван 100 гр яншуй
100 гр цоохор майлз 1 ц/халбага давс
1 чимх буталсан хар перец 10 бөөрөнхий хар перец
2 ш лаврын навч 6 бөөрөнхий пименто перец
250 гр зөөхий 1 халбага гурил (1-р гурил)
Өтгөртөл нь цохисон зөөхий, цангис (чанамал) дээр нь асгаад мантуу, нимбэг зүсэж хамт таваглана.

1. Үхрийн махны хальсыг нь аваад гахайн утсан махны хагасыг нарийн урт хэрчиж, нөгөө хагасыг нь жижиг шоо дөрвөлжин хэрчинэ.
2. Нарийн хэрчсэнийг нь маханд тарааж шигтгэнэ. Үлдсэн шоо дөрвөлжин хэрчсэн гахайн өөхийг давс, перецээр амтлаад ширмэн саванд хийнэ.
3. Үрсэн лууван, яншуй, цоохор майлз болон бөөрөнхий хар перец, пименто перецийг хольж жигнэх саванд байгаа махан дээгүүрээ хучиж тавина.
4. Урьдчилан халаасан шарах шүүгээ (180°C) байх ёстой ба 25 минутын дараа 250 мл халуун ус нэмнэ. Тэгээд махыг зөөлөн болтол (гол махыг ойролцоогоор 1 цаг, эрээн булчингийн стейк эсвэл гуяны мах бол 1.5 цаг) жигнэнэ.
5. Мах болсон эсэхийг шороор хатгаж шалгана. Шарах шүүгээнээс жигнэх саваа гаргаад аажим хөргөхөөр тагийг нь бага зэрэг онгойлгоод хонуулна. Сүмсийг өдөрт нь бэлдэж болно. Гэхдээ өмнөх өдөр нь бэлдэж сэрүүн газар хадгалах нь сүмсийг илүү амттай болгодог.
6. Жигнэсэн савнаас махаа гаргаад өтгөн шүүсийг нь чанасан ногоо болон амтлагчаа гар холигчоор холино. Бөөрөнхий болон пименто перецийг битгий аваарай. Бүгдийг нь жигд сүмс болтол гар холигчоор холино. Хэрэв гар холигч байхгүй бол ногоо болон махны өтгөн шүүсийг шүүгчээр шахаж гаргана.
7. Өтгөн шүүсийг буцалгаад зөөхий хийж хутгана. Нэг халбага гурил хийж сүмсийг өтгөрүүлж болох ба зогсолтгүй хутгасаар 2 минут орчим чанана.
8. Махыг ширхгийн дагуу хөндлөн зүсээд мантууг халуун дээр нь зүсэж, зүссэн нимбэгтэй хамт махны хажууд тавиад өтгөн зөөхий болон цангисын чанамал дээр нь тавина.



DENMARK

ÆBLEKAGE



ÆBLEKAGE – APPLE TRIFLE

Ingredients:

1 kg dessert apples
200 ml water
200 g oat flakes
200 g sugar
300 ml whipping cream
50 g butter
2 teaspoon vanilla sugar
1 tbsp. grated dark chocolate

1. Peel, core, dice the apples and place in a pan.
2. Fill the pan with water, stew the apples with 3 tbsp. sugar and 2 teaspoon vanilla sugar under a lid until tender (about 10-15 minutes). Put cooked apples to a bowl and allow to cool.
3. In a large frying pan melt butter over a gentle heat, then add 125 g sugar, stirring with a wooden spoon. Once the sugar has turned into a caramel with butter stir in the oat flakes until they are golden and toasted. Allow to cool.
4. Whip the cream and place half of the apple mixture into a bowl followed by half the toasted oats, then repeat and finish off with a layer of cream and decorate with grated dark chocolate.
5. Serve straight away or chill until needed.

ЭБЛЕКЕЙГ – АЛИМТАЙ БЯЛУУ

Орц:

1 кг алим
200 мл ус
200 гр овьёсны нэвс
200 гр элсэн чихэр
300 мл сүүн крем
50 гр цөцгийн тос
2 ц/халбага ванильтай чихэр
1 х/халбага хар шоколадны үйрмэг

1. Алимаа хальсалж голыг нь авч цэвэрлээд шоо дөрвөлжин хэрчиж, саванд хийнэ.
2. Дээрээс нь 200 мл ус, 3 хоолны халбага элсэн чихэр, 2 цайны халбага ванильтай чихрээ хийж, зөөлөртөл нь 10-15 минут чанана. Жигнэсэн алимаа саванд юүлж, хөргөнө.
3. Том хайруулын тавагт цөцгийн тосоо зөөлөн галаар хайлуулж, 125 гр элсэн чихэр нэмээд модон хутгуураар хутгана. Элсэн чихэр цөцгийн тостой зунгааралдан карамель болох үед овьёсны нэвсээ хийж, шаргал өнгөтэй болтол хуураад хөргөнө.
4. Сүүн кремээ хөөсрүүлэн хутгаж бэлдэнэ. Аяганд эхлээд алимын холимгийн хагасыг, дараа нь шаргал болтол хуурсан овьёсны талыг хийнэ. Энэ дарааллаар дахиад давхарлана. Ингээд кремээр бүрж, дээрээс нь үрсэн хар шоколадаар чимэглэнэ.
5. Бэлэн болсон бялууг шууд зооглох эсвэл хөргөгчид хадгалж хүйтнээр нь зооглож болно.



ESTONIA

MULGIKAPSAD



MULGIKAPSAD – STEWED CABBAGE

Ingredients:

500 g sauerkraut
200 g pork fillet (neck part)
100 g bacon
100 g pearl barley
2 onions
20 g vegetable oil
25 g sugar
2 bay leaves
1 teaspoon cumin
Salt, pepper to taste
Boiled potatoes and flavoured green for serving

1. Rinse and soak the barley in cold water for several hours. Before cooking, scald with boiling water. Boil the barley for 25 minutes on low heat, drain the water.
2. Cut the bacon into small pieces, pork fillet into cubes 2×2 cm, and onions to sauté strips.
3. In a deep baking pan put in layers the 2/3 of sauerkraut, bay leaves, cumin, sugar, then pork, bacon, onions, pearl barley and the remaining cabbage.
4. Fill with water and put in the oven for 3 hours at 150-160°C. Constantly check the water level. The dish is ready to be served once the barley is soft yet chewy.
5. Mulgikapsad is served with boiled potatoes and decorated with flavoured green.

МУЛЬГИКАПСАД – ДАРШИЛСАН БАЙЦАЙТАЙ ШӨЛ

Орц:

500 гр даршилсан байцай
200 гр гахайн ясгүй мах (хүзүүний хэсэг филе)
100 гр гахайн утсан мах
100 гр хөц будаа
2 ш бөөрөнхий сонгино
20 гр ургамлын тос
25 гр элсэн чихэр
2 ш лаврын навч
1 х/халбага гоньд
Давс, перец амталгаагаар
Хоолны хачирт чанасан төмс, амталсан ногоо

1. Хөц будааг усаар зайлж хүйтэн усанд хэдэн цаг дэвтээнэ. Хоолонд хийхээсээ өмнө хөц будаагаа буцалсан халуун усанд хийж, бага галаар 25 минут чанаад усыг нь шүүж гаргана.
2. Гахайн утсан махыг жижигхэн, гахайн цул махыг 2×2 см шоо дөрвөлжин мөн сонгиныг нарийн тус тус хэрчинэ.
3. Гүн ёроолтой хайруулын тавагт даршилсан байцайны 2/3 хэсгийг дэвсэж лаврын навч, элсэн чихэр, гоньдоор амтлах ба дээрээс нь гахайн цул болон утсан мах, сонгино, хөц будаа, үлдсэн байцайгаа хийнэ.
4. Дээрээс нь усаар дүүргэж, 150-160°C хэмийн шарах шүүгээнд 3 цаг жигнэнэ. Усны түвшинг байнга шалгах бөгөөд хөц будаа болсон эсэхийг шалгана. Хөц будаа зөөлөн, бага зэргийн зажлууртай болсон үед гаргана.
5. Мультликапсадыг анхилуун навчит ногоогоор чимэглэж чанасан төмстэй таваглана.



FINLAND

LAMB TENDERLOIN WITH CABBAGE ROLLS AND PINE SPROUTS



LAMB TENDERLOIN WITH CABBAGE ROLLS AND PINE SPROUTS

For lamb:

1 kg lamb tenderloin	100 ml rapeseed oil	5 g fresh thyme
3 cloves of garlic	100 g butter	
Salt, pepper to taste		

For cabbage rolls:

1 small head of cabbage	200 g chopped fresh cabbage leaves
100 ml whipping cream (30% fat)	400 g softly boiled crushed oats
1 onion	1 tbsp. butter
1 teaspoon pine sprout powder	500 ml vegetable stock
50 g butter	Salt to taste

For pepper sauce:

2 tbsp. rapeseed oil	1 carrot	1 shallot onion
2 bay leaves	100 ml vinegar	100 ml red wine
1 tbsp. peppercorns	Salt, thyme to taste	

Lamb tenderloin:

1. Clean the tenderloins from extra fat and film. Mix oil, garlic, salt, pepper and thyme leaves together and spread the mixture on the fillets evenly. Cover with plastic wrap and refrigerate for at least 12 hours.
2. Wipe off extra marinade, preheat frying pan, melt butter and fry fillets on high heat until brown. Place the cooked fillets on an oven tray and put in meat thermometer. Place in 100°C preheat oven.
3. When the meat temperature reaches 54°C remove from the oven. Wrap in foil and allow to cool for 10 minutes. Slice the fillet and plate.

Cabbage rolls:

1. Remove cabbage stalk and outer leaves before placing the cabbage in salted boiling water. Preheat oven to 200°C. Boil the cabbage on low heat until the leaves start to separate. Remove the cabbage from boiling water and allow to cool.
2. Put the cabbage leaves in cold water, then remove and dry well. Chop the core and fresh cabbage leaves into small slices. Sauté chopped onion and chopped cabbage leaves for a few minutes in a saucepan. Add cream, pine sprout powder and salt. Let simmer for 5 minutes, constantly stirring. Add crushed oats, mix well and check the seasoning. Open cabbage leaves on cutting board and spoon filling into the edge of leaves. Fold sides in and roll tightly. Place rolls on an oven tray and add on the mixture of butter and vegetable stock.
3. Place in the oven for 20 minutes at 200°C until brown, then reduce heat to 150°C and bake for another 30 minutes.

Pepper sauce:

1. Sauté dice onion, carrot in oil on a hot pan until caramelized. Add spices and vinegar and continue frying until the liquid evaporates.
2. Add red wine and allow to simmer until half has evaporated.
3. Strain the liquid and add in crushed peppercorns. Allow to simmer on a low heat for a few minutes. Strain the sauce again before serving.

БАЙЦАЙНЫ ОРООМОГ, НАРСНЫ НАЙЛЗУУРТАЙ ХОНИНЫ МАХ

Махны орц:

1 кг хонины гол мах	100 мл рапсын тос
5 гр шинэ ганга	3 хумс саримс
100 гр цөцгийн тос	Давс, перец

Байцайны ороомгийн орц:

1 ш жижиг бөөрөнхий байцай	Ороомогт хийх 200 гр хэрчсэн байцай
100 мл сүүн крем (30% тослогтой)	400 гр буцалгаж зөөлрүүлсэн овьёос
1 ш бөөрөнхий сонгино	1 х/халбага цөцгийн тос
1 х/халбага нарсны найлзуурын нунтаг	500 мл ногооны тунгалаг шөл
50 гр цөцгийн тос	Давс амталгаагаар

Перецтэй сүмсний орц:

2 х/халбага рапсын тос	1 ш лууван	1 ш сонгино
2 ш лаврын навч	100 мл алимны цуу	100 мл улаан дарс
1 х/халбага бөөрөнхий хар перец		Давс, ганга

Хонины махыг бэлтгэх арга:

1. Гуяны махны өөх, хальсыг нь авна. Тос, саримс, давс, перец, гангаа хольж махан дээрээ жигд түрхэнэ. Амталсан махаа хүнсний гялгар уутаар ороож хөргөгчид 12 цаг байлгана.
2. Махны илүүдэл амтлагчийг арчин авч, хайруулын тавгаа халаагаад цөцгийн тосоо хайлуулж, ширүүн гал дээр махаа хүрэн өнгөтэй болтол шарна.
3. Шарсан махаа шарах шүүгээний лист дээр тавьж, температур хэмжигч махандаа зооно. Урьдчилж 100°C хэмд халаасан шарах шүүгээнд хийгээд махны температур 54°C хэм хүрэхэд шарах шүүгээнээс гаргана. Махаа тугалган цаасаар ороож, 10 минут хөргөөд зүсэж, таваглана.

Байцайны ороомог бэлтгэх арга:

1. Байцайны навчийг авсны дараа буцалж буй давстай халуун усанд чанана. Шарах шүүгээгээ урьдчилж 200°C хэмд халаана. Байцайг зөөлөн галаар навч нь салж эхлэх хүртэл чанана. Байцайг буцалж байгаа уснаас гаргаад хүйтэн усанд сойж, маш сайн хатаана.
2. Байцайны навчийг (ороомог дотор хийх навчийг) жижиглэж хэрчинэ. Жижиглэж хэрчсэн сонгиноо хэрчсэн байцайны хамт хэдэн минут хайруулын тавагт хуурна. Дээр нь сүүн крем, нарсны найлзуурын нунтаг, давс нэмээд 5 минут зөөлөн галаар жигнэж байнга хутгана. Дээр нь овьёосоо нэмнэ. Байцайны навчаа дэлгээд ороомгийн дотор хийх хуурч жигнэсэн холимгоо навчин дээр тавина. Талуудыг нь хумиад чангавтар хуйлна. Ороомгийг шарах шүүгээний лист дээр өрж, цөцгийн тос багсаар түрхээд ногооны тунгалаг шөлөө нэмнэ.
3. Шарах шүүгээний 200°C хэмд 20 минут хүрэн өнгөтэй болтол шарж, хэмийг 150°C болгож дахин 30 минут жигнэнэ.

Перецтэй сүмс:

1. Шоо хэрчсэн сонгино, лууванг халуун хайруулын тавагт шаргал болтол нь хуурна. Амтлагчнууд болон алимны цуу нэмж, шингэн нь уурштал шарсаар байна.
2. Улаан дарсаа нэмээд хагас нь уурштал зөөлөн чанана.
3. Шингэн сүмсээ шүүрээр юүлээд нунтагласан хар перец нэмээд зөөлөн гал дээр хэдэн минут чанана. Таваглахын өмнө сүмсийг дахин шүүрээр юүлнэ.



FRANCE

QUICHE LORRAINE



QUICHE LORRAINE

Ingredients/for 6 to 8 people
1 large round mold (or 4 small)

Pastry

250 g sifted flour
150 g butter
5 g salt
An egg yolk diluted in 5 cl of water

Salty filling

250 ml milk
300 ml liquid cream
2 whole eggs + 2 yolks
salt and pepper

Garnish

250 g diced smoked bacon or salted fresh vegetables,
150 g grated cheese (gruyère, gouda, cheddar, etc.)

1. Preheat the oven to 180°C.
2. Mix the flour, butter, salt and egg yolk well to make a ball of dough, then flatten it into a circle. Roll out the dough in a mold. Prick it with a fork.
3. Brown the bacon in a pan.
4. Beat the eggs, liquid cream and milk.
5. Add the bacon and cheese.
6. Season with salt, pepper and nutmeg.
7. Pour over the dough.
8. Bake 45 to 50 min in the oven.
9. Serve lukewarm with green salad.

NB: you can replace the bacon with vegetables for a vegetarian quiche.

КИШ ЛОРРЭЙН – БЯСЛАГТАЙ БЯЛУУ

Орц/6-8 хүний
1 том дугуй хэв (эсвэл 4 жижиг хэв ч байж болно)

Нарийн боовны зуурмаг

250 гр шигшсэн гурил
150 гр цөцгийн тос
5 гр давс
1 өндөгний шар, 50 гр усаар шингэлэх

Давстай шанз

Сүү 250 мг
Шингэн крем 300 мг
2 бүтэн өндөг + 2 өндөгний шар
Давс, перец

Хачир

250 гр гахайн утсан мах эсвэл давсалсан шинэ ногоо
150 гр үрсэн бяслаг (груер, гауда, чеддар гэх мэт)

1. Шарах шүүгээг 180°C хүртэл халаана.
2. Гурил, цөцгийн тос, давс, өндөгний шарыг сайтар хольж зуурна.
3. Зуурмагаа дугуй хавтгай хэлбэртэй болгож элдэнэ. Элдсэн гурилаа хэвэндээ хийгээд сэрээгээр хатгаж нүх гаргана.
4. Гахайн утсан махаа хайруулын тавган дээр бор шаргал болтол шарна.
5. Давстай шанзанд зориулж өндөг, шингэн крем, сүүг хольж сайтар хутгана.
6. Дээр нь гахайн утсан мах, бяслагаа нэмж хийгээд давс, перец, задиар амтална.
7. Энэхүү бэлдсэн шанзаа хэвэнд байгаа зуурсан гурил дээр нэмж хийнэ.
8. Шарах шүүгээнд 45-50 минут жигнэнэ.
9. Бүлээн болгоод шинэ ногооны салатны хамт амтархан зооглоорой!

Жич: Гахайн утсан махны оронд дан ногоогоор цагаан хоолтонд зориулан хийж болно.



GERMANY

STOLLEN



STOLLEN – CHRISTMAS FRUIT-BREAD

For dough:

100 ml milk	375 g wheat flour
1 pack of dry baking yeast	100 g sugar
2 eggs	125 g soft butter
100 g ground almonds	100 g candied orange peel
100 g candied lemon peel	375 g raisins
1 pack of vanilla sugar	1 pinch of salt

Powdered spices for Stollen

(nutmeg, 5 g cardamom, 1 vanilla pod, 1 lemon, 4 g cinnamon, 2 g allspice, 1 g clove)

For sprinkles:

75 g butter	20 g powdered sugar
-------------	---------------------

1. Heat the milk in a small saucepan. Thoroughly mix the flour with the yeast in a bowl. Add warm milk, sugar, vanilla, salt, spices, eggs, butter and mix on a low speed (with dough kneading mixer). Then mix for about 5 minutes on the highest speed. Cover the dough and keep it in a warm place until the dough increases in size.
2. Grease the baking form. Cover the baking tray with triple laid baking paper. Preheat the oven to 250°C. Sprinkle some flour over the dough and knead in almonds, candied orange and lemon peel, raisins. Shape the dough into a roll fitting your baking form, place it in the form and press it lightly. Place the form on the baking tray with face down and let it rest for 20 minutes in a warm place. Then put the form to the oven. Reduce the oven temperature to 180°C.
3. Put the tray on the lower level of the oven. During the last 15 min of baking, pull the Stollen out of the form and put to the tray directly. Total baking time: about 60 minutes.
4. When Stollen is ready, pull it out from the tray together with baking paper and put on cooling rack. Melt the butter in a small saucepan and spread the Stollen with the butter immediately after baking. Sprinkle the cake with powdered sugar.

ШТОЛЛЕН – ЗУЛ САРЫН БЯЛУУ

Зуурмагны орц:

100 мл сүү	375 гр улаан буудайн гурил
1 уут хуурай исгэгч	100 гр элсэн чихэр
2 ш өндөг	125 гр зөөлөн цөцгийн тос
100 гр нунтагласан бүйлс (алмонд) самар	
100 гр чихрээр амталсан жүржийн хальс	
100 гр чихрээр амталсан нимбэгийн хальс	
375 гр үзэм	1 уут ванильтай чихэр 1 чимх давс

Штоллен бялууны нунтагласан амтлагчууд:

(заль, 5 гр кардамон, 1 ванилийн буурцаг, 1 ш нимбэг, 4 гр шанц (корица), 2 гр пименто перец, 1 гр лиш)

Цацлага:

75 гр цөцгийн тос	20 гр сахарын пудр
-------------------	--------------------

1. Жижиг саванд сүүгээ хийж халаана. Гурилаа саванд хийж, исгэгчтэй холино. Дараа нь гурилан дээрээ бүлээн сүү, элсэн чихэр, ваниль, давс, амтлагч, өндөг, цөцгийн тосоо хийж, бага хурдаар холигчоор хутгана. Дараа нь 5 минут хурдаа нэмж хутгана. Зуурсан гурилыг таглаад дулаан газар тавьж хөөлгөнө.
2. Жигнэх хэвээ тослоод шарах шүүгээний лист дээр гурван давхар зориулалтын цаас дэвсэнэ. Шарах шүүгээг 250°C хэмд урьдчилж халаана. Зуурмаг дээр хуурай гурил цацаж бүйлс (алмонд) самар, чихрээр амталсан жүрж болон нимбэгийн хальс, үзмээ хийж нухна. Зуурмагийг жигнэх нарийн боовны хэвэндээ хийж, хөнгөхөн дарж өгнө. Хэвтэй зуурмагаа шарах шүүгээний лист дээр тавьж, 20 минут дулаан газар амраана. Дараа нь шарах шүүгээнд хийж, хэмийг 180°C рүү багасгана.
3. Хэвэнд хийсэн зуурмагаа шарах шүүгээний доод талд хийж жигнэнэ. Сүүлийн 15 минутад бялуугаа шарах шүүгээнээс гаргаж, хэвнээс нь салгаад дангаар нь лист дээр тавьж жигнэнэ. Нийт жигнэх хугацаа 60 минут.
4. Бялуу бэлэн болмогц шарах шүүгээнээс цаастай нь хамт гаргаж сараалжин тавиур дээр хөргөнө. Жижиг хайруулын тавагт цөцгийн тос хайлуулж, шарах шүүгээнээс гарч ирсэн даруйд штоллен дээр багсаар түрхэнэ. Мөн сахрын пудр дээрээс нь цацна.



GREECE

MOUSSAKA



MOUSSAKA

Ingredients:

900 g lamb mince	400 g tinned chopped tomatoes
3 large aubergines	1 large onion, finely chopped
150 g any soft cheese	50 g Parmesan cheese, grated
600 ml milk	2 eggs
150-175 ml olive oil	50 ml white wine
75 g butter	75 g sifted flour
3 cloves of garlic	1 cinnamon stick
1 handful oregano leaves	Salt, pepper to taste

1. Preheat the oven at 200°C.
2. For the lamb sauce, heat two teaspoons of the oil in a pan. Add the onions and garlic and fry until just beginning to brown. Add the minced lamb and fry over a high heat for 3-4 minutes. Add the wine, tomatoes, cinnamon and oregano and simmer on low heat for 30-40 minutes.
3. Slice the stalks off the aubergines and cut them lengthways into 5 mm in slices. Heat a frying pan, add 1 tbsp. of oil and a layer of aubergine slices and fry quickly until the tender and lightly coloured on each side. Put each eggplant slice to paper napkin to absorb excess oil.
4. For the topping prepare a classic "Bechamel" sauce: melt the butter in non-stick pan, add the flour and cook over a medium heat for 1 minute, constantly stirring. Gradually beat in the milk, bring to boil, and leave to simmer on low heat for 10 minutes, stirring the mixture. Stir in the grated Parmesan, salt and pepper to taste. Bear in mind that Parmesan is quite a salty cheese. Cool slightly then beat in the eggs.
5. Remove the cinnamon stick from the lamb sauce, season to taste with some salt and pepper. Take a shallow, 2.5-2.75-liter baking dish and start layering the aubergines, putting the pieces tightly to each other and sprinkle with grated soft cheese. The next layer will be the lamb sauce. Spread the lamb sauce evenly over the eggplants, cover again with eggplants and sprinkle with grated cheese. If the shape and quantity of the products allows, you can add several similar layers. Eggplants should be the last layer - sprinkled with cheese and poured with "Bechamel" sauce.
6. Cover the baking dish with foil and bake in the oven for 15 minutes under the temperature of 180C, then take off the foil and bake for another 10 minutes until the top is golden-brown.
7. Moussaka before serving should cool slightly: slightly warm or cold, it is perfectly cut into portions.

МУСАКА

Орц:

900 гр хонины татсан мах	400 гр хэрчсэн улаан лооль
3 ш том хаш	1 ш том бөөрөнхий сонгино
150 гр зөөлөн бяслаг	50 гр үрсэн пармезан бяслаг
600 мл сүү	2 ш өндөг
150-175 мл оливын тос	50 мл цагаан дарс
75 гр цөцгийн тос	75 гр шигшсэн гурил
3 хумс саримс	1 ш шанц (синнамон/корица)
1 атга шинэ орегано навч	Давс, перец амталгаагаар

1. Шарах шүүгээг 200°C хэмд урьдчилж халаана.
2. Махан шанз бэлтгэхдээ: хайруулын тавагт тосноосоо 2 цайны халбага хийж халаагаад сонгино, саримсыг тосондоо шаргалтах хүртэл хуурна. Дээр нь татсан төлөгний махаа хийж ширүүн галаар 3-4 минут хуурна. Дарс, улаан лооль, шанц, орегано нэмээд зөөлөн галаар 30-40 минут жигнэнэ.
3. Хашийг цэвэрлээд 5 мм зузаан уртааш нь зүснэ. Хайруулын тавгаа халаасны дараа 1 хоолны халбага тос хийж, хашаа дэвсэн зөөлөрч, үл ялиг өнгө ортол хоёр талаар нь ээлжлэн шарна. Хашаа илүүдэл тос шингээх цаасан алчуур дээр гаргаж тавина.
4. Дээр нь түрэхх сонгодог "Бешамел" сүмс бэлтгэхдээ: наалддаггүй хайруулын тавагт цөцгийн тосоо хайлуулж гурилаа нэмээд дунд зэргийн галаар 1 минут зогсолтгүй хутгаж хуурна. Буцлах хүртэл нь сүүгээ бага багаар хийж хутгаад хутгасан чигээрээ зөөлөн галаар 10 минут буцалгана. Үрсэн пармезан бяслаг болон давс, перец амталгаагаар хийж хутгана. Давс нэмэхдээ пармезан бяслаг шорвог байдгийг анхаараарай. Бага зэрэг хөргөж, өндгөө хийн хутгана.
5. Махны сүмснээс холтсон шанцыг авч давс, перецээр амтална. Шарах шүүгээний 2.5-2.75 литрийн гүехэн листэнд хашийг хооронд нь зайгүй залгаа дэвсээд дээрээс нь үрсэн зөөлөн бяслагаа цацна. Дараагийн давхарга нь хонины махны сүмс. Хашийг далд ортол махны сүмсээ түрхэнэ. Дараа нь дахин хашийг дэвсэж, үрсэн бяслагаа цацна. Бэлтгэсэн орцууд хангалттай бөгөөд хэлбэрээ алдахааргүй бол энэ дарааллаар хэдэн үе давхарлаж болно. Хамгийн сүүлийн давхарга нь хаш байх хэрэгтэй, үүн дээр бяслагаа цацаад "Бешамел" сүмсээ дээрээс нь асгана.
6. Лист нь дээрх бэлдцийг мөнгөлөг цаасаар битүү хучаад 180°C хэмийн халуун шарах шүүгээнд 15 минут жигнэсний дараа мөнгөлөг цаасыг авч дээд тал нь шаргал өнгөтэй болтол дахин 10 минут жигнэнэ.
7. Мусакаг бага зэрэг хөргөсний дараа таваглана: бүлээн байхад нь таваглахад тохиромжтой.



HUNGARY

GULYÁS



GULYÁS

Ingredients:

300 g beef cut into 1×1 cm piece
3 tbsp. pork lard or butter pork fat
200 g chopped onions
2 red bell peppers and 1 yellow bell pepper, cut into 1×1 cm chunk
2 diced tomatoes
2 diced carrots
2 medium potatoes, cut into 5x5 mm cubes
3 tbsp. sweet Hungarian paprika
5 cloves of garlic
1 l beef broth
1 bay leaf
Salt, pepper to taste

1. Melt the lard or butter in a non-stick pan on medium heat and cook the onions until beginning to brown about 7-10 minutes. Remove from heat and stir in the paprika. Add beef, flour and garlic, return to the heat, and cook for about 10 minutes until the beef is no longer pink.
2. Add the carrots and cook for another 7-8 minutes. Add the bell peppers, tomatoes, potatoes, beef broth, bay leaf, salt and pepper. Bring to the boil, cover, and simmer for 30 minutes on medium heat. Add salt to taste.
3. Serve the Goulash with a dollop of sour cream, crusty bread and a cool cucumber salad.

ГУЛЯШ

Орц:

300 гр үхрийн мах, 1×1 см хэмжээтэй дөрвөлжин хэрчсэн
3 х/халбага гахайн өөхөн тос эсвэл цөцгийн тос эсвэл гахайн өөх
200 гр хэрчсэн сонгино
2 ш амтат улаан чинжүү, 1 ш шар амтат чинжүү, 1×1 см хэмжээтэй дөрвөлжин хэрчинэ
2 ш шоо дөрвөлжин хэрчсэн улаан лооль
2 ш шоо дөрвөлжин хэрчсэн лууван
2 дунд зэргийн хэмжээтэй төмс, 5×5 мм хэмжээтэй хэрчинэ
3 х/халбага нунтаг амтат улаан паприка
5 хумс саримс
1 л үхрийн махны тунгалаг шөл
1 ш лаврын навч
Давс, перец амталгаагаар

1. Дунд зэргийн гал дээр наалддаггүй хайруулын тавгаа халааж, гахайн өөх буюу цөцгийн тосыг хайлуулаад сонгиноо хийж шаргал өнгөтэй болтол 7-10 минут хуурна. Шарсан бэлдмэлээ гал дээрээс авч нунтаг улаан паприка хийж хутгана. Дараа нь үхрийн мах, гурил, саримсаа нэмээд гал дээр буцаан тавьж үхрийн махны түүхий ягаан өнгө арилтал 10 минут хуурна.
2. Луувангаа нэмж дахин 7-8 минут жигнэнэ. Амтат чинжүү, улаан лооль, төмс, үхрийн тунгалаг шөл, лаврын навч, давс, перец нэмнэ. Буцалсны дараа таглаж 30 минут дунд зэргийн галаар жигнэнэ. Давсаа амталгаагаар нэмнэ.
3. Дээр нь бага зэрэг зөөхий тавиад талхны зах, өргөст хэмхний зуушаар хачирлана.



IRELAND

STEW



IRISH STEW

Ingredients:

400 g lamb fillet
8 potatoes
4 carrots
2 onions
50 g vegetable oil
1 bunch of parsley
5 g cumin
Salt, pepper to taste

1. Cut the onions into middle sized rings, carrots and potatoes into large chunks.
2. Slice the meat into smaller pieces 3×3 cm.
3. Heat the oil in heavy based pot. Lightly brown the lamb with the cumin, then add the carrots, onions and potatoes.
4. Add salt, pepper to taste and fill the pot with boiling water until it covers the ingredients.
5. Cover the pan and simmer on low heat for about 1 hour and stir every now and then. When cooked serve with chopped fresh parsley.

ИРЛАНДЫН УЛАМЖЛАЛТ ЖИГНЭСЭН МАХТАЙ ШӨЛ

Орц:

400 гр хонины ясгүй мах
8 ш төмс
4 ш лууван
2 ш бөөрөнхий сонгино
50 гр ургамлын тос
1 багц яншуй
5 гр гоньд
Давс, перец амталгаагаар

1. Сонгиноо дунд зэргийн хэмжээний цагариган; лууван, төмсөө том хэмжээтэй хэрчинэ.
2. Махаа 3×3 см хэмжээтэй жижиглэж хэрчинэ.
3. Зузаан ёроолтой хоолны саванд тосоо халаагаад хонины махаа хийж гоньд нэмэн жаахан борлотол шарна. Дараа нь лууван, сонгино, төмсөө нэмнэ.
4. Давс, перецээ амталгаагаараа хийгээд орцуудыг далд ортол буцалсан халуун ус хийнэ.
5. Саваа таглаж, зөөлөн галаар 1 цаг орчим жигнэнэ. Үе үе хутгаад бэлэн болоход нь хэрчсэн шинэ яншуй хийж таваглана.



ITALY

PASTA ALLA NORMA



PASTA ALLA NORMA

Ingredients:

300 g penne
200 g canned peeled tomatoes
2 aubergines
1 onion
100 g ricotta
3 tbsp. olive oil
1 clove of garlic
5 basil leaves
Salt, pepper for taste

1. Cut the aubergines into cubes and salt lightly. Leave them to draw out excess water.
2. Add the oil in a frying pan and sauté chopped onion and garlic. Add the aubergines, tomatoes, salt, pepper and sauté for 10 minutes. If the sauce is too thick, add some cooking water from pasta.
3. Meanwhile cook the penne in salted boiling water and when ready, drain the water and start serving the pasta.
4. Put the half of the sauce to the serving plate and half of ricotta. Add the penne and cover with the remaining sauce, ricotta, chopped basil and mix.
5. Serve the pasta with basil leaves and add some olive oil.

ПАСТА АЛЛА НОРМА

Орц:

300 гр пенне гоймон (ташуу хэрчсэн хоолой хэлбэрийн гоймон)
200 гр лаазалсан улаан лооль
2 ш хаш
1 ш бөөрөнхий сонгино
100 гр рикотта бяслэг
3 х/халбага оливын тос
1 хумс саримс
5 ш бадрангын (базиль) навч
Давс, перец амталгаагаар

1. Хашаа шоо дөрвөлжин хэрчиж, бага зэргийн давсаар амтлаад шүүсийг хатаахын тулд хэсэг амраана.
2. Хайруулын тавагт тосоо хийж жижиглэж хэрчсэн сонгино, саримсаа хийж хуурна. Хаш, улаан лооль, давс, перецээ нэмээд дахин 10 минут хуурна. Сүмс нь хэтэрхий өтгөн байвал гоймон чанаж буй уснаас бага зэрэг хийж болно.
3. Энэ хооронд буцалж буй давстай усанд пенне гоймонгоо чанаж болгосны дараа усыг шүүж, гоймонг таваглаж эхэлнэ.
4. Тавагт сүмс, рикотта бяслагийн хагасыг хийнэ. Дээр нь пенне гоймонгоо хийгээд үлдсэн сүмс, рикотта бяслэг, хэрчсэн бадранга (базилийн навч) нэмж хутгана.
5. Хоолоо бадрангын навчаар чимэглэж, жаахан оливын тос дусаана.



LATVIA

PĪRĀGI (BACON ROLLS)



PĪRĀGI - BACON ROLLS

Ingredients:

450-500 g flour
250 g milk or water
25 g yeast
75 g margarine
25 g sugar
5 g salt
1 egg
350 g smoked streaky bacon
50 g onion
Ground pepper

1. Prepare the dough without a starter.
2. After it has risen, divide into 30-35 g pieces, roll into round balls and leave to rise for 10-15 mins. Press each piece flat, place bacon filling (see instructions below) in the centre, press together the edges of the dough above or at the side of the filling.
3. Roll with both hands to even out the filling; make the shape long with slender ends and bent into a half-moon. Place on a greased baking tray, leave to rise, brush with beaten egg and bake in a hot oven.
4. Brush with melted butter once removed from the oven.
5. To make the bacon filling, cut the rind off the bacon and cube. Dice the onion and sauté with the bacon (only shortly, so that the fat does not run off), add pepper and mix well.

ПИРАГИ – ГАХАЙН УТСАН МАХТАЙ БӨӨРӨНХИЙ ТАЛХ

Орц:

450-500 гр гурил
250 гр сүү эсвэл ус
25 гр исгэгч
75 гр маргарин
25 гр элсэн чихэр
5 гр давс
1 ш өндөг
350 гр гахайн утсан өөх мах нь алагласан мах
50 гр бөөрөнхий сонгино
Нунтаг перец

1. Гурилаа исгэгчтэй зуурч бэлдэнэ.
2. Хөөснийх нь дараа, 30-35 гр жижиг хэсэг болгон таслаад бөөрөнхийлнө. 10-15 минут амрааж өсгөөд бөөрөнхийлсөн гурилаа хавтгай болгож элдэн (доор байгаа зааврын дагуу бэлдсэн) гахайн утсан махнаас голд нь тавьж чимхэнэ.
3. Хоёр гараараа зөөлөн дарж гурилан доторх махаа жигд тараана. Саран хэлбэртэй болгож болно. Тосолсон лист дээр бэлдсэн пиратигаа тавиад амрааж өсгөнө; хутгасан өндөг багсаар түрхээд халуун шарах шүүгээнд жигнэнэ.
4. Шарах шүүгээнээс гарсан хойно нь хайлуулсан цөцгийн тос багсаар түрхэнэ.
5. Гахайн утсан махны хальсыг авч, шоо дөрвөлжин хэлбэртэйгээр хэрчинэ. Сонгиноо шоо дөрвөлжин хэрчээд гахайн утсан махтайгаа хамт, өөхийг нь хайлуулахгүй бага зэрэг хуураад перец нэмж сайтар хутгана.



LITHUANIA

ŠALTIBARŠČIAI



ŠALTIBARŠČIAI – COLD BEET SOUP

Ingredients:

2 boiled medium size beetroot
2 potatoes
2 cucumbers (fresh or pickled)
6 spring onions
2 hard-boiled eggs
1.5 l buttermilk (or 500 ml thick natural yoghurt)
50 g sour cream
1 bunch fresh dill
1/2 lemon juice
Salt to taste

1. Peel the potatoes and chop into bite-sized pieces. Place in a saucepan with boiling water, add a pinch of salt and boil until cooked.
2. Meanwhile slice the beetroot and cucumbers into noodles, eggs into small dice. Chop the spring onions and cut the white onions into 0.5 cm pieces. Finely chop the dill.
3. Pour the buttermilk into a large bowl or saucepan and add the sour cream and lemon juice, mix well. Add to the buttermilk mix all chopped ingredients besides the potatoes.
4. Add the salt and the lemon juice to taste.
5. Serve the potatoes on a side plate and ladle the soup into bowls.

ШАЛТИБАРШКАЙ – ХҮРЭН МАНЖИНТАЙ ШӨЛ

Орц:

2 ш дунд зэргийн хэмжээтэй хүрэн манжин
2 ш төмс
2 ш өргөст хэмх (шинэ эсвэл дарсан)
6 ш булцуут ногоон сонгино
2 ш сайтар болгосон өндөг
1.5 л өтгөрүүлсэн сүү (эсвэл 500 мл тараг)
50 гр зөөхий
1 багц шинэ ногоон гоньд (укроп)
1/2 нимбэгийн шүүс
Давс амталгаагаар

1. Төмсөө арилгаж хэрчээд буцалж байгаа усанд хийж, давс нэмээд болтол нь чанана.
2. Энэ зуур хүрэн манжин, өргөст хэмхийг савхан хэлбэртэй, өндгөө шоо хэлбэртэй хэрчинэ. Сонгиноо мөн хэрчээд цагаан булцууг нь 0.5 см хэмжээтэй хэрчинэ. Ногоон гоньдыг (укропыг) сайтар жижиглэж хэрчинэ.
3. Өтгөрүүлсэн сүүгээ том саванд хийгээд зөөхий, нимбэгийн шүүс нэмж сайтар холино. Дээр нь төмснөөс бусад хэрчсэн орцуудаа хийнэ.
4. Давс, нимбэгийн шүүсийг амталгаагаараа нэмнэ.
5. Тавагласан шөлний хажууд чанасан төмсөө тусад нь тавина.



LUXEMBOURG

GROMPEREKICHELCHER



GROMPEREKICHELCHEK – POTATO PANCAKES

Ingredients/10 pax

1.5 kg potatoes
100 g shallots
30 g garlic
100 g butter
50 g flour
5 eggs
200 ml oil
q.s. parsley, q.s. salt and ground pepper, q.s. nutmeg

1. Skin, wash and grate the potatoes.
2. Add the chopped shallots, crushed garlic and chopped parsley.
3. Fold the eggs into the mixture, blend and season, then add the flour.
4. Sauté the patties in a saucepan in hot oil.

ХРОМПЕЛКИХЕРШЕР – ТӨМСНИЙ БИН

Орц/10 хүний

1.5 кг төмс
100 гр зууван сонгино
30 гр саримс
100 гр цөцгийн тос
50 гр гурил
5 ш өндөг
200 мл тос
Яншуй, давс, нунтаг перец, задь

1. Төмсөө хальсалж угаагаад үрнэ.
2. Хэрчсэн сонгино, нухсан саримс, хэрчсэн яншуй нэмнэ.
3. Дээр нь өндөг нэмээд хутгаж амтлагчуудаасаа хийгээд гурилаа нэмнэ.
4. Бингээ халуун тосонд шарна.



MALTA

KWAREŻIMAL



KWAREŽIMAL – ALMOND BISCUITS

Ingredients:

200 g ground almonds
200 g sifted flour
150 g sugar
1 teaspoon ground cinnamon
1 teaspoon orange blossom water (could be replaced by
grated zest of 1 lemon, 1 orange and 1 mandarin)
4 tbsp. liquid honey
50 g crushed pistachios
50 g crushed almonds
Grated orange zest for decoration

1. Combine all the ingredients and add just enough water to make a firm dough. Roll the dough in 3 cm diameter balls.
2. Cover the tray with baking paper. Place the balls on the tray, flattening each ball with the bottom of a glass to make round cookies 1 cm thick. Make sure that the edges of the cookies do not touch each other.
3. Bake the cookies for 10 minutes in the oven heated to 180°C.
4. While the cookies are still warm, coat with liquid honey and sprinkle crushed pistachios, almonds and grated zest.

КВАРЕЗИМАЛ – БҮЙЛС САМАРТАЙ ЖИГНЭМЭГ

Орц:

200 гр нунтагласан бүйлс (алмонд) самар
200 гр шигшсэн гурил
150 гр элсэн чихэр
1 ц/халбага нунтаг шанц
1 ц/халбага жүржийн цэцгийн ус буюу 1 ш нимбэг, жүрж,
мандарины аль нэгний хальсыг үрж, орлуулж болно.
4 х/халбага зөгийн бал
50 гр бяцалсан анаахай самар
50 гр бяцалсан бүйлс (алмонд) самар
Үрсэн жүржийн хальс чимэглэлд

1. Бүх орцыг хольж хангалттай ус хийгээд хатуувтар гурил зуурч бэлдэнэ. Гурилаа 3 см орчим диаметртэй бөөрөнхий хэсгүүдэд хуваана.
2. Шарах шүүгээний лист дээр зориулалтын цаас дэвсэнэ. Тасалсан гурилуудаа лист дээр өрж, стаканы ёроолоор хавтгайлж дараад 1 см зузаан, жигнэмгийн хэлбэртэй болгоно. Бие биетэйгээ наалдахгүйгээр зайтай байрлуулна.
3. Жигнэмгээ 180°C хэмд 10 минут жигнэнэ.
4. Жигнэмгийг халуунаар нь зөгийн балаар бүрж, дээр нь буталсан анаахай, бүйлс болон жүржийн хальс цацаж өгнө.



NETHERLANDS

ERWTENSOEP



ERWTENSOEP – PEA SOUP

Ingredients:

400 g dried green peas
2 l water
2 tbsp. salt
250 g smoked bacon (one piece)
500 g pork trotter or ribs
2 potatoes (cubed)
Half a celeriac (cubed)
2 leeks (sliced into rings)
4 tbsp. celery or celeriac greens (chopped)
Pepper
1 Dutch smoked sausage
Rye bread
Mustard

1. Rinse the peas, remove any bad ones and soak in 2 l of water, with salt, for 12 hours. Bring the peas and the salt water to the boil and simmer for about 2 hours until tender and cooked. Add the bacon and pork trotter after 1 hour.
2. After 2 hours, remove the meat and pour out the cooking liquid (set aside). Mash the peas to your preferred consistency. Put the cooking liquid and meat back into the pot. Also add the potatoes, celeriac, leeks and celery. Season with salt and pepper, and add some more water if the soup is too thick. While stirring, bring the soup back to a simmer and cook until the vegetables are tender.
3. Meanwhile heat the smoked sausage (follow instructions on packaging) and slice. Take the bacon and pork trotter out of the pot. These can be served on the side, or sliced and put back into the soup.
4. If preparing in advance, refrigerate everything and prepare the smoked sausage when serving. Serve in big bowls with slices of rye bread (topped with the bacon or the sausage, and some mustard).

ЭРТЕНСУП – ВАНДУЙТАЙ ШӨЛ

Орц:

400 гр хатаасан ногоон вандуй
2 л ус
2 х/халбага давс
250 гр гахайн утсан мах (бүхэл)
500 гр гахайн тагалцаг эсвэл хавирга
2 төмс (шоо дөрвөлжин хэрчсэн)
Анхилуун майлзын булцуу (шоо дөрвөлжин хэрчсэн)
2 ногоон сонгино (цагариглан хэрчсэн)
4 х/халбага хэрчсэн цоохор майлз
Перец
1 голланд утсан зайдас
Хөх тарианы талх
Гич

1. Вандуйг угааж, муудсаныг нь түүж аваад 2 л усанд давс болон вандуйгаа хийгээд 12 цаг дэвтээнэ. Вандуйгаа бага зэргийн давстай усанд 2 цаг зөөлөн галаар зөөлөрч, болтол нь чанана. 1 цагийн дараа гахайн утсан мах, тагалцгийг нэмнэ.
2. 2 цаг чанаж дуусаад махыг нь гаргаж авч, шингэнийг нь тусад нь шүүж авна. Вандуйг хүссэн хэмжээндээ нухна. Мах болон шөлийг буцааж тогоонд хийнэ. Дээр нь төмс, анхилуун майлз, ногоон сонгино, цоохор майлз нэмээд давс, перецээр амталж шөл хэт өтгөн байвал ус нэмнэ. Хутгангаа шөлийг дахин зөөлөн буцалгаж ногоонуудаа бүрэн болгоно.
3. Энэ зуур утсан зайдсаа (савлагаан дээрх зааврынх нь дагуу) халаагаад, хэрчинэ. Тогооноос гахайн мах, тагалцгаа аваад зүсэж шөлөндөө буцаан хийж болно, эсвэл хачирт ашиглаж болно.
4. Хэрэв урьдчилан бэлдэж байгаа бол бүгдийг нь хөргөгчид хийнэ, харин утсан зайдсыг таваглах үедээ л бэлдэнэ. Том аяганд аягалж, хажууд нь гахайн утсан мах эсвэл зайдас, гич дээр нь тавьсан хөх тарианы талх тавьж таваглаарай.



POLAND

PIEROGI



PIEROGI – DUMPLINGS

Ingredients/36 pierogi for 6 pax

For the sauerkraut filling:

- 2 tbsp. oil
- 1 large onion (finely chopped)
- 450 g sauerkraut (drained, rinsed, and chopped)
- 2 large carrots (peeled and grated)
- 1 teaspoon salt
- 0.5 teaspoon black pepper
- 2 tbsp. sour cream

For the pierogi dough:

- | | |
|-----------------------|--------------------|
| 2 large eggs | 5 tbsp. sour cream |
| 3 tbsp. vegetable oil | 1 teaspoon salt |
| 4 cups flour | |

1. To make the sauerkraut filling, heat the oil over medium heat. Add the onion and cook until tender. Add the sauerkraut and carrots. Cook, stirring often, for 10 to 15 mins or until the sauerkraut is tender. Remove from heat and stir in the salt, pepper, and sour cream. If the mixture doesn't hold its shape when squeezed together, add more sour cream. Let the filling cool completely.
2. To make the dough, combine the eggs, sour cream, oil and salt. Add the flour and knead by hand or in a stand mixer until the dough is smooth. Wrap with plastic and let rest at least 10 mins before rolling. Then, on a lightly floured surface, roll out to 2.5 cm thickness. Using an 8cm round cutter, cut into circles. Gather the scraps, cover with plastic wrap and set aside. Portion the sauerkraut filling onto all the dough circles before folding into half-moon shapes. Press the edges together with your fingers (or a fork). Roll, cut, and fill the reserved scraps of dough.
3. Bring a pot of salted water to a boil. Reduce to a simmer and drop 12 pierogi at a time into the water. Stir once so they don't stick to the bottom. When they rise to the surface, cook 3 mins or until the dough is done. Place them on a platter smeared with butter.

ПИРОГИ – БАНШ

Орц/6 хүний 36 ш пироги

Пирогинь дотор хийх даршилсан байцай:

- 2 х/халбага тос
- 1 том сонгино (нарийн хэрчсэн)
- 450 гр даршилсан байцай (шүүсийг нь шавхаад угааж, хэрчих)
- 2 том лууван (хальсыг нь авч үрэх)
- 1 ц/халбага давс
- 0.5 ц/халбага хар перец
- 2 х/халбага зөөхий

Пирогинь гурил:

- | | |
|--------------------------|--------------------|
| 2 ш өндөг | 5 х/халбага зөөхий |
| 3 х/халбага ургамлын тос | 4 аяга гурил |
| 1 ц/халбага давс | |

1. Даршилсан байцайг бэлтгэхдээ: дунд зэргийн галаар тосоо халааж сонгиноо зөөлөн болтол хуурна. Дээр нь даршилсан байцай, луувангаа нэмнэ. 10-15 минут даршилсан байцайг зөөлөртөл үе үе хутгаж хуурна. Үүний дараа гал дээрээс аваад давс, перец, зөөхий хийнэ. Бэлдэц барьцалдтал зөөхий нэмж болно. Тэгээд бүрэн хөргөнө.
2. Гурилаа бэлдэхдээ өндөг, зөөхий, тос, давс холиод гурилаа дээр нь хийж, жигд болтол гараар зуурч нухна. Дараа нь хүнсний гялгар уутаар бүрж, элдэхээсээ өмнө дор хаяж 10 минут амраана. Бэлэн болсон гурилаа 2.5 см зузаантай элдээд 8 см диаметртэй дугуй зүснэ. Үлдсэн зуурсан гурилаа бөөгнүүлээд хүнсний гялгар уутаар ороож тавина. Дарсан байцайгаа дугуй гурилнууд дээр хуваан тавиад эвхэж хуруугаараа эсвэл сэрээгээр дарж чимхэнэ. Үлдсэн зуурсан гурилаа элдээд дугуй хэлбэрээр зүсээд даршилсан байцайг хийн чимхэнэ.
3. Усанд давс хийгээд буцалгана. Галаа зөөллөөд нэг удаад 12 пироги хийн буцалгана. Тогооны ёроолд наалдуулахгүйн тулд үе үе хутгана. Гадарга дээр хөвөөд гарч ирснээс хойш 3 минут чанаад цөцгийн тос түрхсэн тавагт гаргана.



PORTUGAL

FARÓFIAS COM CREME



FARÓFIAS COM CREME – DESSERT

Ingredients:

175 g of sugar
5 eggs
1 l of milk
1 vanilla pod
2 tbsp. flour (or ideally corn starch)
1 cinnamon stick
1 lemon peel

1. Boil the milk together with the cinnamon stick, the lemon peel, the vanilla pod and two tbsp. of sugar.
2. Beat the egg whites in a bowl, adding a few drops of lemon juice. Add two tbsp. of sugar to the egg whites and continue to beat. Place spoonful of the egg white in the boiling milk, and cook for one minute. Drain the egg whites and place on a platter.
3. Add the flour/corn starch and the remaining sugar to the egg yolks, adding some of the boiled milk, and mix well. Add this mixture to the remaining milk, and bring it to boil, stirring constantly, until it becomes a cream.
4. Pour the cream over the boiled egg whites, sprinkle with cinnamon powder and place in the refrigerator. Serve very cold, sprinkled with cinnamon and / or toasted almond on sticks.

КРЕМТЭЙ СУФЛЕ – ДЕСЕРТ

Орц:

175 гр элсэн чихэр
5 өндөг
1 л сүү
1 ванилийн холтос
2 х/халбага гурил (цардуул бол бүр сайн)
1 ш холтсон шанц
1 нимбэгийн хальс

1. Сүүг холтсон шанц, нимбэгийн хальс, ванилийн холтостой буцалгаж 2 хоолны халбага элсэн чихэр нэмнэ.
2. Өндөгний цагааныг саванд хийн хутгаад нимбэгийн шүүс хэдэн дуслыг нэмнэ. 2 хоолны халбага элсэн чихрээ өндөгний цагаан дээр нэмээд үргэлжлүүлэн сайтар хутгана. Өндөгний цагаанаас халбагаар бөмбөлөг хэлбэртэй халбагадаж аваад буцалж байгаа сүүнд хийж, нэг минут чанаад таваглана.
3. Гурилаа (цардуулаа) үлдсэн элсэн чихрийн хамт өндөгний шар дээр хийж, буцалсан сүүнээсээ дээр нь хийгээд сайтар хутгана. Энэ холимгийг үлдсэн сүүн дээрээ хийгээд буцалгахдаа зогсолтгүй хутгасаар крем болгоно.
4. Чанасан өндөгний цагаан дээр кремээ асгаад нунтаг шанц цацаж хөргөгчид хийнэ. Шанц цацаад эсвэл жигнэсэн бүйлстэй нарийн боов хажууд нь тавьж хүйтнээр нь аягална.



ROMANIA

PAPANAȘI



PAPANAȘI – DOUGHNUT PASTRY

Ingredients/for 6 papanași:

300 g cow's sweet cheese (or ricotta/cottage cheese)
1 large egg
70 g sugar
200 g flour
1/2 teaspoon baking powder
Vanilla extract
Lemon zest
500 ml oil for frying the papanași
200 g fruit preserve
200 g sour cream

1. With a fork, mix the cheese, sugar, vanilla extract and lemon zest.
2. Separately, mix the flour with the baking powder.
3. Gradually add the flour mixture to the cheese mixture. Depending on the cheese you're using, you might need to add more or less flour. The dough should be soft and just a bit sticky, but firm enough to form doughnut balls with your hands.
4. Spread some flour on your working surface and knead the dough for a bit to fully combine the ingredients.
5. Form 6 large balls and 6 small balls, like in the photo.
6. Using your finger, form a hole in each large ball.
7. Heat enough oil in a pot to cover the papanași. Make sure the oil is hot — to do this, drop a bit of dough in the oil and see if it sizzles.
8. Fry two large doughnuts and two small doughnuts at a time, until they're golden brown on each side.
9. Transfer the doughnuts to a platter covered with absorbent paper to remove the excess oil.
10. To make the papanași, use a large doughnut as the base, top with a spoonful of sour cream, then decorate with fruit preserve and put the small doughnut on top. You can also sprinkle some powdered sugar on top.
There you have it, a traditional Romanian dessert that's easy to prepare and bursts with flavor.

ПАПАНАШИ – ХӨӨМӨЛ БООВ

Орц/6 ш папанаши

300 гр үнээний сүүн бяслаг (эсвэл рикотта бяслаг)
1 ш өндөг
70 гр элсэн чихэр
200 гр гурил
1/2 ц/халбага хөөлгөгч
Ванилийн охь
Нимбэгийн үрсэн хальс
500 мл ургамлын тос
200 гр нөөшилсөн жимс
200 гр зөөхий

1. Бяслаг, элсэн чихэр, ванилийн охь, нимбэгийн үрсэн хальс зэргийг хамтад нь сэрээгээр хутгана.
2. Тусад нь гурилыг хөөлгөгчтэй хутгана.
3. Хөөлгөгчтэй хутгасан гурилаа бага багаар бяслагтай бэлдэц рүү хийнэ. Хэрэглэж буй бяслагаасаа хамаараад гурилын хэмжээ их бага болж болно. Зуурсан гурил зөөлөн, бага зэргийн наалдамхай, гэхдээ цагариган боов хийхэд хангалттай биетэй байх ёстой.
4. Хуурай гурил цацаад зуурсан гурилаа нухаж орцуудыг бүрэн жигд тараана.
5. Зурган дээр үзүүлсэн шиг 6 том бөөрөнхий, 6 жижиг бөөрөнхий тасална.
6. Хуруугаараа 6 том бөөрөнхийн голд нүх гаргана.
7. Тогоонд папанашигаа бүтнээр нь дүрчих хэмжээнд хангалттай ургамлын тос хийж сайтар халаана.
8. 2 том цагариган боов, 2 жижиг бөөрөнхийг нэг дор аль аль талаасаа алтлаг шар болтол шарна.
9. Цагариган боовын илүүдэл тосыг шингээх цаасан алчуур дэвссэн тавган дээр гаргана.
10. Том цагариган боовыг суурь болгож дээр нь халбага зөөхий асгаж жимсээр чимээд жижиг бөөрөнхийг оройд нь тавьж папанашиг бэлддэг. Дээр нь сахарын пудр цацаж болно.
Маш сайхан амттай, хийхэд хялбар, Румын ардын уламжлалт амттан бэлэн боллоо.



SLOVAKIA

BRYNDZOVÉ HALUŠKY



BRYNDZOVÉ HALUŠKY – POTATO NOODLES WITH CHEESE

Ingredients:

5 medium russet potatoes (peeled and grated finely)
2 cups all-purpose flour
1 egg (beaten)
1 teaspoon salt
200 g bacon (chopped)
255 g bryndza / feta cheese / cream cheese / sour cream
Chives (chopped)
Dill (chopped)
Butter
Water (for boiling the noodles)

1. Make the Haluky dough by combining the grated potato with the flour, egg and salt.
2. Bring to boil a large pot of salted water.
3. Run the dumpling dough through a spaetzle maker so that the dough drops into the boiling water.
4. Cook the dumplings in batches and use a slotted spoon to remove them from the pot when they float to the surface.
5. Set aside the cooked Haluky onto a serving platter.
6. Fry the chopped bacon in a skillet, then set aside.
7. Combine the bryndza or cheese with a little butter or if using feta and other alternatives, blend together until smooth and creamy.
8. Spoon the bryndza or blended alternatives onto the platter of warm Haluky.
9. Sprinkle the fried bacon and drippings over the top.
10. Garnish the dish with chopped chives and dill, then serve.

БРЫНЗА ХАЛУШКИ – БЯСЛАГ, ТӨМСТЭЙ ГОЙМОН

Орц:

5 ш дунд зэргийн хэмжээтэй төмс (хальсалж үрсэн)
2 аяга гурил
1 өндөг (сайтар хутгасан)
1 х/халбага давс
200 гр гахайн утсан мах (хэрчсэн)
255 гр брынза (фета бяслаг) хайлмаг бяслаг (зөөхий)
Хүнхээл сонгино (хэрчсэн)
Ногоон гоньд (хэрчсэн укроп)
Цөцгийн тос
Ус (халушкигаа чанах)

1. Үрсэн төмсийг гурил, өндөг, давстай нийлүүлж халушкины зуурмагаа бэлтгэнэ.
2. Том саванд ус хийгээд давс нэмж буцалгана.
3. Том нүхтэй үрүүл эсвэл буузны жигнүүрийн нүхээр зуурсан гурилыг шахаж гарган буцалж байгаа усанд хийн чанана.
4. Гурилыг хэсэг хэсгээр чанана. Ёроолд нь наалдуулахгүйн тулд сайтар хутган хөвөөд ирэхээр нь шүүрэн шанагаар хамж гаргана.
5. Чанасан халушкинуудаа таваглаад тусад нь тавина.
6. Хэрчсэн гахайн утсан махыг хайруулын тавагт хуураад тусад нь тавина.
7. Брынза (хонины сүүний бяслаг) дээр жаахан цөцгийн тос, хэрвээ брынзагийн оронд фета бяслаг буюу өөр бяслаг хэрэглэж байгаа бол жаахан цөцгийн тос хийж, жигд крем болтол сайтар хутгана.
8. Брынза буюу өөр бяслагтай холимгоо халуун халушкитай таваг дээр тавина.
9. Дээрээс нь шарсан гахайн утсан мах тавиад шүүснээс нь дусаана.
10. Таваглахдаа сонгино, ногоон гоньд зэргээр чимээрэй.



SLOVENIA

KOBARID DUMPLINGS



КОВАРИД DUMPLINGS

Ingredients:

500 g wheat flour
1 tbsp. vegetable oil
500 ml hot water
3 g salt
300 g ground walnuts
150 g breadcrumbs
50 g butter
50 g raisins
100 ml milk
50 ml rum
200 g sugar
10 g cocoa powder

1. Fry the breadcrumbs in butter, add the walnuts, milk, sugar and cocoa powder. Bring the mixture to the boil and set aside.
2. Drain the chopped raisins that have been soaking in rum for 15 minutes and add to breadcrumbs mixture with other ingredients.
3. In a large bowl pour over the flour with scalding water, add the vegetable oil and knead the dough.
4. Form the dough into a thin roll, cut each roll into pieces and make small balls. Manually form circles from each ball, put the filling on them and put the edges together. Lightly press the centre of each dumpling, to get a typical shape.
5. Cook the dumplings in hot salted water for 10 minutes.
6. Take out ready dumplings from the water with a skimmer and pour with melted butter, serve sprinkled with cocoa powder and ground walnuts.

КОБАРИД БАНШ

Орц:

500 гр улаан буудайн гурил
1 х/халбага ургамлын тос
500 мл халуун ус
3 гр давс
150 гр нунтагласан хушга
150 гр хатаасан талхны үйрмэг
50 гр цөцгийн тос
50 гр үзэм
100 мл сүү
50 мл ром дарс
200 гр элсэн чихэр
10 гр какаоны нунтаг

1. Талхны үйрмэгээ цөцгийн тосонд хуурч, дээрээс нь хушга, сүү, элсэн чихэр, какаогаа нэмнэ. Сүүтэй бэлдцийг хөөрүүлнэ.
2. Үзмээ жижиглэж хэрчээд 15 минут орчим ром дарсанд хийж тавина. Дараа нь шүүж аваад талх болон бусад бэлдцээ хийсэн холимог дээрээ нэмнэ.
3. Том саванд гурил, халуун ус хийж, ургамлын тос нэмээд зуурч нухна.
4. Зуурсан гурилаа урт гонзгой болгоод жижиглэн тасалж, бөөрөнхийлнө. Баншны бөөрөнхийлсөн гурилуудаа элдэж, бэлтгэсэн холимгоо хийж чимхэнэ. Баншны дунд хэсгийг бага зэрэг дарж хэлбэрт оруулна.
5. Баншаа давстай усанд 10 минут чанана.
6. Баншаа уснаас шүүрээр шүүж аваад хайлсан цөцгийн тос дээрээс нь дусаана. Таваглахдаа какаоны нунтаг, нунтагласан хушга дээр нь цацаарай.



SPAIN

TORTILLA



TORTILLA

Ingredients:

6 eggs
3 potatoes
1 onion
4 tbsp. sunflower or olive oil
Salt, pepper to taste

1. Peel and cut the onion into small cubes. Peel the potatoes, cut them in half and then each slice to thin crescents of 0.5 cm.
2. Put everything in a frying pan with a small amount of oil, add spices if you wish and fry over low heat for 15 minutes. Afterwards put the mixture on a plate. Clean the frying pan with absorbent kitchen towel.
3. Whisk the eggs in a large bowl. Salt and pepper to taste, add the potatoes, onions, mix well.
4. Put the frying pan back on the heat, add a little bit of oil and spread the mixture. Cook for 5-10 minutes until it seizes.
5. Separate the edges, slide it onto a plate and put another plate on top, turn the whole thing over and slide it back into the pan to finish cooking. Cook the tortilla for another 5 minutes and serve.

ТОРТИЛЛА – ТӨМСТЭЙ БИН

Орц:

6 ш өндөг
3 ш төмс
1 ш бөөрөнхий сонгино
4 х/халбага наранцэцгийн тос эсвэл оливын тос
Давс, перец амталгаагаар

1. Сонгиноо хальсалж, жижиг дөрвөлжин хэрчинэ. Төмсөө арилгаж, тэг дундуур нь хуваагаад хуваасан хэсгүүдээ хагас саран хэлбэртэй 0.5 см нимгэн хэрчинэ.
2. Бага зэргийн тостой хайруулын тавагт бэлтгэсэн ногоогоо хийж амтлаад зөөлөн галаар 15 минут шарна. Дараа нь энэ холимгоо гаргаж тавагт хийгээд хайруулын тавгаа цэвэрлэнэ.
3. Том саванд өндгөө хийж хөөсөртөл нь хутгана. Давс, перец амталгаагаар хийж төмс, сонгиноо нэмээд сайтар хутгана.
4. Хайруулын тавгаа дахин халааж, бага зэргийн тос хийгээд ногооны холимгоо дээрээс нь хийж тараана. Барьцалдтал нь 5-10 минут гал дээр байлгана.
5. Ирмэгийг нь хөндийрүүлсний дараа таваг дээр тавьж, өөр тавгаар дээрээс нь таглана. Хоёр тавган дундхыг хавчсан чигээр нь хөмрөөд хайруулын таваг руугаа буцаан гулгуулан оруулж нөгөө талаас нь болгоно. Ингээд дахин 5 минут шарж болгосны дараа таваглана.



SWEDEN

KANELBULLAR



KANELBULLAR – CINNAMON BUNS

Ingredients/yields 25 buns

35 g yeast	100 g sugar
300 ml milk	1 egg
120 g butter	1 teaspoon salt
1 tbsp. ground cardamom	750 g flour

For the filling:

100 g butter
50 g sugar
2 tbsp. cinnamon

Glaze:

1 egg
2 tbsp. water
Pearl sugar

1. Crumble the yeast in a bowl and stir in a few tablespoons of milk. Melt the butter and pour the milk in it. Add the rest of the ingredients and knead the dough in a mixer for 10-15 mins. Let the dough rise while covered at room temperature for 30 mins.
2. Roll out the dough so it is about 3 mm thick and 30 cm wide. Spread the room-temperature butter on top. Make a mixture of sugar and cinnamon and sprinkle it over the dough. Roll the dough the long way and cut the roll into about 25 slices. Place them with the cut edge upward in paper moulds. Place on a baking sheet and let rise under a towel for about 60 mins or until the buns have doubled in size.
3. Beat together the egg and water, brush the mixture carefully on the buns and sprinkle pearl sugar on top. Bake in the oven (220°C) for 5-6 mins. Allow to cool on a rack.

КАНЕЛБУЛАР – ШАНЦТАЙ ХУЙЛМАЛ БООВ

Орц/25 ш боов

35 гр исгэгч	100 гр элсэн чихэр
300 мл сүү	1 ш өндөг
120 гр цөцгийн тос	1 ц/халбага давс
1 х/халбага кардамон	750 гр гурил

Шанз:

100 гр цөцгийн тос
50 гр элсэн чихэр
2 ц/халбага шанц

Цацлага:

1 ш өндөг
2 х/халбага ус
Сувдан элсэн чихэр

1. Исгэгчээ саванд хийгээд хэдэн хоолны халбага сүү хийж хутгана. Цөцгийн тосоо хайлуулж, дээрээс нь сүүгээ хийнэ. Үлдсэн орцыг нэмээд гурилаа холигчоор 10-15 минут зуурна. Зуурсан гурилаа хучаад өрөөний температурт 30 минут хөөлгөнө.
2. Хөөсөн гурилыг 3 мм зузаан, 30 см өргөн элдэнэ. Өрөөний температуртай цөцгийн тос дээр нь түрхэнэ. Элсэн чихэр, шанцаа холиод элдсэн гурил дээр цацна. Зуурсан гурилаа хуйлаад 25 хэсэг болгож хуваана. Хэрчигдсэн талыг нь дээш харуулж цаасан хэвэнд байрлуулна. Шарах шүүгээний лист дээр тавьж даавуугаар хучаад 60 минут буюу хэмжээ нь 2 дахин томортол өсгөнө.
3. Өндөг, усыг нийлүүлж хөөсөртөл хутгаад үүнээсээ багсаар жигнэмгийн бэлдэц дээрээ түрхэнэ. Дараа нь элсэн чихрээ цацаж, 220°C хэм халаасан шарах шүүгээнд 5-6 минут жигнээд сараалж тавиур дээр хөргөнө.

