

Министерство образования Иркутской области
Государственное общеобразовательное казенное учреждение Иркутской области «Специальная
(коррекционная) школа № 1 г. Усолье - Сибирское
(ГОКУ СКШ № 1 г. Усолье-Сибирское)

**Национальное блюдо бурятского народа
«Шанаһан зоохэй»,
или «Саламат».**

Усолье-Сибирское
2023

Выполнила: учитель
Кузнецова Галина
Канафеевна



Гостя доброго встречая,
Молоком мы угощаем.
А ещё каждый гость
Рад отведать из сметаны
Очень вкусный саламат.
Слух ласкает мне: «Оо-е-е!
Обожаю я зоохэ-э!»



По рецепту прост саламат,
Как солдатская каша.
Но изюминка каши бурятской в том,
Что муку кипятят ! - на сметане!!!
Шепну на ухо: помола грубого мука
Клейстером не будет никогда.



Рецепт на 4 порции: 1 стакан домашней
сметаны, мука -80 г.



На слабом огне кипячу я сметану и медленно сыплю муку.
При этом рука ваша пусть не устанет непрерывно сметану мешать.
Сметана пыхтит, пузырится, и каша густеет,
и запах – поплыл: ореха калёного! Конечно, - чудно!
Добавлю чуть-чуть кипятка, чтоб маслице – всплыло. О-о!- каша готова!
Божественный мой саламат - древнейшая пища народа!
Калорий в нём много! Без всяких добавок –чистейшая пища богов!
Первозданного вкуса природы не испорти ты сахаром-солью.



Как едят саламат?



Едят саламат вместо каши.



А можно намазкой на хлеб.

Хотите – сварите картофель или мясо. Горячий бульон или чай угодят саламату!



Приятного аппетита!

Использованные материалы:

1. <https://kartinkin.net/94066-burjatskij-fon.html>

Спасибо
за внимание!

