

*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!

