Конкурс «Формула здорового образа жизни»

Хапама

Хапама — армянское блюдо. Я с мамой готовила хапаму маленькую, а в армянских традициях подавалась к столу на свадьбе как символ изобилия, так как плов был наполнен множеством сладких и вкусных добавок, поэтому и тыкву берут большую, чтобы на всех хватило. Хапама готовилась в тандыре ,есть даже песня про это блюдо: «Эй, джан, Хапама!!! Что за запах, что за вкус!»

Ингредиенты для ""Хапама":

- Тыква — 1,5 кг
- Мед — 100 г
- Чернослив —150 г
- Изюм -150 г
- Масло сливочное — 100 г
- Рис —1 стакан
- Сахар – 100 г
- Соль по вкусу

Тщательно обмойте тыкву . Острым широким ножом срежьте у неё верхушку . Вычищаются ложкой из тыквы семечки. Немного мякоти откладывается для начинки. Рис после кипения варится минут пять, изюм, чернослив тщательно промываются.

Тыква внутри смазывается сливочным маслом, кладется в нее немного сваренный в подсоленной воде рис, изюм, чернослив, мякоть тыквы, мед , соль . Все перемешивается. Начинка в тыкву выкладывается не до самого верха, потому что она еще увеличится.

Закрывается тыква срезанной крышечкой. Сверху кладем кусочки сливочного масла, и отправляется на 2 часа в духовку (200 градусов.)

Вот такая наша- Хапама. .

Очень вкусно, приятного аппетита!!!