Чанахи — мясо-овощное блюдо, получаемое в результате томления мяса вместе с овощами в глиняных горшочках в духовке.

В качестве мяса для чанахи используется только жирная баранина, составляющая около 1/5 чанахи; остальное приходится на овощи — баклажаны, помидоры, картофель, лук, взятые примерно в равных долях. Иногда в чанахи добавляют также рис (в середине приготовления блюда), и в этом случае доля овощей несколько снижается в основном за счет картофеля, но их состав не меняется.

Для чанахи необходимы такие пряности, как зелень петрушки, кинзы, базилика, черный и красный перец.

Технология чанахи несложна.

Мясо и овощи закладывают в глиняную посуду, плотно закрывают и ставят в духовку на 1,5-2 ч. При этом мясо может быть либо нарезано на куски, либо его закладывают в посуду одним куском.

Овощи, как правило, кладут поверх мяса, причем картофель и лук нарезают, а помидоры и баклажаны кладут целиком.

Баклажаны предварительно надрезают вдоль до середины, перчат, солят, начиняют пряной зеленью.

В случае использования риса (на 500 г мяса — 0,5 стакана риса) долю картофеля сокращают вдвое и баклажанов кладут на две штуки меньше.

Рис закладывают после 1 ч варки в середину горшка с чанахи, где для него делается углубление.

Состав продуктов для чанахи

500 г баранины, 500 г помидоров, 500 г картофеля, 5 баклажанов, 5 луковиц, 8-10 горошин черного перца, 0,5 ч. ложки красного перца, 2 ст. ложки кинзы, 1 ст. ложка базилика, 1 стакан томатного сока или воды, 25 г курдючного сала или сливочного масла.

Мясо посолить, дать полежать 5 мин, положить в горшок.

Подготовить, как указано выше, лук, помидоры, картофель, баклажаны, положить в горшок рядами вперемешку с пряностями, посолить сверху.

Положить масло, залить чанахи томатным соком или кипятком, закрыть плотно крышкой, поставить в духовку.

У Вас есть кулинарный рецепт! Поделитесь им с читателями сайта "Здрава-Мир" - ОПУБЛИКОВАТЬ РЕЦЕПТ