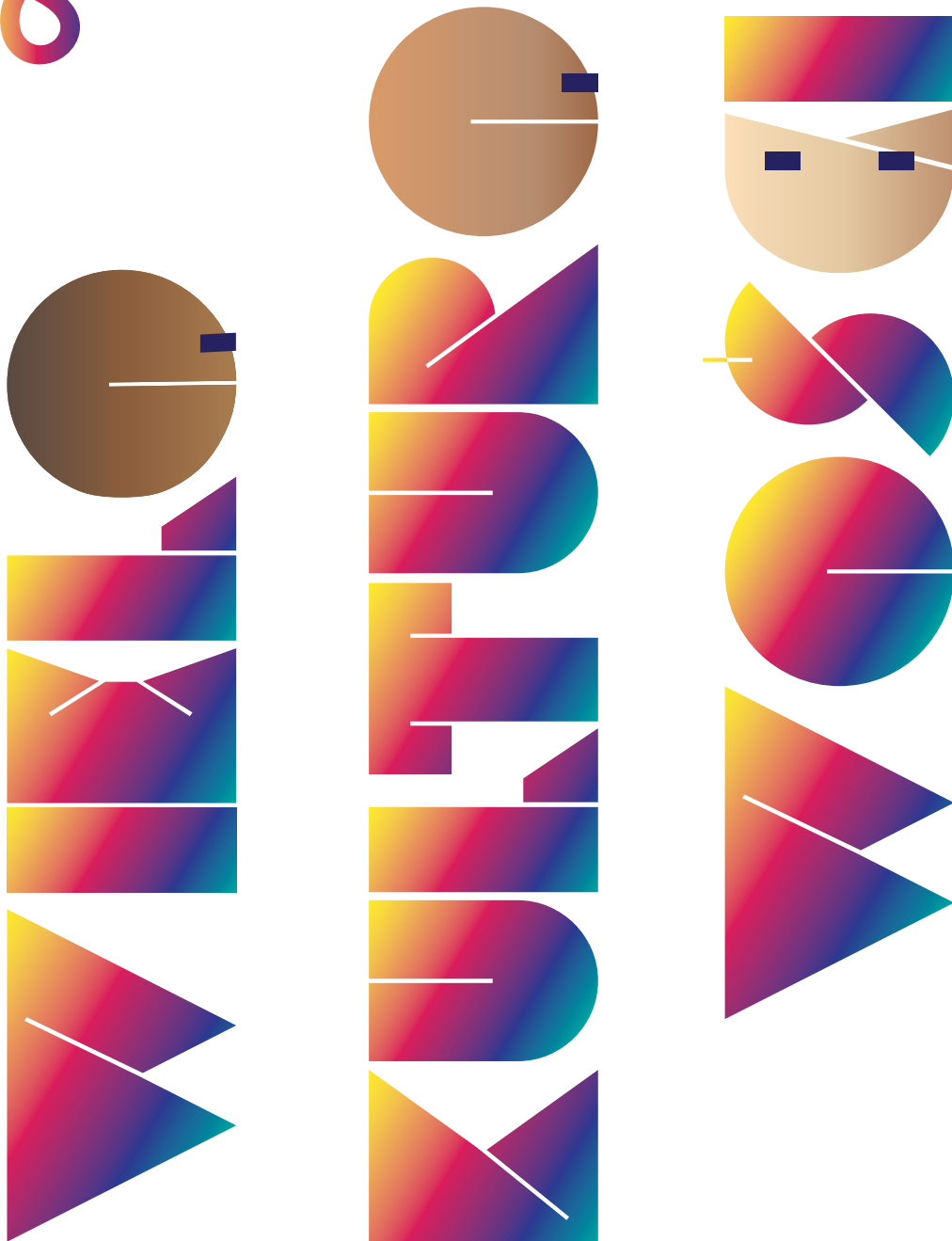


Smaki



TADŻYKISTAN

autorka: Sarvar Akobirova

o mnie

Pochodzę z Tadżykistanu i jestem Amerykanką w pierwszym pokoleniu. Wychowałam się w Nowym Jorku na Brooklynie. Mimo, że mieszkałam z dala od kraju moich przodków, moi rodzice dopilnowali, żebym dorastała z silną świadomością mojej tożsamości kulturowej i historycznej. Wychowałam się w trójjęzycznym domu, w którym rodzice mówili na zmianę w językach tadżycko-perskim i rosyjskim. Sama jednak, ilekroć miałam trudności z wyrażeniem siebie w tych językach, uciekałam się do angielskiego.

Mieszkając i dorastając na Brooklynie, niezustannie obserwowałam różnorodne kultury i wszelkiego rodzaju ludzi - od Meksyku i Salwadoru po Egipt, Palestynę, Nigerię i Maroko, a także Polskę i Słowację. Zaledwie 30 minut jazdy pociągiem po Brooklynie dawało mi poczucie odbycia podróży dookoła świata. 30 minut jazdy pociągiem przenosiło mnie z domu na Brighton Beach, gdzie słodkie rosyjskie babuszki sprzedawały piroszki i czeburek na rogach ulic, do Bay Ridge, gdzie zapach świeżo pieczonych palestyńskich manakeesh i maqloubé roznosił się po ruchliwych ulicach.

Jednak podobnie jak wszystkie dzieci żyjące w diasporze, doświadczyłam poczucia ciągłego bycia gdzieś pomiędzy i braku przynależności. Nie byłam ani wystarczająco tadżycka, ani wystarczająco amerykańska (choć niektórzy pewnie byłiby w stanie zdefiniować, co we mnie stanowi o tych społecznie skonstruowanych tożsamościach). Poza domem nigdy nie rozmawiałam po tadżycku, nie miałam też tadżyckich przyjaciół ani znajomych. Dlatego ta część mojej tożsamości przez długi czas pozostawała marginalizowana. Ilekroć ujawniałam moje pochodzenie etniczne innym Amerykanom, zawsze napotykałam spojrzenia pełne zmieszania. „Tadżykistan? Czy to gdzieś na Bliskim Wschodzie?” - pytali podejrzliwie.

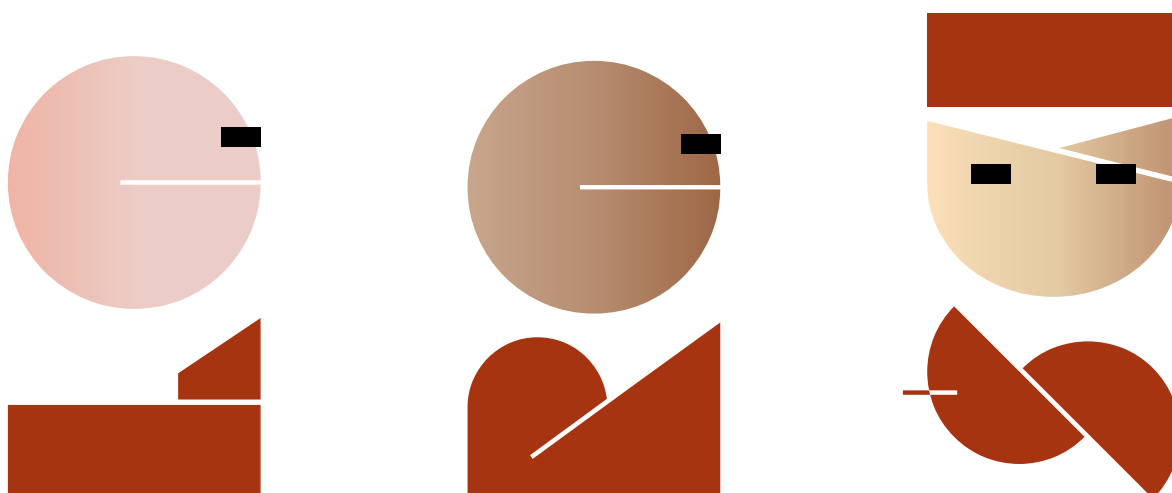
Pomimo tych doświadczeń, spotkanie i zaprzyjaźnienie się z innymi dziećmi z tadżyckiej diaspory - dziećmi, które podobnie jak ja miały wieloczęściową tożsamość i zbliżone przeżycia - doprowadziło mnie do odkrycia, jak fałszywa jest idea etnicznej autentyczności. Jak elokwentnie pisał palestyńsko-amerykański autor Edward Said: „W końcu, nikt dzisiaj nie jest po prostu czymś jednym. Etykiety takie jak indiańska czy kanadyjska, kobieca, muzułmańska czy amerykańska nie są niczym więcej niż punktami wyjścia, które, jeśli doprowadzą do rzeczywistego doświadczenia choć na moment, są całkowicie porzucane.”

Doprowadziło mnie to również do poszukiwania sposobów na ponowne nawiązanie kontaktu z kulturą moich przodków oddaloną o kilometry od mojego miejsca zamieszkania poprzez czytanie o tadżyckiej i perskiej historii, czytanie literatury tadżyckiej, ulepszanie mojego języka tadżyckiego i perskiego czy oczywiście poprzez gotowanie. Zaczęłam również zapoznawać się z historią mojego rodzinnego Nowego Jorku, odwiedzając dzielnicę znaną jako Mała Syria, która kiedyś była tętniącą życiem okolicą na Battery Park zamieszkiwaną przez niewielką mniejszość syryjską od późnych lat 1800-tych do 1924 r. Eksplorowałam także historię Greenpointu, dzielnicy na Brooklynie, która jest miejscem życia drugiej co do wielkości populacji polskiej w USA.

Odkąd zamieszkam w Polsce, miałem okazję zapoznać Polaków z kuchnią amerykańską i tadżycką, a w zamian oni uczyli mnie kuchni polskiej i polskich tradycji. Wielokulturowa historyczna przeszłość Polski, którą wciąż można obserwować na ulicach Kazimierza w Krakowie i w północno-wschodniej Polsce, gdzie tatarskie meczety do dziś służą małej mniejszości polsko-muzułmańskiej oraz obecny napływ osób z Czeczenii, Tadżykistanu i Ukrainy dodatkowo podkreślają wielokulturowy charakter kraju. Właśnie to przyciągnęło mnie do Polski i pozwoliło mi nawiązać osobisty kontakt z tym krajem.

wprowadzenie

Kuchnia tadżycka ma wiele wspólnego z kuchnią afgańską, irańską i uzbecką, a wiele jej składników można znaleźć w Azji Zachodniej, Południowej i Wschodniej ze względu na bliskość geograficzną i historyczne interakcje z tymi regionami. Na przykład Gushi Fil jest spożywany w całym perskojęzycznym świecie od Afganistanu po Iran podczas uroczystości Eid i Nowruz, czyli perskiego Nowego Roku. Shir choy jest spożywany w Afganistanie, Tadżykistanie i w Kaszmirze. Kuchnia tadżycka na ogół nie jest specjalnie przyjazna dla wegetarian, ponieważ bardzo powszechne są w niej potrawy mięsne takie jak kabob, sambusa, oshi palov i mantu. Danie narodowe Tadżykistanu jest jednak wyjątkiem od tej reguły.



QURUTOP



 1 godz

Qurutop (z tadżyckiego: "qurut" - suszone kulki z kwaśnego jogurtu, "ob" - woda) to narodowe danie Tadżykistanu. Jest to danie z południowych regionów kraju. Tradycyjnie qurutop to potrawa wegetariańska, chociaż zdarza się, że niektórzy dodają do niej jagnięcinę. Tadżykistan jest krajem górzystym - około 80% powierzchni kraju pokrywają góry. Dlatego zimy z temperaturami spadającymi poniżej zera bywały tam ciężkie i zdarzało się, że ludziom brakowało żywności. Qurutop jako danie, do przygotowania którego potrzeba bardzo podstawowych składników, takich jak mąka, mleko i warzywa, pomagał przetrwać zimę osobom mieszkającym wymagających w regionach górskich. Z czasem danie stało się znane w stolicy kraju, Duszanbe. Było także bardzo popularne w trakcie trwania wojny domowej w Tadżykistanie i po jej zakończeniu, gdy w kraju brakowało żywności (szczególnie mięsa), a z powodu niebezpieczeństwa, ludzie unikali podróżowania na długie dystanse. Qurutop przygotowuje się w dużych ilościach i jest to danie spożywane w grupie, dzięki czemu ma moc łączenia ludzi.

składniki

- 300g jogurtu greckiego
- 4 średnie pomidory
- 4 średnie ogórki
- 3 średnie cebule
- 2 pęczki kolendry
- 2 pęczki koperku
- 2 pęczki zielonej cebulki
- 2 papryczki chilli
- 50g oleju roślinnego

do przyrządzenia chleba fatir

- 600g maki
- 1 łyżeczka soli
- 250ml wody
- 250g masła
- 1 łyżeczka oleju

sposób przyrządzenia

Qurutop:

1. W garnku na średnim ogniu podgrzej jogurt naturalny zmieszany z wodą. Dodaj sól.
2. Mieszaj bez przerwy przez 30 minut do momentu, kiedy w garnku pozostanie około 2/3 pierwotnej objętości składników.
3. Pomidory, ogórki i cebule pokrój w kostkę. Posiekaj koperek, zielone cebulki oraz kolendrę. Pokrojone warzywa i zioła odstaw do późniejszego wymieszania.
4. Na oleju zeszklij pokrojoną cebulę do momentu, kiedy zaczniesz robić przezroczystą (około 8 min).
5. Na dno dużej miski wrzuć podarty na kawałki chleb fatir.
6. Zalej chleb ciepłym jogurtem i dodaj zeszkloną cebulę wraz z gorącym olejem, w którym się smażyła.
7. Całość posyp zieloną cebulką, pomidorami, ogórkiem, koperkiem i kolendrą.
8. Udekoruj pokrojonymi papryczkami chilli.

Podawaj od razu.

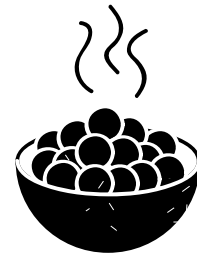
● QURUTOP (cd.)

Chleb fatir:

1. Do mąki dodaj sól i wodę oraz ugnieć na elastyczne ciasto. Gotowe ciasto przykryj i odstaw na 30 minut.
2. Po 30 minutach cienko rozwałkuj ciasto i przekrój na 3 części.
3. Pokryj jedną z trzech części roztopionym masłem i przykryj kolejną warstwą ciasta. Następnie pokryj drugą warstwę masłem i przykryj ostatnim kawałkiem rozwałkowanego ciasta.
4. Raz jeszcze rozwałkuj posmarowane warstwy jedna na drugiej i złoż na kopertę - rogami do środka ciasta. Pokryj otrzymany kształt roztopionym masłem i zwiń ciasto jak roladę.
5. Przykryj ciasto i odstaw na 10 minut.
6. Z pomocą wałka uformuj z ciasta płaskie placki i wykonaj w nich małe dziurki widelcem. Na koniec posmaruj każdy placek cienką warstwą oleju.
7. Piecz placki na złoty kolor w temperaturze 200°C przez 25 minut.

Podawaj ostudzone.

SHIR CHOY I KULCHA



20min

Shir choy (z perskiego: "shir" - mleko i "choi" - herbata) to napój pity w całym Tadżykistanie, ale tradycyjnie kojarzony z kuchnią Pamiru. Wraz z kulchą tworzy bardzo proste i pożywne danie przyrządzane na śniadanie. Każdy Pamirczyk codziennie je na śniadania shir choy i kulchę bez względu na to, w której części świata żyje.

składniki

shir choy

- 1 1/2 szklanki wody
- 200ml mleka
- 2 łyżki czarnej herbaty
- 50g łuskanych orzechów włoskich
- 1/2 łyżki soli
- roztopione masło do smaku

chleb kulcha

- 2 1/2 szklanki mąki
- 1 łyżka suszonych drożdży
- 1 łyżka soli
- 3 łyżki roztopionego masła
- 150ml mleka
- 1/4 szklanki ciepłej wody

sposób przyrządzenia

Shir choy:

1. W małym garnku zagotuj 1 i 1/2 szklanki wody.
2. Dodaj czarną herbatę, sól i orzechy włoskie.
3. Przykryj i gotuj przez 5 minut.
4. Dodaj mleko, wszystko razem zagotuj i zdejmij z ognia.

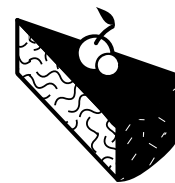
Podawaj z roztopionym masłem i chlebem kulcha.

Kulcha:

1. Do dużej miski wsyp 2 i 1/2 szklanki mąki, dodaj suszone drożdże i sól. Wymieszaj.
2. W osobnym naczyniu wymieszaj mleko i rozpuszczone masło.
3. Dodaj mokre składniki do suchych. Gdyby ciasto było za gęste lub nie chciało się połączyć, dodaj ciepłej wody.
4. Całość ugnieć do otrzymania ciasta.
5. Uformuj z ciasta kulkę, przykryj i odstaw w ciepłe miejsce do wyrośnięcia na około 2 i 1/2 godziny
6. Kiedy ciasto podwoi swoją objętość, uformuj z niego płaskie placki i nakłuj je widelcem tworząc małe dziurki.
7. Posmaruj placki wodą i piecz ułożone na papierze do pieczenia w temperaturze 190°C przez 15-20 minut aż zrobią się złote.

*Przepis z Gulshermo YouTube channel

GUSHI FIL



 1 godz

Gushi fil (z perskiego: "ucho słonia") to tradycyjny słodycz ze smażonego ciasta uformowanego w kształt słoniowego ucha i posypanego pistacjami znany w Tadżykistanie, Afganistanie i Iranie. Przygotowuje się go najczęściej z okazji muzułmańskich świąt oraz na Nowruz, czyli perski Nowy Rok.

składniki

na ciasto

- 4 szklanki mąki
- 5 średnich jaj
- 1 szklanka ciepłego mleka
- 1/2 szklanki oleju roślinnego
- 1 łyżeczka proszku do pieczenia
- szczypta soli

na syrop

- 3 szklanki cukru
- 3 szklanki gorącej wody
- sok z 1 cytryny
- szczypta szafranu (opcjonalnie)
- posiekane pistacje (do dekoracji)

sposób przyrządzenia

1. Wbij jajka do miski. Dodaj proszek do pieczenia, szczyptę soli i olej roślinny.
2. Dodaj mąkę i całość wymieszaj.
3. Dodaj ciepłe mleko i połącz z pozostałymi składnikami.
4. Uformowane w ten sposób ciasto przykryj i odstaw na 30 minut.
5. Przygotuj syrop. Do garnka z gorącą wodą dodaj cukier i mieszaj aż cukier całkowicie się rozpuści. Dodaj sok z cytryny i gotuj na średnim ogniu przez 10 minut.
6. Po 30 minutach podziel ciasto na 4 części.
7. Posyp miejsce pracy mąką i rozwałkuj na nim jedną z części ciasta. Z pomocą dużej foremki wykrój z ciasta koła. Ściśnij każde koło po jednej ze stron, aby uformować kształt przypominający ucho. Powtórz z trzema pozostałymi częściami ciasta.
8. W garnku rozgrzej olej do smażenia.
9. Smaż każde z ciastek w gorącym oleju przez 2-3 minuty po każdej stronie.
10. Usmażone ciastka zanurz w syropie na 1-2 minuty, a po wyjęciu posyp siekanymi pistacjami.



Centrum Pomocy Prawnej Im. Haliny Nieć

kim jesteśmy

Od 16 lat działamy na rzecz ochrony praw człowieka świadcząc bezpłatną pomoc prawną cudzoziemcom, uchodźcom i bezpaństwowcom. Jako prawnicy pracujemy na co dzień w wielokulturowym środowisku, które za pośrednictwem tego ebooka chcielibyśmy wam pokazać „od kuchni”. Poznawanie zwyczajów i jedzenia innych narodów jest doskonałym sposobem na budowanie bardziej otwartego społeczeństwa!

W naszym cyklu „Smaki wielokulturowości” co miesiąc ukazuje się nowy, darmowy ebook z przepisami z innego kraju. Jeżeli podoba ci się to co robimy, będzie nam miło jeśli wesprzesz działalność stowarzyszenia dowolną darowizną:

Nr konta: 65 1160 2202 0000 0000 4950 8531 (Bank Millennium S.A.).

Wystarczy, że wpłacisz 10, 20, 50 zł – każda kwota ma dla nas ogromne znaczenie! Dzięki zebranyim środkom, będziemy mogli nadal kontynuować naszą misję pomocy uchodźcom. Serdecznie dziękujemy za każdy gest wsparcia!

www.pomocprawna.org
www.facebook.com/pomocprawna.org
twitter.com/CPPHN
www.youtube.com/user/CentrumPomocyPrawnej

