



L'art culinaire en Azerbaïdjan



FONDATION
HEYDAR ALIYEV



La cuisine azerbaïdjanaise est l'une des plus riches, des plus anciennes et des plus délicieuses au monde. Cela n'est pas seulement le fait des mets et de leurs techniques de cuisson. La cuisine azerbaïdjanaise est une partie intégrante de la culture multiséculaire du pays. Elle a su harmonieusement intégrer l'histoire locale, la philosophie, les traditions festives, alimentaires et nutritionnelles, la physiologie, l'hygiène, l'éthique, l'esthétique, la poésie et de nombreux autres aspects qui constituent la base de l'identité azerbaïdjanaise.

La cuisine azerbaïdjanaise a été créée depuis des millénaires par nos ancêtres vivant sur les territoires contemporains de la République d'Azerbaïdjan, de l'Azerbaïdjan du Sud (aujourd'hui les provinces du Nord de l'Iran), du khanat d'Irévan, et les régions de Zanguézour et de Goytcha (aujourd'hui l'Arménie), la région de Bortchaly (Géorgie), de Derbend (République autonome du Daghestan, Russie) et de nombreux autres territoires de la région.

Le climat est l'un des principaux facteurs naturels ayant contribué à la formation de la cuisine. La Mère nature a doté l'Azerbaïdjan d'une très grande diversité climatique. On compte neuf zones climatiques avec une flore et une faune très diversifiées créant des conditions favorables à une cuisine riche et variée. Les traditions agricoles, l'agriculture et un élevage de haut niveau ont également contribué au développement de cette cuisine raffinée et très colorée.

Un autre aspect important de l'histoire culinaire azerbaïdjanaise réside dans le fait que des plats complexes sous forme de pâtisseries et de céréales ne peuvent apparaître que lorsque la production agricole dépasse les besoins vitaux de la population. L'abondance et la diversité des céréales ont permis d'affirmer au fil des temps l'existence et la maîtrise d'une cuisine abondante et riche sur le plan nutritionnel permettant de résister à l'épreuve du temps. Leurs recettes transmises d'une génération à l'autre sont devenues un bien public et a constitué la base de la cuisine nationale. La découverte archéologique de cheten, un type archaïque de passoire tissé de roseaux, a fourni une preuve de la transformation et la cuisson des céréales sur le territoire de l'Azerbaïdjan aux Ve et VIe siècles avant J-C. D'autre part, cela prouve que les riches rendements céréaliers et la production agricole de haut niveau existaient déjà dans la zone typique pour cette période.

La récolte abondante des céréales a développé la production agricole et sa transformation grâce au réseau ramifié d'irrigation. Cela est une illustration manifeste du mode de vie sédentaire en Azerbaïdjan à cette période. Il convient de noter que les traditions profondément ancrées de l'agriculture et de l'élevage en Azerbaïdjan ont transformé le pays en l'un des greniers importants pour toute la région du Caucase.

Des notes établies par divers voyageurs, savants, marchands et diplomates appuyées par des découvertes archéologiques attestent des traditions séculaires de l'agriculture et l'horticulture en Azerbaïdjan, où le blé, l'avoine, le riz, le sésame, le soja, la betterave, le melon, la pastèque, le raisin, les pommes, les grenades, les coings et d'autres produits ont été cultivés depuis la nuit des temps.

L'excédent des produits mentionnés ci-dessus, ainsi que le poisson, le caviar, le miel, le safran, étaient traditionnellement exportés vers les régions voisines.

Ainsi, avec les traditions de grande production alimentaire et de transformation, les Azerbaïdjanais ont été parmi les nations du Caucase qui, historiquement, ont eu d'énormes possibilités pour l'élaboration d'une cuisine riche et variée traversant les frontières de la région du Caucase. L'influence de la cuisine azerbaïdjanaise peut être identifiée, même dans certains plats persan et arabe. Par exemple, Javad Hoyat, dans la comparaison des deux langues, mentionne environ 60 définitions culinaires d'origine azerbaïdjanaise dans la langue persane.



Avec le type de climat, le four est un autre facteur non négligeable qui a influencé la cuisine ethnique. Par exemple, un grand nombre de plats bouillis, cuits au four ou à l'étuvée dans la cuisine slave (par exemple, la cuisine russe) étaient liés, d'une manière ou d'une autre, aux possibilités du four russe. L'existence et le développement même de la cuisine azerbaïdjanaise est étroitement liée à divers types de fours ouverts et fermés, ainsi que les barbecues comme tendir, kura, buhari, kulfa, odjag, sadj, mangal, etc

Avant d'utiliser le gaz naturel et l'électricité pour la cuisson, les gens utilisaient le bois, le charbon de bois et la bouse séchée (kizyak) comme combustible. L'utilisation de kizyak est d'un intérêt particulier car il réduit considérablement l'abattage des arbres et arbustes empêchant ainsi la déforestation. De surcroît, les lieux de stockage de kizyak n'auront aucun impact négatif sur les organes respiratoires. Selon les recherches des scientifiques indiens, "la fumée de kizyak" a des propriétés antiseptiques.

Une autre indication du niveau global de la culture culinaire consiste à l'utilisation de l'eau propre et l'attitude à son égard. Depuis les temps les plus anciens, les Azerbaïdjanais ont divisé l'eau en noir et en blanc en fonction de la concentration des métaux et des minéraux. Seule l'eau blanche était utilisée pour la préparation des boissons et la cuisson. Les Azerbaïdjanais ont une longue tradition de la plantation de saules pleureurs sur des rives de fleuves et des canaux (arkh) pour ses racines et branches connues pour leurs effets antiseptiques. Parfois, les branches de saule pleureur ou quelques pièces d'argent ont été mis à l'eau à des fins de purification. Des sédiments et d'autres impuretés ont été souvent traités par les noyaux d'abricot. Un des premiers moyens naturels de traitement de l'eau appliqué en Azerbaïdjan est appelé su dashi (la pierre d'eau). Il s'agit d'une pyramide creuse en grès noir et blanc installée à l'envers sur un support en bois avec un réservoir d'eau propre en dessous.

Outre le filtrage de l'eau à travers la pierre, les gens pourraient aussi utiliser des branches de saule ou l'étoffe d'argent. L'eau infiltrée dans les pores de la pierre était récupérée goutte par goutte. Non seulement l'eau traitée de cette manière était pure, mais elle était également refroidie en raison de différences de pression.

"Sadj itchi" (viande et légumes grillés sur une poêle ouverte de forme hémisphérique)





Le dispositif de distillation en argile datant du VIIe et VIIIe siècle découvert dans le district de Gabala est une preuve intéressante de la production d'alcool sur le territoire de l'Azerbaïdjan. Du point de vue culinaire, cela signifie une large gamme de boissons alcoolisées et non alcoolisées.

Les liens historiques avec les cultures voisines ou éloignées sont un autre facteur important de métissage sur les cuisines. Par sa situation géographique privilégiée, situé au carrefour des grandes axes commerciaux, l'Azerbaïdjan a été au contact intense et direct avec de nombreuses cultures, à la fois voisines et lointaines. Des contacts à long terme avec des marchands arabes ont permis aux Azerbaïdjanais de découvrir le café, tandis que des commerçants chinois, par le biais de la Grande Route de la Soie, ont introduit la culture du thé. De plus, des contacts avec la culture russe et d'autres cultures slaves ont fait connaître les célèbres soupes aux légumes comme schi et bortsch (soupe au chou). Le développement rapide de l'industrie pétrolière à Bakou à la fin du XIXe et au début du XXe siècle et l'afflux massif de nouveaux arrivants ont créé des conditions pour une plus grande ouverture sur la cuisine européenne; style qui prévaut toujours dans la culture de la restauration mondiale.

La cuisine azerbaïdjanaise, étant une partie de la culture turquique, partage certains traits communs avec les cuisines des autres nations turcophones. La cuisine des Seldjoukides turcs, en particulier, celle de la région d'Anatolie en Turquie est la plus proche de la nôtre.

La religion et les croyances traditionnelles ont aussi une influence importante sur la cuisine. Le culte zoroastrien (adorateur du feu) prêché en Azerbaïdjan depuis la nuit des temps a laissé une empreinte indélébile dans la philosophie, la mentalité, les coutumes et la gastronomie du peuple. Le respect traditionnel du feu et du foyer (odjag) comme un symbole de la famille trouve la même origine. La diffusion du christianisme en Azerbaïdjan dans les premiers siècles de notre ère a laissé une forte empreinte sur la cuisine nationale, et tout comme l'influence ultérieure de l'islam.



“Gutabs” (crêpes à la viande hachée)

Le refus des ustensiles d'or, du porc, et l'interdiction d'alcool ne sont que quelques-unes des traditions introduites par l'Islam. La cuisine a également été fortement influencée par un certain nombre de fêtes et coutumes religieuses et les rites de jeûne. En fait, les traditions alimentaires liées à certains interdits religieux et les tabous peuvent faire l'objet d'une recherche distincte. Les bénéfices de certaines exigences alimentaires de l'islam ont été scientifiquement prouvées. Par exemple, l'une des recommandations islamiques est de s'abstenir de consommer des fruits et des céréales sans leur pelure. Des recherches scientifiques récentes ont démontré que la majorité des vitamines et oligo-éléments sont contenues dans la peau.

La viande bovine a été une partie de l'alimentation en Azerbaïdjan depuis les temps les plus anciens. Certaines sources rapportent l'utilisation de la viande de cheval à certaines périodes dans le développement initial des traditions culinaires. Aujourd'hui, la viande de cheval n'est plus utilisée dans l'alimentation azerbaïdjanaise. Certaines personnes âgées entretiennent le souvenir de la consommation de viande de chameau, utilisée spécialement pour la préparation des gutabs (feuilles de pâte farcies à la viande ou aux herbes).

La viande issue des animaux sauvages n'est guère pas rare dans la cuisine azerbaïdjanaise contemporaine. La viande de jeunes animaux femelles et castrés est prisée pour sa tendresse et son goût raffiné. La viande des animaux des zones de montagne est aussi très appréciée. La viande fraîche est nettement préférée à la viande congelée. Outre la viande, on utilise aussi la queue de grasse de mouton, les abats et les tripes des animaux dans la cuisine azerbaïdjanaise.

Depuis des siècles, des techniques de conservation de la viande fraîche ont été mis au point. La grasse de mouton a été utilisée pour la friture de la viande conservée dans les cruches en argile. En outre, le stockage de la viande séchée (duhudj) était largement pratiquée. Parmi les produits volaillers, les œufs des oiseaux sauvages et domestiques sont utilisés dans la cuisine azerbaïdjanaise. La volaille, comme les oies, les canards, les dindes et les poulets sont aussi populaires. En ce qui concerne les oiseaux sauvages, l'automne est considérée comme la saison la plus appropriée pour les chasser.

Les oiseaux domestiques sont élevés dans des conditions adaptées et avec une technique d'alimentation spéciale favorisant l'engraissement rapide. La viande des oiseaux engraisés est considérée comme étant de meilleure qualité que les viandes rouges. La culture gastronomique azerbaïdjanaise possède une longue tradition d'usage de la viande hachée dans les mets comme dolma, kufté, etc.





La peau des animaux est encore de nos jours utilisée pour la conservation et transformation des aliments. Certaines variétés de feta et motal pendir et motal shor sont préparés en peau de mouton (fromage de brebis ou de chèvre légèrement piquant, il égoutté dans des outres en peau de mouton ou de chèvre, où il est pressé par son propre poids). Tchoban basdyрма est un autre célèbre plat préparé à base de viande coupée en petits morceaux, mélangée avec du sel, du thym et autres assaisonnements emballés dans la peau d'agneau, est cuit à feu doux au charbon de bois ou au four traditionnel creusé dans le sol comme tendir kuré.

Dans les régions du nord d'Azerbaïdjan comme Gabala et Sheki, des pierres sont encore utilisés dans la cuisson. Le feu est mis sous une pierre plate d'une taille de 1,5 à 2 mètres. Lorsque la pierre devient assez chaude, la graisse de mouton est répartie sur elle et la viande (chèvre, mouton, veau, poulet, poisson, etc) est étalée et pressée par une autre pierre plate. Le plat cuisiné de cette manière s'appelle dasharasy (plat cuit entre deux pierres).

Les outils et ustensiles en peau animal, en pierre, en bois, en argile, en verre et en métal sont encore largement utilisés dans la cuisine azerbaïdjanaise. Encore de nos jours, les bergers du district d'Ismaïlli utilisent les peaux de mouton comme une sorte de poêle à frire, en particulier, dans les alpages de certaines régions montagneuses reculées comme Lahidj.

Les assortiments de légumes (tutma) en conserve à base de sure et de sel (turshular et shorbalar) sont très populaires en Azerbaïdjan.

Des plats à caractère curatif et diététique ont une place particulière dans la cuisine azerbaïdjanaise. Des plats comme umaj, hachage, horra, guymag ont été utilisés pour traiter diverses maladies pendant des siècles.





• “Basdyrma” de poisson (poisson mariné)

Grâce à la présence sur le territoire du pays de grands cours d'eau comme la mer Caspienne, les fleuves de Koura et d'Arax, les lacs et les lacs-réservoirs (Goygol, Djeyranbatan, Göytcha, etc), la cuisine azerbaïdjanaise est riche en plats à base de poisson. Le poisson est cuit entier, et dans certaines régions peut être également servi haché. Le caviar noir ou rouge est traditionnellement très prisé.

Les œufs sont une autre composante importante de la gastronomie locale. Les œufs de poulet et de caille sont largement utilisés dans les repas quotidiens, ainsi que dans les plats populaires tels que gayganag, tchalkhama, kuku et tchyghyrtma. Les produits laitiers sont particulièrement choyés par les Azerbaïdjanais. La cuisine azerbaïdjanaise comporte de multiples préparations à base de produits laitiers : agyzsud, boulama, karamaz, gatyg, pendir, gaymag, shiya, ayran, shor, etc. Celles-ci sont utilisées comme ingrédients dans les plats populaires comme dovga, dogramadj, ayranashi, atlama, sudlu sayig, etc.

Les Azerbaïdjanais ont une vénération particulière pour le pain sous toutes ses formes telles que yukha, fetir, lavash, sengah et tendir tchöreyi (pain cuit au four traditionnel creusé dans le sol). Le repas habituel d'une famille azerbaïdjanaise commence avec du pain comme aliment de base. Jurer sur le pain est considéré comme tout aussi puissant que jurer sur le Coran.





Les pâtes occupent une place particulière dans notre cuisine. Comme il a été noté précédemment, la combinaison de pâte avec de la viande est généralement typique de la cuisine turquique (des peuples turcophones).

Quand le temps se réchauffe, la part de plats à base de farine et de viande dans l'alimentation quotidienne diminue progressivement et fait place aux plats végétariens faits des herbes sauvages et cultivées, tels que kyata, soyug, dovga, ajab-sandal, etc. De nombreuses salades sont faites à base d'épinards, de betteraves, de menthe, d'aubergines, de tomates, etc.

Les plats cuisinés à partir de blé et de haricots ont une place particulière dans l'alimentation locale. Siyig, plov (pilaf), chilov, govurga et hadig en sont quelques exemples. Le plov (pilaf) est considéré comme le plus délicieux d'entre eux. L'Azerbaïdjan a une tradition très ancienne de la culture du riz. On y compte environ 200 variétés de plov (pilaf). Dans certaines régions azerbaïdjanaises, la consommation du riz se substituait à celle du pain. Par exemple, dans les anciens temps à Lankaran, au sud de l'Azerbaïdjan, le pain n'était guère utilisé.

“Doghramadj” (soupe froide de yaourt aux concombres et aux herbes)

Différentes variétés du plov (pilaf)





La production abondante du sucre en Azerbaïdjan explique la place importante de la pâtisserie et confiserie dans la cuisine locale. Au début, le sucre a été fabriqué à partir de la canne à sucre répandu à la demande du comte Potyemkin et sur l'ordre de l'impératrice Catherine II de Russie. Ce type de sucre a été appelé takhta gand (sucre en bois). L'autre variété de sucre a été extrait des betteraves sucrières. Ce type de sucre a été considéré comme matière brute et non-raffinée, même si les sources historiques ont mentionné le processus de raffinement du sucre sur le territoire de l'Azerbaïdjan au Xe siècle de notre ère. Nizami Gandjavi (de Gandja), le célèbre poète azerbaïdjanais du XIIe siècle, a comté la production du sucre à partir de roseaux et de betterave.

En outre, une autre variété de sucre appelée nabat a été extraite de fruits. Un certain nombre de miels et de boissons sucrées comme bekmez, doshab ont été utilisés soit comme les déserts, soit à des fins médicinales. Les bonbons et confiseries traditionnelles cuites comprennent paklava, shekerbura, rahatlukum, sudjuk, peshmek, peshvenk, ter halvasy, guymag, gatlama, yukha halvasy, etc. Pour beaucoup d'entre eux, il s'agit de bijoux de la cuisine azerbaïdjanaise. En utilisant des produits à base de miel, de sucre, de fruits et de bekmez, les Azerbaïdjanais ont réussi à créer des confitures au goût subtil et délicieux, marmelades et autres confiseries aux arômes de cornouilles, de coings, de cerises, de figues, de noix, de pétales de rose, etc.

Les boissons constituent une partie particulière de la cuisine nationale. Vodka (araq en azerbaïdjanais), extraite de mûre, de cornouilles (cerise de cornaline) et quelques autres plantes, est principalement utilisée pour ses bienfaits curatifs. Le mot “araq” signifie “boisson blanche”. Dans certaines sources, il est qualifié de «boisson pure». Par le biais de la distillation de diverses plantes, différents extraits médicinaux et alcoolisés, ainsi que araq ont été produits, comme la menthe araqsiz, gulyabi, chal araq. La variété spécifique de la bière connue sous le nom buza (un épais breuvage à base de millet fermenté) a été brassée en Azerbaïdjan depuis les temps les plus anciens.

À l'instar des autres nations turcophones, les Azerbaïdjanais utilisent également différentes variétés de boissons à base de lait caillé, comme ayran, atlama, bulama, etc.

Les sorbets (sherbet) sont préparés à partir de jus de fruits, d'extraits de plantes, de sucre et de ses dérivés. Sherbets sont servis avec plov (pilaf) pendant les fêtes et les repas rituels. Certains boissons comme ovshara, gyandab, mushmuli, sal'ab ont également été utilisées à des fins curatives. Le rôle du thé dans la cuisine azerbaïdjanaise est primordial. Aucun repas ne peut être servi sans le thé. L'utilisation de café et de cacao est moins fréquente. Le lait chaud bouilli, les boissons et produits laitiers sont servis pendant le petit-déjeuner. De plus, l'Azerbaïdjan est réputé pour ses eaux minérales comme badamly, sirab, Istisu, etc.



Certaines boissons à usage médicinal comme bekmez (doshab) sont produites par l'ébullition à forte concentration de mûre, de pastèque, de canne à sucre, de betteraves, de raisins et de kaki sauvages. Une autre boisson de ce genre, appelée iskenderjebi, est utilisée avec des plats principaux pour apaiser la soif et faciliter la digestion. La boisson est un mélange de miel et de vinaigre. Dans certains cas, le sucre est utilisé à la place du miel. Des boissons traditionnelles azerbaïdjanaises comme doshab et paludi peuvent être comparées à la compote et au kissel russes. Ces boissons sont généralement servies frais.

Une grande partie de la cuisine nationale est liée à divers rituels et aux fêtes. Des plats dérivés de semeni (semences de blé) ne sont préparés que pendant les fêtes de Khydyr Nebi, alors que hedik et govurga ont la réputation d'être servis pour célébrer la première dent du nouveau-né et la dernière dent d'un centenaire. Au cours de Kit-chik tchillé, l'une des fêtes hivernales célébrées comme une prémisse de la fête du Printemps (fête de Novrouz célébrée 50 jours avant l'équinoxe de printemps - le 21 Mars), les gens se nourrissent des pastèques conservées spécialement pour l'occasion depuis l'été.

Les entremets comprennent yakhma et durmek (garniture roulée dans le pain plat). Le pain plat comme lavash ou tendir tchöreyi peut aussi être utilisé. Durmek est souvent fait sous forme d'une poche d'où son nom djibbi ou bukme (emballé ou poché de garniture) et peut être servi à la fois chaude et froide.

Les salades constituent un autre type de petits plats. Chara, une sorte de dessert comprenant des fruits frais et séchés, des noix, et les plats sucrés sont habituellement servis à la fin du repas. Une autre caractéristique intéressante mettant en valeur la richesse de la cuisine azerbaïdjanaise est l'abondance des sauces (zvar). Au XII^e siècle, le voyageur turc Evliya Celebi dénombrait une douzaine de sauces diverses en Azerbaïdjan à base de yaourt (gatyg), de vinaigre, d'ail, de jus de fruits, etc. Certaines sauces sont faites de pastilla (pâte aérée extrarudée) et de lavashana (fine pâte laminée de mirabelles séchées). L'une des sauces les plus célèbres azerbaïdjanaises, appelée narsharab, fait de jus de grenade est particulièrement savoureux avec du poisson.

Le menu typique d'une famille azerbaïdjanaise dépend de la saison, des conditions climatiques, de l'âge, de son style de vie, des traditions et de la région. D'où l'existence de différentes variétés de mets : mets d'Aran (zone de plaine), les plats adaptés aux femmes enceintes, à la fiancée, aux enfants, aux jeunes personnes et personnes âgées.

On estime que l'espérance de vie élevée et le grand nombre de centenaires dans le pays trouvent une explication dans la cuisine azerbaïdjanaise et dans ses traditions culinaires saines.

Les témoignages des voyageurs étrangers sur la cuisine azerbaïdjanaise

L'harmonie des arômes, la poésie, les goûts, le jeu des couleurs riches ... Vous pouvez continuer cette belle liste, mais elle ne serait pas exhaustive pour caractériser toute la richesse de notre cuisine.

La cuisine azerbaïdjanaise est l'une des plus anciennes, des plus riches et des plus variées du monde. Il y a environ 2000 plats qui forment les fondements de la cuisine caucasienne.

Depuis les temps anciens, l'Azerbaïdjan a fourni aux marchés des pays voisins des produits de viande, de poisson, des céréales, des fruits et légumes, de la farine, des produits laitiers, du sucre, du sel et bien d'autres produits et recettes. En fait, toutes les cuisines du Caucase sont basées sur la cuisine azerbaïdjanaise. Des plats tels que dolma, sudjuk, basash, hapama, gayzaba, basdirma, borani, nazik, asuda, chilov, plov, shashlyk, pakhlava, bozartma, aryshta, kufta, kyata, gata, lavash, djad, odjab, bekmez, doshab, ainsi que beaucoup d'autres qui se sont répandus dans tous les peuples du Caucase, trouvent leurs origines dans le génie du peuple azerbaïdjanais, avec l'aide de Dieu, sur les terres fertiles de l'Azerbaïdjan.





Nos invités saurons aussi bien que nous, sinon mieux parler de notre gastronomie.

Antonio Jenickson - un marin anglais (XVI^e siècle), qui a visité la ville de Shamakhy, décrit les plats servis chez Abdulla Khan : “Les nappes ont été posées sur le sol et différents plats ont été servis. Ils ont été alignés en fonction de leur nature : à mes yeux, il y en avait 140 plats. Puis les plats et les nappes ont été retirées, et de nouvelles nappes ont été déposées : 150 plats comprenant des fruits et d’autres aliments ont été apportées. Ainsi, 290 plats ont été servis en tout”.

Baron Fiodor Korf s’est rendu en Azerbaïdjan entre 1834 et 1835. “En général, les fruits sont délicieux, des raisins, des pêches, des abricots, des cerises, des melons et des pastèques poussent en abondance ... des fruits juteux et parfumés dorés sous le soleil glorieux de l’Orient... Des serveurs sont entrés, portant de nombreuses variétés de pain sur leurs épaules. Le premier plat composé de fromage de mouton, d’oignons, de radis, des fines herbes à la suite. Puis, différentes variétés d’œufs brouillés, bozbash, soupe, fisindjan, sauces aigre-douce à base de viande et d’amande, viandes grillées, plov (pilaf) garni de morceaux de viande, le sultana et le safran avec des amandes ont été servis. A la fin, le mouton entier avec têtes et jambes brochées a été apporté. J’ai compté quatre vingt-dix-neuf



plats à table, de sorte que la quantité et la variété de tous les mets servis ont pu être vérifiées. Il y avait beaucoup de vins et de sorbets (sherbet)”.

Ambrosio Kontorini fut l’ambassadeur de Venise (XVe siècle). “Nous avons été servis de nombreux mets différents, cuits, selon les traditions locales et, en général, ils étaient très savoureux.”

Tomas Benister et Jeffry Dsket étaient marchands anglais du XVIe siècle. “Un nombre incroyable de noix du même type et de la même qualité que nos noix de forêt, est récolté de Zegam, qui sont délicieux et raffinés. La viande de mouton est très bonne ... La mer Caspienne est étonnamment riche en poissons, il y a des variétés de poissons que l’on ne retrouve pas dans d’autres parties du monde.”

Marco Polo - voyageur vénitien (XVIIe s) : “il est entouré de magnifiques jardins, à partir desquels sont cueillis de formidables fruits”.

Adam Oleari, l’ambassadeur de Holstein (XVII c) : “Suggacht – le poisson fumé dans l’ordre : emballé dans le torchon, mis sur le feu, recouvert de cendres et rôti. Il a un goût si plaisant ...

32 grands plats garnis de nourriture nous ont été apportés. En premier lieu, le riz de différentes couleurs cuit à la vapeur et le poulet grillé, le

Feuilles de chou
farcies à l’agneau

canard, le bœuf, le mouton, les poissons agrémentaient tous les mets. Ces mets ont été cuits à petits feux et étaient ... assez délicieux”.

Evliya Celebi, voyageur turc (XVIIe siècle). «On a servi 11 variétés de plov (pilaf), avec mayoran, poulet, plov musaffar, plov avec origans, plov chosh, plov chilav au gingembre, à l'ail, le plov kese, poêlée de légumes avec du riz, parfumé comme les lèvres d'une belle femme, de la soupe de mastaba. Tout était délicieux ... 26 variétés de poires juteuses ont été servies. La dégustation des variétés comme “maladja Abbasi», et “ordubadi” donne la sensation de bonbons dans la bouche”.

40 variétés de pilaf parfumés et la soupe aux aubergines. Des cuisiniers locaux ont plus de 12 variétés de soupes et de sauces dans leurs cuisines. 7 variétés de jus de raisin de muscade jouissent d'une popularité; le jus de grenade fait des fleurs de grenade, des boissons d'hiver à base de miel, buza fait de millet et de riz, le vin divin fait de raisin appelé “meleki”.

Ce n'est qu'une petite partie de l'admiration portée pour notre cuisine par différents voyageurs, marchands, diplomates et invités qui ont visité notre pays.

Poisson “lavanguy” (poisson farci du noix râpé aux oignons)



Jakut Al-Hamavi (voyageur arabe du XII^e siècle) écrit : «l'Azerbaïdjan ... beaucoup d'arbres fruitiers. Je n'ai jamais vu autant de jardins et de rivières ... on y cultive les meilleurs pois chiches, les grenades, qui n'ont pas d'égal dans le monde entier, et des figes au goût subtil et délicieux... Je n'ai jamais vu de tels abricots savoureux ... Voici de beaux raisins, céréales et le coton qui mûrissent. Beaucoup de fruits, notamment les noix et les marrons sont les meilleurs au monde. Ar - Rass (la rivière Araz), tant de poissons y sont pêchés. Le poisson, connu sous le nom shurmachi ne se trouve qu'ici ».

Alexandre Dumas (père), cuisinier et écrivain français du XIX^e siècle. "Kebab est le plus savoureux plat que j'ai jamais vu. Il est nécessaire de l'inclure dans la liste des plats populaires de France. Maintenant, je vais vous enseigner comment le cuisiner, et je suis sûr que vous en serez très reconnaissant quand vous l'aurez cuit et mangé ... ”

“Khan-kabab” (brochettes de foie d'agneau d'après une recette spéciale)





LES RECETTES DE LA
CUISINE
AZERBAÏDJANAISE





Gutabs aux herbes

Ingrédients :

600g d'épinards, 200g d'oignons verts, 200g de coriandre, 60g de fromage (lait caillé sec), 200g d'aneth, 600g de farine de blé, 20g de lavashana (pâte laminée de mirabelles séchées), 300g de beurre, sel.

Préparation :

Préparer la pâte avec de la farine et du sel, émincer les herbes et les mélanger avec du fromage ou du lait caillé. Étaler la pâte au rouleau sur 3-4 mm d'épaisseur. Faire des cercles de 20-25 cm de diamètre chacun. Poser la farce (herbes, fromage ou lait caillé) au milieu du cercle de pâte, poser dessus 20g de beurre. Plier la pâte en forme de chausson et bien souder les bords. Cuire au four des deux côtés. A la sortie du four, déposer un carré de beurre sur les deux côtés. Déguster avec du yaourt en accompagnement.

Dolma aux feuilles de vigne farcies
(On appelle dolma tous les légumes farcis) :

Ingrédients :

47g de feuilles de vigne fraîches, 100g de farce, 164g de viande de mouton , 25g de graisse de mouton, 20g d'oignon, 24g de coriandre ou menthe, 30g de riz, 0,2g de cannelle.

Laver les feuilles de vigne, couper la queue de chaque feuille avant de remplir de farce, mettre à blanchir les feuilles fraîches à l'eau bouillante, les égoutter et laisser refroidir pendant 20-25 minutes. Elles seront à point pour rouler. Etaler les feuilles sur le plan de travail et déposer de la farce au milieu de chaque feuille. Rabattre les deux extrémités et rouler jusqu'à la pointe. Dans une marmite, disposer les feuilles farcies bien serrées les un aux autres pour empêcher que les feuilles ne se déroulent pendant la cuisson. Les recouvrir d'eau et laisser cuire à feux doux pendant 50-60 min.

Pour préparer la farce, hacher la viande de mouton avec de la graisse de mouton et de l'oignon, ajouter les herbes finement coupées, le sel, le poivre noir, le riz lavé et égoutté et hacher le tout.

Compter 6-8 pièces de dolma par personne sur lesquelles on aura versé le jus de cuisson dans lequel dolma a été cuit et saupoudré de cannelle. A accompagner de yaourt nature (150g) avec une pointe d'ail pressé (3g).





Piti à la façon du district de Sheki

Cette soupe traditionnelle se prépare dans des bols en terre cuite (pour 1 personne).

Ingrédients :

160g de viande de mouton, 25g de graisse de queue de mouton, 1 cuillère à soupe des pois chiches, 1 châtaigne pelée, 1 tranche de coing (25-30g), 1 oignon, 5-6 mirabelles séchées, 1 cuillère à soupe de menthe séchée, sel et poivre (selon le goût).

Préparation :

Piti est cuit dans un pot en terre cuite (kupé) d'un volume de 0,8 l.

Prendre des os de mouton, de la poitrine et du collier coupés en petits morceaux, des cubes de graisse de queue de mouton et des pois chiches (préalablement trempés dans l'eau froide pendant 4-5 heures).

Verser le tout dans le pot en terre cuite et recouvrir de 0,5 l d'eau froide. Mettre au four. A ébullition, ajouter les oignons finement hachés, la châtaigne, le coing, les mirabelles séchées et rectifier l'assaisonnement.

En fin de cuisson, ajouter les épices et l'infusion de safran.

Saupoudrer de menthe séchée finement coupée avant de servir.





Dolma aux tomates et aux aubergines farcies

Ingrédients :

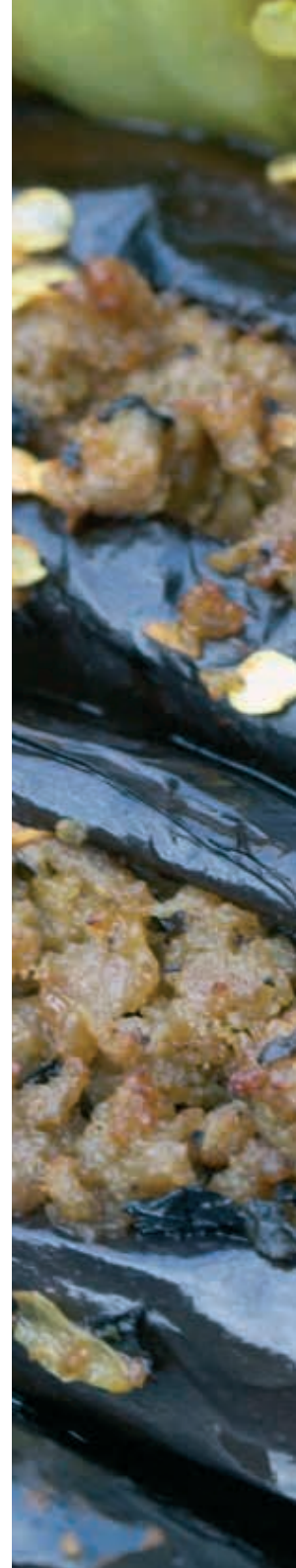
269g d'aubergine, 164 g de viande de mouton hachée, 20g de beurre fondu, 142g de farce, 163 g de tomates, 300g d'oignon, 50g de yaourt, 15g d'herbes fines (basilic, coriandre, aneth), 0,2g de cannelle, 340 g de farce à moitié prête.

Préparation :

Couper les aubergines en deux partie égale sur toute la longueur. Retirer les graines et mettre à blanchir dans de l'eau bouillante salée pendant 1-2 minutes et les égoutter. Les garnir de farce. Mettre dans un faitout et disposer de côté des tranches de tomates. Verser un peu d'eau ou de bouillon et laisser cuire pendant 25-30 minutes.

Préparation de la farce :

Prendre la viande et l'oignon et hacher le tout, saler et poivrer. Faire revenir le tout au beurre pendant 20-30 minutes en remuant sans arrêt. Laisser refroidir. Ajouter les herbes finement coupées. Choisir des tomates de taille moyenne et pas trop mûres, vider les tomates (en laissant très peu de chair à l'intérieur) en conservant les chapeaux. Farcir les tomates avec le mélange et remettre les chapeaux. Démarrer la cuisson des tomates farcies dans une poêle avec du beurre. Ajouter le bouillon, couvrir et laisser mijoter pendant environ 15-20 minutes. Servir dans sa propre sauce. Le yaourt et la cannelle peuvent être ajoutés.







Shah Plov (Pilaf royal) *(pour 30 personnes)*

Ingrédients :

3 kg de riz, 0,01 g de safran, 250 pièces de lavashs (pain plat), 3 kg de beurre fondu, 1 kg d'agneau désossé, 250 g d'albukhara (prunes séchées dénoyautées), 300 g de raisin blanc, 200 g d'abricots secs, 0,15 kg de châtaignes pelées, sel et poivre.

Préparation :

Cuire le riz à moitié dans l'eau salée. Assaisonner la viande avec du sel et du poivre et l'envelopper dans la pâte de mirabelles séchées (alcha turshusu). Beurrer le fond et les côtés du faitout et puis tapisser le tout avec des lavashs beurrés placés les uns à côté des autres en prenant soin de les faire dépasser du bord du faitout sur une hauteur de 5 cm.

Egoutter le riz à l'aide d'une passoire, le mettre dans le fond du faitout sur une épaisseur de 5 cm, puis étaler par-dessus les châtaignes, les pruneaux séchés et dénoyautés, les raisins secs, recouvrir d'une nouvelle couche de riz de la même épaisseur, ensuite poser la viande d'agneau coupée et terminer par une couche de riz et une couche de fruits secs jusqu'à hauteur. Rabattre les lavashs vers l'intérieur de façon à couvrir le pilaf en rajoutant 5 lavashs beurrés afin de le recouvrir entièrement. Mettre dans un four préchauffé à 130°C durant 40 minutes. Sortir du four, verser sur le pilaf le reste du beurre fondu et remettre à cuire pendant 3 heures.

Le plov azerbaïdjanais (pilaf) est servi avec différents variétés de garnitures, telles que les châtaignes, les herbes, les mirabelles séchées (altcha-turshu), différents légumes, et de la viande de mouton, de poulet ou de dinde.



Le plov (pilaf) azerbaïdjanais est servi aux divers accompagnements à côté du riz : viande aux marrons, viande aux herbes, viande aux fruits secs etc. Comme viande on prend de l'agneau, du poulet ou de la dinde.



*SUCRERIES ET
CONFISERIES DE LA
CUISINE
AZERBAÏDJANAISE*





Shékerbura (tourte aux noix et au sucre)
(Pour 1 kg de produit fini)

Ingrédients :

560 g de farine de blé pâtissière, 240 g de beurre, 250 g de crème, 2 œufs, 10 g de levure chimique, 260 g de poudre d'amandes blanches ou noisettes râpées, 260 g de sucre.

Préparation de la pâte :

Chauffer légèrement la crème (30-35°C); ajouter la levure chimique, le sel et les œufs, puis la farine en dernier. Pétrir le tout. Laisser reposer la pâte pendant 1-1,5 heures.

Ingrédients de la farce :

Préparation de la farce :

Mettre le beurre en pommade, blanchir les 260 g de sucre et y ajouter la poudre d'amandes blanches ou les noisettes râpées. Lier le tout avec un peu de farine et laisser reposer quelques minutes.

Diviser la pâte en boulettes de 30 g et les abaisser en petits disques de 3-4 mm. d'épaisseur. Mettre de la farce sur une moitié du disque, le rabattre et pincer les lèvres en spirale et orner la surface en brins d'épine à l'aide d'une pincette spéciale.

Cuire au four à 180°C pendant 20-25 minutes.

Guba pakhlavassy (pakhlava de Guba)

Ingrédients :

280 g de farine de riz, 420 g de sucre, 140 g de noix, 1 g d'acide citrique, 2 g de graines de coriandre, 0,5 g de cardamome, 0,2 g de safran.

Préparation :

Pétrir la farine de riz avec 120 g d'eau. La pâte est versée à l'aide d'un outil spécial ayant 11 trous. Cuire la pâte feuilletée au four. Ajouter les cerneaux de noix hachés à la cardamome râpée et aux graines de coriandre.

Mettre 8 couches de feuilleté sur une plaque à four en cuivre. Garnir de farce et recouvrir à nouveau de 5 couches de feuilletés. Découper des formes rondes et décorer le centre des cercles avec des filaments de safran (sous forme d'un carré). Mettre à cuire pendant 15-20 minutes dans un four spécial dont les parois, le sol et la voûte sont chauffés par du charbon de bois.

Préparer 10 cl de sirop de sucre auquel l'on ajoute une goutte d'acide citrique (1g). Verser sur le pakhlava et laisser infuser 8-10 heures.





Confiture de cornouilles

Ingrédients :

1 kg de cornouilles, 1,3 kg de sucre blanc en poudre, 300 g d'eau.

Préparation :

Faire un sirop avec 1,3 kg de sucre et 300 g d'eau. Le verser sur 1kg de cornouilles. Porter à ébullition, puis retirer du feu et laisser refroidir. Renouveler l'opération jusqu'à ce qu'elles soient prêtes. Enlever la mousse à la fin du processus.

Confiture de cerises et/ou cerises sucrées

Ingrédients :

1 kg de cerises et/ou cerises sucrées (dénoyautées), 1.5 kg de sucre blanc en poudre.

Préparation :

Verser le sucre sur les fruits et laisser reposer pendant 3-5 heures jusqu'à ce qu'ils prennent l'apparence d'un jus. Porter à petite ébullition durant 10-15 minutes.

Confiture de figues

Ingrédients :

1 kg de figues, 1 kg de sucre blanc en poudre,
1-2 g d'acide citrique, une pincée de vanille.

Préparation :

Peler les figues et y ajouter le sucre, laisser reposer pendant 10 heures pour que le jus s'en écoule. Puis faire bouillir à feu doux pendant une heure. À la fin de l'ébullition, ajouter l'acide citrique dilué dans 1 cuillère à soupe d'eau.



Sorbet au citron

Ingrédients :

4 pièces de citrons, 250 g de sucre, 1 litre d'eau

Préparation :

Verser 2 verres d'eau dans une casserole et porter à ébullition. Peler les citrons, essuyer et les plonger dans l'eau bouillante pendant 3 minutes. Puis laisser refroidir. Presser le jus des citrons pelés, les mettre dans un récipient à part. Dans une casserole, mettre la partie restante des citrons, couvrir avec de l'eau chaude (80-85°C), laisser infuser et filtrer après refroidissement. Mélanger les deux préparations. Faire un sirop avec 250 g de sucre et 1 l d'eau, porter à ébullition. Ajouter le jus et l'infusion mélangée. Laisser refroidir jusqu'à 18-20°C. Servir frais ou avec des morceaux de glaçons en accompagnement.

Sorbet de basilic (reyhan)

Ingrédients :

100 g de basilic, 100 g de sucre, 1 litre d'eau, 2 g d'acide citrique.

Préparation :

Ciseler le basilic, verser 1 litre d'eau dans une casserole, et porter à ébullition. Ajouter le sucre et l'acide citrique dilué dans une petite quantité d'eau. Filtrer à l'aide d'une passoire et faire refroidir.





Rouleaux d'Ordubad (district de la République autonome de Nakhitchévan)

Ingrédients :

400 g de farine de blé pâtissière, 250 g de crème aigre, 100 g de beurre, 200 g de noix, 180 g de sucre, 40 g de miel.

Préparation :

Pour la pâte : mettre la crème aigre dans un cul-de-poule, ajouter la farine et puis le beurre en pommade. Faire une pâte. Laisser reposer.

Pour la farce : dans un récipient, mélanger 200 g de cerneaux de noix hachés avec 180 g de sucre semoule, ajouter 40 g. de miel, la cannelle, la girofle et la coriandre. Mélanger le tout. Couper la pâte en portions de 40 g.

Réalisation des rouleaux :

Rouler chaque portion en un ruban de 4-5 mm. d'épaisseur. Une extrémité est plus large que l'autre. Poser sur l'extrémité la plus large 30 g de farce et les rouler de façon à obtenir des rouleaux. Poser ces rouleaux sur une plaque à four beurrée. Prendre 1 jaune d'œuf. Le mélanger bien et à l'aide d'un pinceau, dorer chaque rouleau. Cuire dans un four préchauffé à 190-200°C pendant 20-25 minutes.

