



## Recipes ▪ Reseptlär ▪ Рецептлар

### Peremech ▪ Pärämäch ▪ Pärämäts

Recipe and photos: Fazile Nasretdin, translation Sabira Stahlberg

#### Meat filling

**400 g meat, minced**  
**1 onion, finely chopped**  
**2 tsp salt**  
**1 tsp pepper**  
**a little water, boiled and cooled**



Chop the onion finely and add it to the minced meat. Add the cooled boiled water, salt and pepper. Mix everything together well. Knead the meat mixture until smooth.

#### Dough

**200 ml milk, warmed**  
**1 egg**  
**a pinch of salt**  
**700 ml wheat flour**



**Vegetable oil for frying, such as sunflower oil**

Heat the milk to about the same temperature as your hand. Break one egg into the milk and add a little salt. Add the wheat flour. Knead the dough well until stiff. Cover with a towel and let rest for 10-15 minutes.

Divide the dough into four pieces. Shape the pieces into long baguette- (or sausage-)like shapes about 4-5 cm in diameter and cut them into 2-3 cm thick slices. Shape the slices of dough into small balls with your hands. On a floured surface, roll each ball into a circle about 10-15 cm in diameter.

Place a tablespoon or more of the meat mixture in the centre of the rolled pastry, and using a knife or fork, spread it out to about 2-3 cm of the circle's edge. Gently lift the edge with your fingers and pleat the pastry around with fine folds. Leave a small hole in the centre.

Fry the peremech in a pan with hot vegetable oil. Put the pastry first hole-side down into the pan. The oil should come up to the middle of the pastry- do not completely immerse it in oil. Turn the peremech when the hole-side has become golden-brown.

The peremech are ready when both sides are golden-brown. Serve with yogurt, mustard, pickles, lingonberry jam, etc., and hot broth.

#### Hot broth

**100 ml hot water**  
**salt and pepper**  
**butter**

Peremech is often served hot with hot broth. The hot broth makes the peremech even more delicious.

Peremech can also be frozen and reheated. Enjoy your meal!





## Recipes ▪ Reseptlär ▪ Рецептлар

### Pärämäç ▪ Pəraməç

Resept hām räsemnär: Fazile Nasretdin

Eçlege

400 g it, borgan

1 sugan, vaklap turalgan

2 bk toz

1 bk borıç

beraz su, kaynatıp suingan



Sugannı vak kına tura da, borgan itkä sal. Kaynatıp suingan sunı, toz hām borıçnı östä. Barısın da bergä yahşı bolgat. Kamırın bas.

Kamırı

2 dl söt, cılı

1 yomırka

beraz toz

7 dl boday onı

Kızdırıp peşerü öçen üsemlek mayı, mäsälän, aybagar (könbagış) mayı



Sötne beraz cılıt. Yakınça 36-37 dārəcə, kulıñ belän ber cılılıkta. Sötkä ber yomırka sıt hām beraz toz sal. Boday onın östä dä, kamırnı yahşı gına basıp üzlät. Kamır baytak katı bulırğa tiyeş. Östen sölgä belän kapla da, 10-15 min yal itter.

Yahşı üzlätkän kamırnı dürt kisäkkä bül. Kisäklärne ozın baton sıman ävälä, diametrı yakınça 4-5 cm. Ävälägän batonı 2-3 cm buşlık kalın kisäklärgä kis. Kamır kisäklären kulıñda tægärätep ävälä. Alardan onlagan kuna östendä tügäräk cäymälär uklaula, yakınça 10-15 cm diametrı.

Cäymäneñ urtasına it sal da, itne pıçak belän tigezlä. Cäymäneñ kırıyına börü öçen 2-3 cm buş kaldır. Cäymäneñ kırıyınnan barmaklarıñ belän kütärep tot. Vak kına börep çık. Börgändä pärämäçneñ urtasında keçkenä tişek kaldır.

Pärämäçlärne kaynar üsemlek mayına salıp kızdır. Tişekle yakların aska karatıp tabaga sal da, kızargaç äyländer. Tabadagı may pärämäçneñ urta biyeklegenä kadär bulsın (may eçenä batırma). İke yağı da kızarıp peşkäç pärämäçlär äzer.

Pärämäç tabınga şurba belän kaynar kileş birelä. Anıñ yanında katık, tozlu kıyar, çögender, hardal (gärçiçä), narat ciläk kaynatması h.b.ş. birelä. Şurba belän pärämäç tagın da läzzätleräk bula.

Şurbası

1 dl kaynar su

toz hām borıç

sarı may

Pärämäçlärne peşkän yäki çi kileş tuñdırırğa da mömkin.

Tämle bulsın!

Kıskartmalarga añlatmalar: g gramm ▪ bk bal kaşığı ▪ dl deziliträ





## Recipes ▪ Reseptlär ▪ Рецептлар

### Пәрәмәч

Рецепт һәм рәсемнәр: Фазилә Насретдин

Эчлеге

400 г ит, борган

1 суган, ваклап туралган

2 бк тоз

1 бк борыч

бераз су, кайнатып суынган



Суганны вак кына тура да, борган иткә сал. Кайнатып суынган суны, тоз һәм борычны өстә. Барысын да бергә яхшы болгат. Камырын бас.

Камыры

2 дл сөт, жылы

1 йомырка

бераз тоз

7 дл бодай оны



**Кыздырып пешерү өчен үсемлек мае, мәсәлән, айбагар (көнбагыш) мае**

Сөтне бераз жылыт. Якынча 36-37 дәрәжә, кулың белән бер жылылыкта. Сөткә бер йомырка сыт һәм бераз тоз сал. Бодай онын өстә дә, камырны яхшы гына басып үзләт. Камыр байтак каты булырга тиеш. Өстен сөлге белән капла да, 10-15 мин. ял иттер.

Яхшы үзләткән камырны дүрт кисәккә бүл. Кисәкләрне озын батон сыман әвәлә, диаметры якынча 4-5 см. Әвәләгән камырны 2-3 см. калын кисәкләргә кис. Камыр кисәкләрен кулыңда тәгәрәтеп әвәлә. Алардан онлаган куна өстендә түгәрәк жәймәләр уклаула, якынча 10-15 см. диаметры.

Жәймәнең уртасына ит сал да, итне пычак яки синәк (чәнечке) белән тигезлә. Жәймәнең кырыена бөрү өчен 3 см. бушлык калдыр. Жәймәнең кырыеннан бармакларың белән күтәрәп тот. Вак кына бөрәп чык. Бөргәндә пәрәмәчнең уртасында кечкенә тишек калдыр.

Пәрәмәчләрне кайнар үсемлек маена салып кыздыр. Табадагы май пәрәмәчнең урта биеклегенә кадәр булсын (май эченә батырма). Тишекле якларын аска каратып табага сал да, кызаргач әйләндер. Ике ягы да кызарып пешкәч пәрәмәчләр әзер.

Пәрәмәч табынга шулпа белән кайнар килеш бирелә. Аның янында катык, тозлы кыяр, чөгәндер, хардал (гәрчичә), нарат жыләк кайнатмасы һ.б.ш. бирелә. Шулпа белән пәрәмәч тагын да ләззәтләрәк була.

Шулпа

1 дл кайнар су

тоз һәм борыч

сары май



Пәрәмәчләрне пешкән яки чи килеш тундырырга мөмкин. Тәмле булсын!

Кыскартмаларга аңлатмалар: г грамм ▪ бк бал кашыгы ▪ дл дезилитрә (1 дл = 100 мл)