

# Шпундра

*Бугай Олександр Анатолійович,  
завгосп КЗПО Центру Дитячої  
Творчості, Синельниківський район,  
Покровська селищна територіальна  
група, с. Олександрівка.*



Шпундра – давня українська народна страва. Для приготування зазвичай використовується смажена свинина, тушкова з буряками в буряковому квасі.

Шпундру заправляли борошном або запареним тертим пшоном. Оригінальність відшуканого нами рецепту полягає у використанні копченого сала, яке спочатку висмажується на вишкварки, а потім ними ж посипається готова страва з додаванням зелені та часнику. І обов'язково – готувати на відкритому вогнищі та у добрій компанії

## **Рецепт страви:**

### **Інгредієнти:**

- Буряк червоний (коренеплоди) – 500 г
- Буряковий квас – 600 мл
- М'ясо (свинина) – 1 кг
- Цибуля ріпчаста – 200 г
- Копчена підчеревина – 500 г
- Часник – 6 зубків
- Цукор – 1 ст. Ложка
- Борошно – 3 ст ложки
- Зелень (петрушка, кріп), перець мелений, сіль – за смаком
- Сіль – на (свій) смак

Копчену підчеревину порізати шматочками та витопити з неї жир. Шкварки виймаємо для подальшої подачі. М'ясо нарізати шматочками та обсмажити до рум'яної скоринки. Додати цибулю, нарізану півкільцями та обсмажити.

Буряк, нарізаний брусочками, додати до м'яса з цибулею, трохи обсмажити. Залити буряковим квасом і тушкувати до готовності. Додати сіль, цукор та перець на (свій) смак.

На пательні обсмажити борошно до золотавого кольору та горіхового запаху. Додати борошно до страви, ретельно помішуючи, щоб не утворилися грудочки. Дати страві настоятися близько 30 хвилин. Подавати із зеленню та дрібно посіченим часником. За бажанням додати шкварки з копченої підчеревини.