

Так уж повелось, что когда разговор заходит об узбекской кухне, люди невольно вспоминают первоклассные мясные блюда. Но в любом случае, особое отношение к себе заслужили именно восточные сладости. Любители десертов и просто сладкоежки, по праву оценивают экзотические восточные сладости.

Еще в древности об узбекских кондитерах, которые назывались кандалатчами, слава уходила значительно дальше, чем Северный Восток. Большая часть восточных сладостей готовилась уже тогда, и сейчас, кондитеры основываются на многовековой опыт и традиции. Европейские сладости, как и многие другие, могут быть приготовлены дома. Восточные сладости в домашних условиях, приготовить практически невозможно. Невозможно потому, что для этого человек должен обладать массой знаний и необходимым оборудованием. Основные ингредиенты восточных сладостей – мед, фруктовый сок и орехи. Эти ингредиенты содержат меньше сахара, чем европейские и поэтому людям, которые следят за сахаром в крови, становятся доступными некоторые лакомства. Бывает, что даже при строжайшей диете, врач одобряет восточные сладости.

На Востоке, сладкое употребляют исключительно с зеленым чаем, тем самым, обогащая и тонизируя свой организм.