

A decorative banner with a white ribbon and blue borders. The ribbon is held up by two golden poles with blue ribbons. At the top, there are two golden lotus-like flowers on blue bases. In the center, there is a green floral motif with a golden flame-like element. Below the banner, there is a smaller green floral motif with a golden flame-like element. At the bottom, there is a row of seven golden geometric patterns.

КУХНЯ

ЭСТОНИИ

ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ ЭСТОНСКОЙ КУХНИ

❖ Простота;

❖ Сытность;

❖ Доступность ингредиентов.



ОСНОВНЫЕ ПРОДУКТЫ ЭСТОНСКОЙ КУХНИ

- ❖ Молочные продукты;
- ❖ Крупы;
- ❖ Мясо;
- ❖ Рыба;
- ❖ Овощи.



ОСОБЕННОСТИ БЛЮД ЭСТОНСКОЙ КУХНИ

- ❖ В блюдах мало специй;
- ❖ Во многих блюдах присутствует молочный вкус;
- ❖ Большая часть супов и закусок подаются холодными;
- ❖ Овощи, как самостоятельное блюда почти не используют;
- ❖ В эстонской кухни почти нет жаренных блюд.



Эстонские традиционные супы

- ❖ Молочные супы (более 20 видов);
- ❖ Суп из перловки с горохом;
- ❖ Ячневый суп с картофелем
- ❖ Хлебный суп;
- ❖ Пивной суп.



Эстонские мясные блюда



- ❖ Фрикадельки;
- ❖ Кровяная колбаса;
- ❖ Студень из свиных костей;
- ❖ Свиная рулька;
- ❖ Паштет из свиной печени.



Рыба в эстонской кухне

самая распространенная:



Килька



Салака



Эстонские традиционные десерты

Ягодный суп



Варенье из лука на меду



Эстонское печенье с корицей и перцем



Эстонские традиционные напитки

- ❖ Кисели;
- ❖ Квас;
- ❖ Морс;
- ❖ Хороший кофе.



**Традиционный кисель
из овсяных хлопьев с молоком**



Названия эстонских блюд

Мульгикапсас - рагу, сочетающее квашеную капусту, перловку и свинину.

Каша из картофельного пюре смешанного с перловой крупой – **мульгипудер**.

Капустная каша – **капсапундер**.

Хернетатрапудер - сочетание гречки и гороха

Кааликакруубипудер - каша из разваренной брюквы.



**СПАСИБО
ЗА ВНИМАНИЕ!**

