

# Итальянская кухня.

Автор работы: Олейник Юлия

Руководитель: Черниева Ирина  
Александровна

# История Итальянской кухни.

Худшая Лучшая Италия – страна вечная и молодая одновременно. Каждая её провинция имеет богатейшую историю, но как единое государство Италия существует не так уж много лет. Возможно, именно этим фактом можно объяснить необыкновенное разнообразие итальянской кухни. В разных уголках страны свои особенности приготовления тех или иных блюд, свои рецепты и свои традиции.

Северные районы Италии издавна занимались скотоводством, благодаря чему основными продуктами, которые использовали итальянские хозяйки, было молоко, сливочное масло и мясо. Именно здесь, на севере, рождались густые наваристые итальянские супы, питательная лазанья, ароматный сыр и знаменитое итальянское мороженое. На юге, где высятся горы, не было пастбищ, зато мягкий климат обеспечивал стабильно хорошие урожаи фруктов и овощей, здесь же росли разнообразные травы, которые итальянцы добавляли в пищу. Хозяйки юга Италии открыли и подарили миру рецепты ризотто, итальянских салатов и изысканных соусов. А вот вопрос, откуда берёт своё начало традиция приготовления пасты, остаётся для итальянцев актуальным до сих пор. Сейчас уже невозможно представить, что родиной этого блюда могла быть не Италия. Однако право первого рецепта оспаривают Северная Африка и даже Китай. Итальянцы же утверждают, что первыми пришли к мысли варить мучную смесь в солёной воде именно они. Как бы то ни было, макароны в том виде, в каком они готовятся сейчас, впервые начали делать в Италии. Итальянцы первыми начали резать тесто на полоски, пересыпать сыром и смешивать с помидорами. Так получился первый рецепт пасты. В дальнейшем их родилось великое множество. Считается, что итальянская женщина не должна выходить замуж, пока не выучит хотя бы 15 из них.

## Продолжение

- На первый взгляд может показаться, что итальянская кухня очень калорийна. Лазанья, паста, пицца – всё это мучные блюда. И, тем не менее, большинство итальянцев находятся в прекрасной физической форме, а итальянская кухня, по мнению диетологов, является одной из самых здоровых. Связано это, прежде всего, с сортами муки, из которой готовятся макароны или тесто для пиццы. Как правило, это мука грубого помола, которая не только не вредит фигуре, но и поддерживает правильное пищеварение. В итальянской кухне много овощей и фруктов. При приготовлении блюд предпочтение отдаётся полезному оливковому маслу. Итальянские десерты, в большинстве своём, основаны на фруктах. Разумеется, в любом кафе Италии можно найти и пирожное тирамису, и традиционное итальянское печенье. Но итальянцы никогда не позволят себе такой десерт после плотного обеда.
- Характерной особенностью итальянской кухни является любовь к травам. Базилик и шафран итальянцы кладут в свои блюда чаще, чем любые другие повара мира. Примечательно, что многие итальянские традиции приготовления пищи принесли не профессиональные кулинары и даже не хозяйки, много лет проводившие у плиты, а люди, так или иначе связанные с архитектурой. Так, первым добавлять шафран в пищу стал реставратор, до этого использовавший траву как один из компонентов своих красок. А мороженое, по легенде, изобрёл итальянский архитектор. Чем объяснить такую закономерность? Возможно тем, что художники, люди творческие, никогда не боялись экспериментировать. А в результате этих экспериментов появлялись шедевры, в том числе и кулинарные.
- Мясо в Италии не слишком популярно, чаще его заменяет сыр. Суховатый, два года томившийся в погребах, Пармезан или тот самый знаменитый, с голубой плесенью Горгонцоло. Сыр в Италии используется при приготовлении пиццы, пасты и многих других блюд, а может подаваться и отдельно.
- Итальянская кухня вобрала в себя различные традиции, смешала их, как ингредиенты очередного блюда и преподнесла их на стол мира пёстрой, словно пицца, неповторимой национальной кухней. Она стала популярна далеко за пределами Италии и завоевала любовь хозяек и гурманов со всех уголков нашей планеты....

# История пиццы

- Слово это созвучно для нас с итальянскими мотивами и отменным вином, работами великих кинематографистов и мастеров прозы. Она подается по будням на завтраки и присутствует на праздничных столах. Ее популярность может составить конкуренцию любому привычному для нас блюду, а готовить ее умеют практически в каждом доме. Десятки наименований пицц предлагают своим посетителям меню ресторанов и закусочных. А количество пиццерий в наших городах зачастую превышает число заведений, предлагающих блюда национальной кухни. Но многим ли из нас известна история пиццы? И многие ли знают, что любимое всеми кушанье имеет отнюдь не итальянские корни?



## Продолжение

- И действительно, то, что привычно считается национальным итальянским блюдом, когда-то было заимствовано у греков. Которые, помимо всех известных нам талантов, славились еще и как отменные хлебопеки. Именно они первыми стали укладывать сыр на плоские лепешки из пресного теста, а придуманное блюдо именовать «плакунтос». Масса легенд с тех пор рассказывается о прототипе современной пиццы. В одной из которых утверждается то, что при увеличении состава ингредиентов «плакунтос» назвали «плакета», а сами изменения внесены были римлянами. В другом толковании истории говорится о римских легионерах, которые по возвращении из Палестины привезли любимившееся блюдо «пицеа», имевшее вид плоского хлеба с сыром и овощами. Найдены описания аналогов современной пиццы и в древней книге «Апиция». Одна из глав которой повествует о блюде, состоящем из теста, на котором размещается сыр, чеснок, оливковое масло, мясо, орехи, перец и мята.



# Томаты

- «А как же томаты?»- спросите вы. И в правду, представить пиццу без этого ингредиента современному человеку очень сложно. Однако не стоит забывать о том, что помидоры в Европе появились многим позже римских легионеров, а в описываемое блюдо стали добавляться только в XVII веке. В этот период благодаря неаполитанским морякам пицца начала свое шествие по Европе. В Италии того времени еда на лепешках называлась «пиццайоли» и считалась пищей простонародья. Чаще всего это было тесто, покрытое слоем томатов, политое оливковым маслом и присыпанное майораном. Вершиной роскоши считался на «пиццайоли» сыр. Продавали ее уличные торговцы из металлических ящичков, которые чаще всего носили на голове по улицам города и зачастую давали в долг местным жителям. Признание среди итальянской знати пицца получила в 1889, когда была подана на стол короля Сицилии - Фердинанда I. Термин «пиццайоли» сохранился и в наше время, отличие составляет лишь то, что теперь так именуют мастеров, владеющих тайнами приготовления древнего и такого любимого нами блюда.



# Пицца

- Многим позже узнали вкус пиццы жители Северной Америки. Привезли ее в конце 19 века в Чикаго итальянские эмигранты. А в начале века 20 в Нью-Йорке уже была открыта первая американская пиццерия, в которой использовался кардинально отличающийся от итальянского рецепт. Американская пицца имела высокие края и большое количество начинки. Она была популярна среди коренных жителей, которым стал забываться вкус итальянского оригинала. И только по окончании второй мировой войны, возвратившиеся на родину солдаты, вернули «пиццайоли» былую славу.



# Что вам понадобится:

- 1 дрожжи
- 2 мука
- 3 стакан растительного масла
- 4 сыр
- 5 колбаса
- 6 помидоры
- 7 соль
- 8 вода





# Способ приготовления:

- 1 настоять тесто, примерно на 1 час
- 2 раскатать скалкой
- 3 нарезать колбасу и помидоры
- 4 сыр натереть на терке
- 5 положить все на тесто
- 6 поставить в духовку на 30- 40 минут



Приятного аппетита!

