



# Рождества изобилие на столе

Познавательная лекция для учащихся **5-11** классов

Автор:

Ольга Михайловна Степанова

учитель английского языка

МБОУ «Цивильская СОШ №1

имени Героя Советского Союза М.В. Силантьева»

города Цивильск Чувашской Республики

**2020**







## **Вечер**

**накануне Рождества — последний вечер  
Рождественского поста.**

**В день перед Рождеством ничего не ели до  
самого вечера — пока на небе не  
появлялась первая звезда.**

**Потому что именно в это время, как говорит  
Библия, и родился Иисус Христос. Лишь  
после появления зари, несущей благу  
весть, приступали к праздничной трапезе.**

**И хотя состояла она из постных блюд,  
называлась богатой вечерей, потому что на  
столе было много кушаний.**





## **Праздничный ужин накануне Рождества Христова.**

**На столе обязательно должно быть  
12 блюд – в честь 12 апостолов.**

**Некоторые блюда дошли до нас так,  
как их готовили еще деды-прадеды,  
а некоторые забылись. Их заменили  
более современные, но одно  
осталось неизменным: все блюда  
должны быть постными, то есть без  
яиц, животных жиров, мяса,  
молочных продуктов.**





# №1 - Кутья рисовая традиционная

- **Ингредиенты: рис 300 г, изюм 100 г, сахар 2 столовые ложки, миндаль, корица по вкусу. Кутью можно украсить: черносливом; курагой; клубникой; ломтиками яблок; дольками мандаринок.**







## №2 - Узвар (Взвар)

**Узвар – это не компот. Это приятный прохладный напиток из сухих фруктов и ягод.**

Еще в узвар добавляют мед. Название – от глагола «заварить», потому что фрукты только доводятся до кипения. Но заваривать узвар можно в термосе. В узвар стараются положить сушеные яблоки и груши. Сливы, абрикосы, вишни, изюм и другие фрукты кладут по мере наличия их в доме. Еще в узвар добавляют корицу и гвоздику.







# **№3 - Вареники с картошкой и грибами**

**Приготовьте вкусные и сочные вареники с картошкой и грибами, их вкус яркий и насыщенный.**

**Ингредиенты:**

**Картофель — 5 шт.**

**Лук репчатый — 0,5 шт.**

**Грибы — 150 г**

**Молоко — 150 мл**

**Мука — 350 г Яйцо —**

**1 шт. Соль, сахар —**

**щепотка**







## №4 - Караси

**Караси 4 штуки  
(чуть больше  
ладошки) Репчатый  
лук - 3 головки;  
Зелень петрушки и  
укропа - по 2  
столовых ложки;  
Зеленый лук -  
1, небольшой  
пучок; Соль,  
черный перец.**







# № 5 - Запечённые яблоки

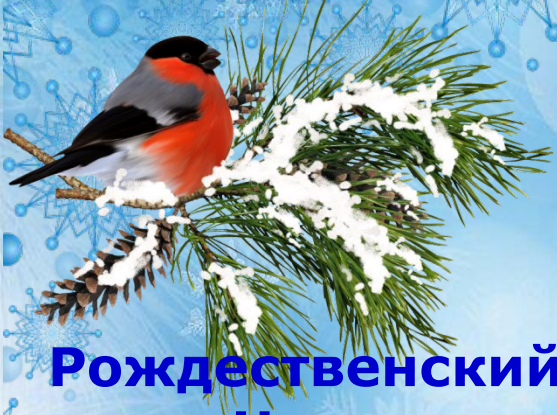
## с медом и орехами

**Ингредиенты - 800 г яблок, 200 г меда, 2 ст. ложки сахара, 60 г орехов.**

Из промытых яблок (желательно зимних сортов) удалить сердцевину. Яблоки уложить в глубокую сковороду, отверстия в них наполнить сахаром, на дно сковороды налить немного воды. Запекать в духовке 15–20 минут. Измельченные жареные орехи смешать с разогретым медом. Печеные яблоки разложить в вазочки или креманки, залить их медом с орехами.







## №6 - Капустняк

**Рождественский стол не обходиться без первого блюда.**

**Чаще всего готовят борщ, который символизирует победу добра над злыми силами, так как готовят его с продуктов от Матушки Земли. Ещё чаще готовят капустняк. Это символ прочности и простоты, который показывает, что всё имеет твёрдую основу – Божественную силу.**

**Ингредиенты: квашеная капуста 800 г, картофель 400 г, пастернак, морковь, корень сельдерея, луковица по 1 шт. сушеные грибы 60 г, растительное масло 2 ст.л. сахар 1 ч.л. лавровый лист 1 шт. черный перец 2 горошины, соль по вкусу, зелень петрушки и укропа по вкусу.**







# №7 - Картофель запеченный в духовке с травами

**Ингредиенты:** • Картофель - 6 штук • Соль по вкусу • Масло оливковое • Чеснок 4 зубчика • Листья тмина - 1 ч. ложка • Розмарин свежий - 1/2 ч. ложки







## **№8 - Винегрет!**

### **Ингредиенты:**

**Картофель: 3 шт; Свекла крупная: 1 шт;  
Морковь: 1-2 шт; Лук репчатый: 1 шт; Зеленый  
горошек консервированный; Огурцы соленые:  
3 шт; Лук зеленый; Укроп; Соль: по вкусу.  
Для заправки: масло растительное**







# №9 Салат из капусты с яблоком и морковью

**Ингредиенты:**

**Капуста свежая Морковь Яблоко Соль Масло растительное или оливковое лук зеленый Петрушка Лимон**







# № 10 - Рождественские голубцы с тертым картофелем

Для голубцов отпариваем кочан капусты, снимаем листья, срезаем утолщения на них.

Для начинки нужно взять: Картофель – 500 г Соль Перец черный молотый Манная крупа – 2- ст. ложки Для соуса: Соус томатный («Краснодарский» Руна) – 200 г







# **№ 11 - Фасоль тушеная с овощами**

**Бобовые – обязательное угощение на Рождественском столе. Они символизируют единство и сплочённость рода. Горох подают на стол в виде пюре, в виде начинки в пирожках, а можно поставить на стол фасолевое лобио.**

**Ингредиенты:**

**Фасоль – 1 стакан**

**Лука – 1 шт.**

**Моркови – 1 шт.**

**Чеснок – 2 зубчика**

**Томатная паста – 5**

**ложек Специи и**

**соль – по вкусу**







## **№ 12 Пирожки и пампушки**

**Из дрожжевого теста можно напечь в духовке пирожки и пампушки.**

**Сейчас можно печь имбирные пироги, рыбные, гусятину, пирожные разные...**







## **Любопытно знать...**

**Согласно легенде, когда родился Иисус Христос, в яслях все животные радостно встречали божественного младенца, кроме свиньи, которая хрюкала и мешала малышу спать. В наказание свинья и стала неизменным блюдом рождественского стола.**

**Свинину варили в соленой воде с луком и душистыми травами – чабрецом, укропом. Затем разрезали на части и поливали хреном со сметаной. Подавали холодным.**





## **Любопытно знать...**

**Застелите рождественский стол светлой скатертью, а под нее, по традиции, нужно положить немного сена.**

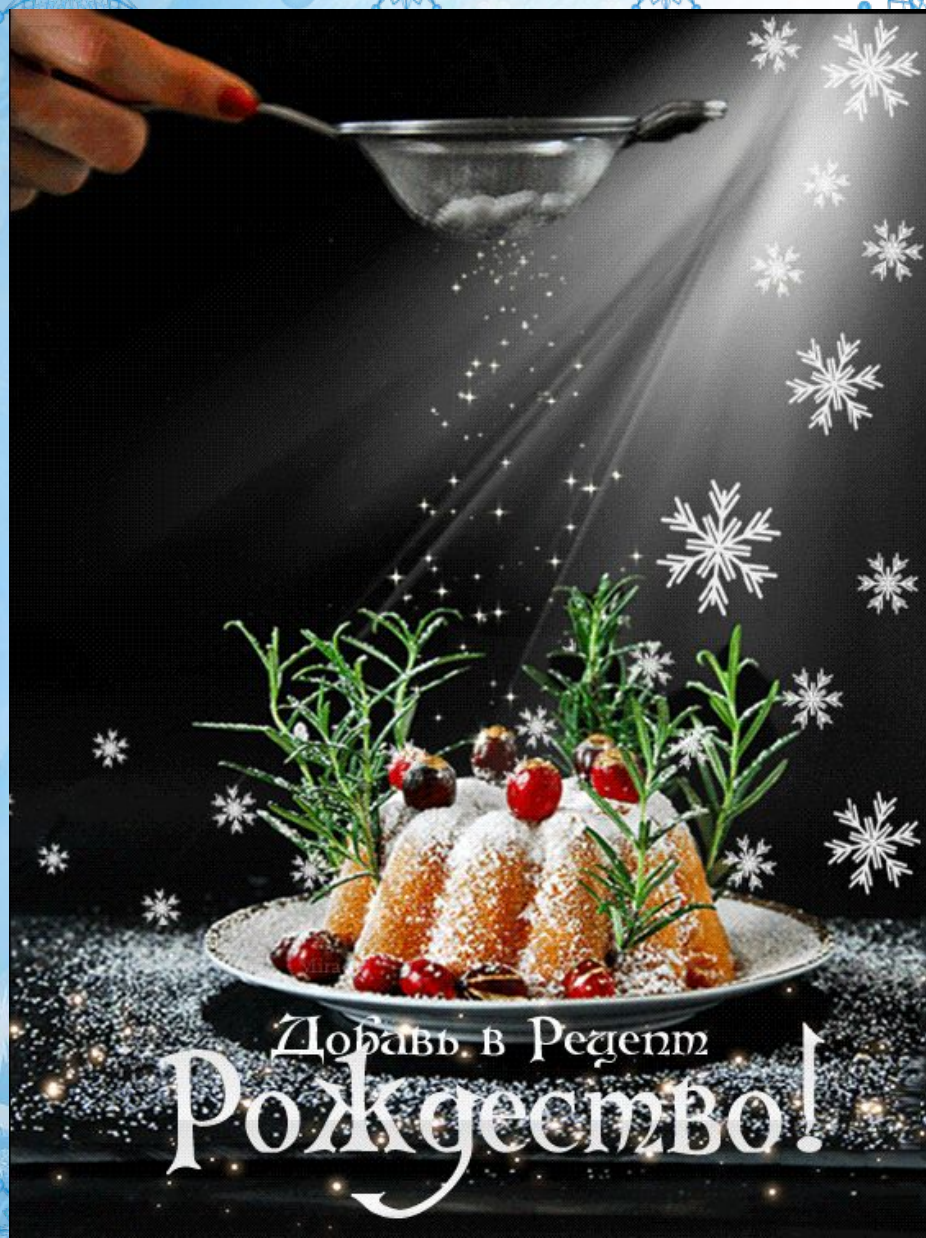
**В центр стола ставится свеча в емкость с пшеничными зернами, зажигается, и все вместе благодарят Господа. Если вы не особо набожны и не умеете молиться – это не проблема: скажите Богу своими словами, что вы Ему благодарны за то, что у вас есть, за то, что Он защищает вас и любит, и попросите здоровья, благополучия и любви для себя и своих близких в будущем году. Не смущайтесь, поверьте, после такой искренней, а не заученной наизусть молитвы у вас на душе станет тепло и уютно.**





**Рождественского  
изобилия Вам  
на столе  
и  
Счастливого  
Рождества!**

**PS.** Рецепты  
приготовления блюд  
индивидуальные. Их легко  
можно найти на страницах  
Интернета :) )







# ИСТОЧНИК

Автор шаблона презентации – Щербакова  
У.В. МАОУ СОШ №2 города Реж

12 традиционных постных блюд на Рождество с рецептами <https://jenskiymir.com/main/4422-12-tradicionnyh-postnyh-blyud-na-rozhdestvo.html>

12 традиционных постных блюд на Рождество - лучшие рецепты на Рождественский стол <https://hochu.ua/cat-home/longread/article-23899-12-traditsionnyih-blyud-na-rozhdestvo-luchshie-retseptyi-na-rozhdestvenskiy-stol/>

Изображения:

[http://animated-gif.su/\\_ph/23/2/957105697.gif](http://animated-gif.su/_ph/23/2/957105697.gif)

[https://hochu.ua/pictures\\_ckeditor/images/2825e3ded959a0e6a09a88c19f2b33cc\(1\).jpg](https://hochu.ua/pictures_ckeditor/images/2825e3ded959a0e6a09a88c19f2b33cc(1).jpg)

[https://jenskiymir.com/uploads/posts/2017-01-05/4422\\_4458\\_1499430425\\_3.jpg](https://jenskiymir.com/uploads/posts/2017-01-05/4422_4458_1499430425_3.jpg)

[https://jenskiymir.com/uploads/posts/2017-01-05/4422\\_4497\\_1499430425\\_5.5059](https://jenskiymir.com/uploads/posts/2017-01-05/4422_4497_1499430425_5.5059)

[https://jenskiymir.com/uploads/posts/2017-01-05/4422\\_7973\\_1499430425\\_10.jpg](https://jenskiymir.com/uploads/posts/2017-01-05/4422_7973_1499430425_10.jpg)

[https://img2.hochu.ua/pictures\\_ckeditor/images/146d3643677e40cdcc6755bc15261f0f93ecc65a.jpg](https://img2.hochu.ua/pictures_ckeditor/images/146d3643677e40cdcc6755bc15261f0f93ecc65a.jpg)





# ИСТОЧНИК

<http://www.likar.info/uploads/db/a0/b7/dba0b72c-ff22-4da9-91d7-a9b40db67425.jpg>  
[https://s0.tchcdn.com/g-9\\_Nglm8LWZyeRBpDeHQe2g/13/478446/660x480/f/0/404\\_molodaya\\_kartoshka\\_s\\_ukropom\\_depositphotos\\_80215830.jpg](https://s0.tchcdn.com/g-9_Nglm8LWZyeRBpDeHQe2g/13/478446/660x480/f/0/404_molodaya_kartoshka_s_ukropom_depositphotos_80215830.jpg)  
[https://tutknow.ru/uploads/posts/2017-11/1511802967\\_1.jpg](https://tutknow.ru/uploads/posts/2017-11/1511802967_1.jpg)  
[https://img.povar.ru/main/1a/96/0f/a5/salat\\_iz\\_kapusti\\_s\\_yablokom-378228.jpg](https://img.povar.ru/main/1a/96/0f/a5/salat_iz_kapusti_s_yablokom-378228.jpg)  
[https://jenskiymir.com/uploads/posts/2017-01-05/4422\\_741\\_1499430425\\_7.jpg](https://jenskiymir.com/uploads/posts/2017-01-05/4422_741_1499430425_7.jpg)  
<https://luchshierecepty.ru/wp-content/uploads/2019/01/bljudo-iz-fasoli-na-rozhdestvo.jpg>  
[https://jenskiymir.com/uploads/posts/2017-01-05/4422\\_9808\\_1499430425\\_0.jpg](https://jenskiymir.com/uploads/posts/2017-01-05/4422_9808_1499430425_0.jpg)

Автор шаблона презентации – Щербакова  
У.В. МАОУ СОШ №2 города Реж