

# «КАША – МАТЬ НАША»

ГРУППЫ И БЛЮДА ИЗ  
НИХ

Благосмыслова  
Евгения Алексеевна  
учитель технологии  
МАОУ «СОШ совхоза им.  
Ленина



# ИЗ ИСТОРИИ КАШИ

На Руси каши с незапамятных времен занимали не только важное, но и почетное место в ежедневном рационе, являясь, по сути, одним из основных блюд на столе, как у людей бедных, так и у богатых.

С появлением на Руси картофеля (XVIII-XIX веках), начали варить каши с добавлением картофеля. Эту кашу заправляли постным маслом и луком. И называлась такая каша – кулеш. Но картофелем наши предки не ограничивались. Были каши морковные, из репы, гороховые, соковые (на конопляном масле) и ещё огромное количество рецептов каши из овощей.

А теперь вернемся к философии (о чем я говорил в начале). Каша на Руси была не только просто едой, но и обрядовым блюдом. Ни одна свадьба не обходилась без каши, и каша была обязательным блюдом для молодых. Каша, изначально, была символом плодородия, благополучия и достатка.

Так, согласно древним летописям (в XVI веке), князь Василий Иванович, после свадьбы, ходил с молодой женой в мыльню. И в мыльне, они не только мылись, но и ели, с молодой женой, кашу. В некоторых областях Руси каша вообще была единственной едой, которую молодые могли есть на свадебном пиру. А сам свадебный пир в Древней Руси назывался «кашей». Помните поговорку – Заварил кашу? Так вот, заварить кашу означало – начать готовиться к свадьбе.

Можно вспомнить и другую поговорку – С ним каши не сваришь. В давние времена существовал такой обычай: если два врага хотели помириться, то они варили кашу и вместе её ели. Это была своеобразная форма мирного договора: кашу сварили вместе, съели – значит, заключили мир. Сегодня мы так говорим о человеке, у которого руки растут из... А в те давние времена дело касалось не навыков и умений, а мира и войны.

Кроме того, в давние времена без каши не было праздника. Кашу варили на Рождество, на свадьбу, на похороны, на крестины и т.д. Обязательно варили кашу на Васильев день. И не просто варили – это был целый обряд, который нельзя было нарушить: кашу варили до восхода солнца. Крупу из амбара могла принести только самая старшая в семье женщина, а воду – самый старший мужчина. Все заготовки ставили на стол и никто не имел права к ним прикасаться, пока не истопится печь.

Только после этого старшая в доме женщина начинала готовить кашу. И каша была гречневая. Готовили с заговором. Вставали и садились. Каша вынималась из печи и ставилась на стол со словами «Милости просим к нам во двор со своим добром». Если каша получалась красная и рассыпчатая, то в новом году семья могла ожидать достатка и добра. А если каша получалась бледная или, не дай Бог, лопался горшок – ждали в новом году беды.

# Злаковые культуры

Из них приготавливают муку,  
крупы



# КРУПЫ

```
graph TD; A[КРУПЫ] --> B[Целые зерна]; A --> C[Раздробленные зерна];
```

Целые зерна

Раздробленные  
зерна

**Пищевая ценность крупы** определяется количеством углеводов, белков, жиров, минеральных веществ, витаминов



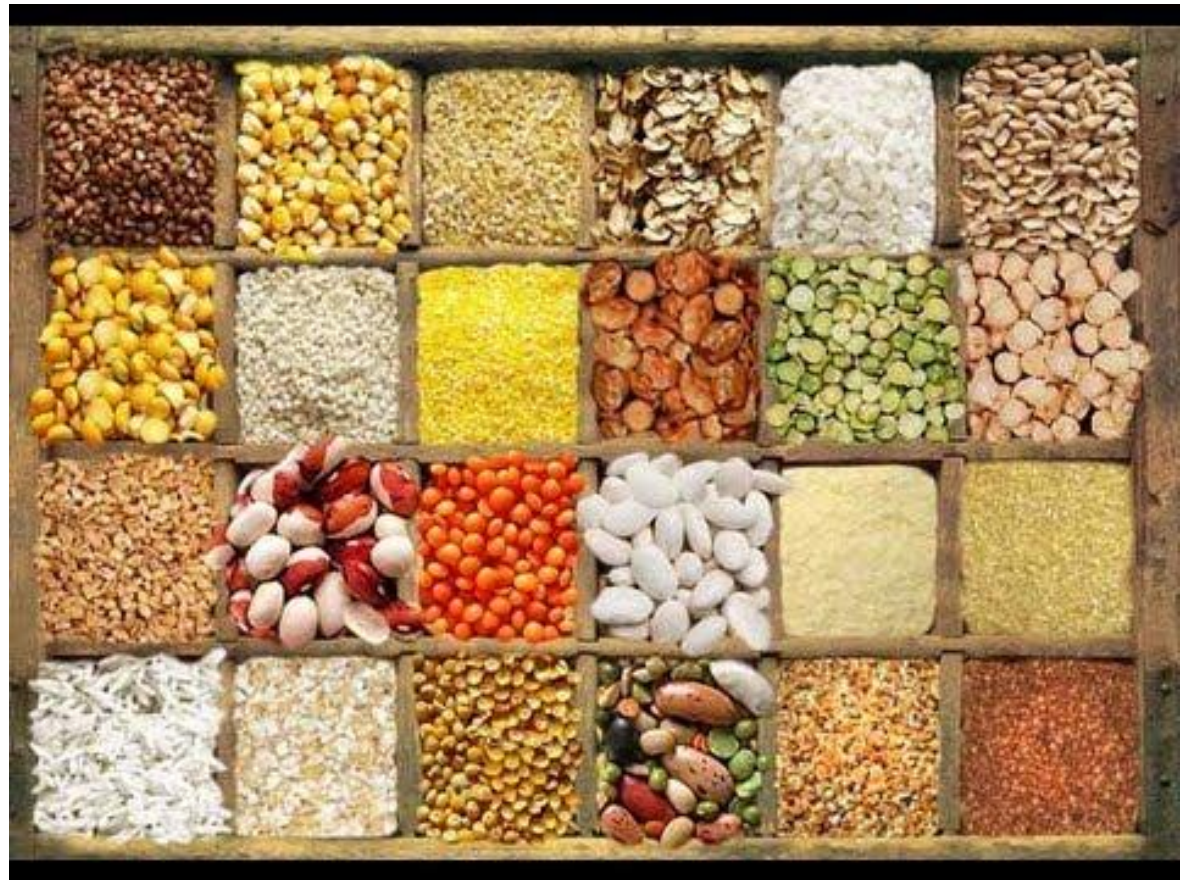
# Злаковые культуры и виды круп, получаемых из них

- Гречиха - крупа гречневая
- Рис - крупа рисовая
- Овёс - крупа овсяная
- Пшеница - крупа пшеничная, манная
- Просо - пшено
- Ячмень - крупа перловая, ячневая
- Кукуруза - крупа кукурузная



# ВИДЫ КРУП:

1. Гречневая
2. Рисовая
3. Овсяная
4. Ячменная
5. Пшённая
6. Пшеничная
7. Гороховая
8. Кукурузная
9. Перловая



## Внешние признаки круп

Наименование крупы	Вид крупинок			
	Целые или дробленые	Величина	Форма	Цвет
Гречневая ядрица продел	целые  дробленые (половинки)	средней.  величины мелкие	Трехгран- ная	серо- коричне- вый
Рис шлифованный	целые	крупные	овальная	белый
Овсяная «Геркулес»	целые  (сплюсненные)	крупные	овальная  плоская	серо-желтый
Пшено шлифованное	целые	мелкие	круглая	"желтый
Манная	дробленые	мелкие	—	бело-желтый
Перловая	целые	крупные	овальная	серо-белый



# Первичная обработка круп

Крупы	Перебирают	Просеивают	Моют	Подсушивают или поджаривают	Замачивают
Гречневая	+	-	-	+	-
Рис	+	-	В теплой воде	-	-
«Геркулес»	+	-	-	+	-
Манная	-	+	-	+	-
Перловая	+	-	В тёплой воде	-	В холодной воде 2-3ч

# ПО СПОСОБУ ОБРАБОТКИ ЗЕРНА КРУПЫ БЫВАЮТ:

1. **НЕШЛИФОВАННЫЕ**
2. **ШЛИФОВАННЫЕ**
3. **ПОЛИРОВАННЫЕ**
4. **НЕДРОБЛЕННЫЕ**
5. **ДРОБЛЕННЫЕ**
6. **ПЛЮЩЕННЫЕ**

**КАША** – одно из самых  
распространенных русских  
национальных блюд

«Каша» = «пир»

# КАШИ ВАРЯТ



На  
молоке

На  
воде

На молоке,  
разбавленным  
водой



# ПО КОНСИСТЕНЦИИ КАШИ БЫВАЮТ



## Рассыпчатые

(варят на воде или бульоне из полированного риса, ядрицы, пшена, перловой крупы)

## Вязкие

(варят на воде или молоке из риса, перловой, ячневой, пшеничной крупы)

## Жидкие

(варят на цельном молоке, смеси молока с водой или воде)

# ПРИМЕРНОЕ КОЛИЧЕСТВО ЖИДКОСТИ И СОЛИ НА 100 Г КРУПЫ ДЛЯ ВАРКИ КАШ

КАША	ЖИДКОСТЬ	СОЛЬ
Гречневая рассыпчатая	150	2,1
вязкая	320	4
Рисовая рассыпчатая	210	2,8
вязкая	370	4,5
жидкая	570	6,5
Пшённая рассыпчатая	180	2,5
вязкая	320	4
жидкая	420	5
Овсяная вязкая	320	4
жидкая	420	5
Манная вязкая	370	4,5
жидкая	570	6,5
Пшённая рассыпчатая	240	3
вязкая	370	4,5
Пшённая рассыпчатая	240	3
вязкая	370	4,5

# Из круп готовят



















Inna 2107



inna\_2107

































podiete.ru







v  
k  
u  
s  
n  
o  
g  
o  
t  
o  
v  
i  
m  
.  
c  
o  
m









