

# Кулинарные традиции семьи

Проект подготовили учащиеся 5 класса  
МОУ СОШ №4  
Храпай Егор, Шабанов Даниил,  
Грошко Андрей, Германов Даниил.  
Руководитель Соколова Т.А.

Данный проект является логическим продолжением проекта

«Все мы разные, но все прекрасные»  
(2010 г).

В ходе исследования мы установили, что наш класс является многонациональным, у каждой семьи есть свои традиции, в том числе и кулинарные.

Семейные традиции — это духовная атмосфера дома, которая включает распорядок дня, обычаи, уклад жизни и привычки его обитателей, которые передаются из поколения в поколение. У каждой семьи есть и свои кулинарные традиции.

**ГИПОТЕЗА: в каждой семье есть свои кулинарные традиции, которые являются частью культуры семьи, способствуют её укреплению.**



# Этапы исследования:

- **1-ый этап.** Изучение семейных кулинарных традиций.

Мы выяснили, что в каждой семье есть свои любимые блюда:

- В семье Германовых- это вареники с картошкой.
- В семье Храпай- это украинский борщ с пампушками.
- В семье Шабановых- это азербайджанский гороховый суп пити.
- В семье Грошко- это мясной соус с клецками (молдавская кухня)

- **2-ой этап.** Изучение рецептов блюд и представление их на кулинарном аукционе (сентябрь 2011)

На этом этапе были приглашены родители, которые рассказали историю традиции семейного блюда.

- Дегустация блюд и обмен рецептами.

## Особенности русской кухни:

Старинный русский обеденный стол состоял обыкновенно из четырех подач: «холодных еств, горячих, или похлебок, жареного, взваров и пирожных»

Национальной гордостью русской кухни считаются всем известные **КАШИ**, которые готовили с разными добавками. Особенно любили гречневую кашу: ее сдабривали молоком, маслом, варили с изюмом, костным мозгом, а подавали со сливками и сметаной. Щи, русские солянки - также изобретение русской кухни, протертые похлебки, мясо по-строгановски, битки по-казацки, по-скобелевски, по-долгоруковски



# Вареники с картошкой

**Для теста:** 1 яйцо, 250 мл воды, 500 гр муки в/с, 1 ч. ложка соли.

**Для начинки:** 500 гр картофеля, 1 яйцо, 100 гр репчатого лука, 200 гр сала, соль, черный молотый перец.



## Особенности украинской кухни:

Украинская кухня имеет свои особые традиции. Здесь можно увидеть блюда на любой, даже самый взыскательный вкус.

- часто используются яйца, мука и овощи.

- Самые популярные овощи - свёкла, бобовые, морковь, тыква, кукуруза и помидоры.

- Из пряностей и приправ используют чеснок, лук, тмин, мяту, дудник, красный перец, чабер и лавровый лист.

Знаменитые украинские борщи, сало, кулеши, юшки... Очень вкусны и полезны комбинированные блюда из мяса и овощей - голубцы с мясом; говядина, шпигованная со свёклой; мясные запеканки, крученики волынские.





# Украинский борщ с пампушками

300 г. говяжьего мяса, 1 свекла, 400 г. свежей капусты, 500 г. картофеля, 1 морковь, корень петрушки, 1 луковица, 3 -4 дольки чеснока, 1/2 стакана томата - пюре или 4 - 5 свежих помидоров, 1 столовая ложка муки, 200 г. жира, 50 г. свиного сала, 1/2 стакана сметаны, 1 столовая ложка сметаны, 1 столовая ложка сахара, сок половины лимона, зелень петрушки, черный молотый душистый и болгарский перец, лавровый лист. Для пампушек: 360 г. муки, 3/4 стакана молока, 20 г. сахара, 10 г. дрожжей, 30 г. растительного масла, 3 дольки чеснока, 80 г. кваса для чесночной заправки.



**Азербайджанская кухня** по праву считается **одной из самых самобытных** кулинарных традиций мира. Основанная на вековых традициях народов, населяющих эту страну, и на многочисленных заимствованиях из арабской, грузинской, персидской и других кухонь, она заслуженно славится своими оригинальными блюдами. **Главной особенностью** местной кухни считается широкое применение

- баранины,
- огромного количества специй, зелени, овощей и фруктов (в том числе сушеных),
- курдючного жира,
- большого количества блюд из кислого молока и зелени.



# Азербайджанский суп

## ПИТИ



**Пити** — суп, приготавливаемый в глиняной посуде — специальном горшочке путуке или пити, каждая порция отдельно. Это блюдо получило наибольшее распространение в азербайджанской кухне, как один из основных видов национальных азербайджанских супов.

### **Ингредиенты:**

Баранина 600 г

Горошек зеленый (свежий)  
100-150 г

Картофель 10 шт

Томатная паста 1-2 ст. л

Шафран 1 г

Мята, петрушка, укроп

Соль, перец

## **Основу блюд национальной кухни Молдавии** составляют

-овощи: их употребляют свежими, а также пекут, жарят, варят, запекают и готовят другими различными способами.

-брынза.

**Традиционные молдавские блюда готовятся из** кукурузы, фасоли, нута, овощей (баклажанов, кабачков, перцев, лука-порея, помидоров, белокочанной и цветной капусты, тыквы).

Особое место в молдавской кухне занимает кукуруза: из нее делают крупу, муку, хлопья, масло, безалкогольные напитки.



## Соус мясной с клецками

На 2-3 порции:

250 г свинины

3 луковицы

1-2 ст.л. томат-пасты

3 ст.л. растительного

масла

красный молотый перец

соль

Для клецек:

1.5 стакана манной крупы

3 яйца

3-4 ст.л. размягченного

сливочного масла



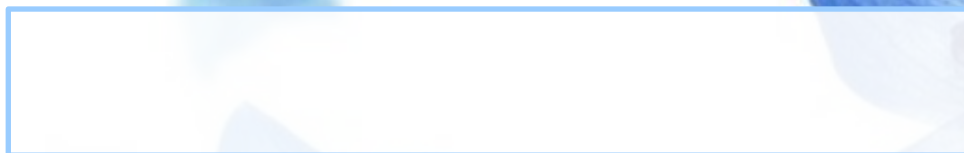
## **Вывод**

Поставленная нами гипотеза подтвердилась: каждая семья имеет свои кулинарные традиции- это те блюда, которые мы готовим по праздникам, когда приглашаем в гости друзей или родственников.

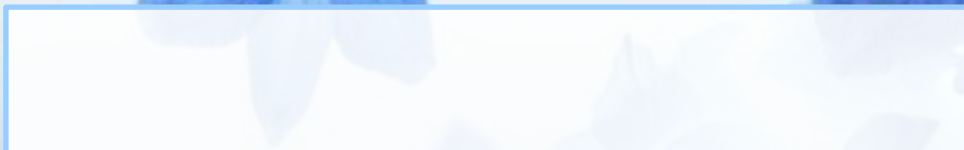
**Перспектива проекта:  
от христианской трапезы до современного обеда.**

# Наш проект имеет историю и перспективу:

2010-2011 уч. год- создание проекта на тему «Все мы разные, но все прекрасные».



2011-2012 уч. год- создание проекта на тему «Кулинарные традиции семьи».



В 2012 мы планируем работать над проектом «От христианской трапезы до современного обеда»

