



# РУССКАЯ КУХНЯ

ОСАДЧАЯ , ВЫШИНСКАЯ 9РО-08

# УГЛУБИМСЯ В ИСТОРИЮ

- Кулинарные традиции русского народа уходят своими корнями в глубокую древность. Еще в дохристианской Руси, когда праздновалась масленица и приносились бескровные жертвы богам, были известны такие некогда ритуальные блюда, как каша, блины, весенние жаворонки и другие.
- Славяне занимались хлебопашеством, выращивали рожь, ячмень, пшеницу, овес, просо. В X веке, по утверждениям путешественников, славяне “более всего сеют просо”. Во время жатвы берут они просяные зерна в ковше, поднимают их к небу и говорят: “Господи, ты, который давал нам пищу до сих пор, дай нам ее и теперь в достатке”.
- Чуть позже появляется обрядовая каша — кутья. Она готовилась из зерновых с добавлением меда. Обычную кашу славяне варили из муки, для чего размалывали зерна, на воде или на молоке. Из муки выпекались хлебы — сначала пресные лепешки, а потом калачи и пироги, приготовленные на меду.
- На Руси занимались возделыванием и огородных культур. Самыми популярными были капуста, огурцы, репа, брюква и редька.

□



# УГЛУБИМСЯ В ИСТОРИЮ

- Во времена Киевской Руси повара находились в услужении княжеских дворов и богатых домов. В некоторых из них было даже несколько поваров. Об этом свидетельствует описание одного из домов богача XII в., где упоминается множество «сокачий», т. е. поваров, «работающие и делающе съ потъмь» .
- Русские повара свято хранили традиции народной кухни, которая служила основой их профессионального мастерства, о чем свидетельствуют древнейшие письменные памятники — «Домострой» (XVI в.), «Роспись к царским кушаньям» (1611—1613 гг.), столовые книги Патриарха Филарета и боярина Бориса Ивановича Морозова, расходные монастырские книги и др. В них часто упоминаются народные кушанья — щи, уха, каши, пироги, блины, кулебяки, расстегаи, кисели, квасы, медки и другие.
- Характер приготовления блюд русской кухни в значительной степени обусловлен особенностями русской печи, которая в качестве очага столетиями верно служила и простому городскому люду, и знатным боярам, и посадским крестьянам. Древнюю Русь невозможно представить как без рубленых изб, так и без знаменитой русской печи.
- Русская печь своим устьем всегда была повернута к дверям, так чтобы дым самым коротким путем мог выйти из избы через открытые двери в сени. Печи в курных избах были большими, в них можно было готовить одновременно несколько кушаний. Несмотря на то, что пища порой слегка отдавала дымом, у русской печи были и преимущества: блюда, приготовленные в ней, отличались неповторимым вкусом.
- Особенности русской печи обусловлены такие черты нашей кухни, как приготовление блюд в горшках и чугунах, жаренье рыбы и птицы крупными кусками, обилие тушеных и запеченных блюд, широкий ассортимент выпечных изделий — пирогов, крупеников, расстегаев, кулебяк и т. д.



# МЕДОВУХА



- Медовуха — уникальный и традиционно русский народный напиток, обладающий, как уверяют знатоки, целым букетом неожиданных свойств. Классический антипохмельный рецепт заключается в стакане крепкой медовухи из холодильника. Его желательно принять внутрь вместе с лимоном.



# КВАСЫ

- С давних времен славяне употребляли прохладительные напитки, для приготовления которых использовали ягодные и фруктовые соки, мед, молоко, хлеб, муку, различные пряности. В XVII в. самым распространенным на Руси напитком становится квас. И до нашего времени он сохранил свою популярность.





*В ДРЕВНЕЙ РУСИ КАША СЧИТАЛАСЬ СИМВОЛОМ БЛАГОПОЛУЧИЯ И ПРОЦВЕТАНИЯ. НУ А В НАШИ ДНИ ОНА СТАЛА АТРИБУТОМ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ И ОСНОВОЙ ПРАВИЛЬНОГО ПИТАНИЯ*

- На Руси издавна варили три вида каш: жидкие кашицы, часто заменявшие супы, вязкие размазни и самые любимые - крутые, или рассыпчатые, каши. Их делали из пшена, овса, гречи, ячменя и даже из незрелой ржи






# КАШИ



- На крестины готовили особую кашу - крестильную. На нее не жалели ни времени, ни денег: крупу заранее вымачивали в молоке, варили на сливках, обильно сдабривая маслом, вареньем и сахаром. Для отца ребенка каша варилась отдельно-с "потехой": перцем, горчицей, хреном, солью. Это варево, надо сказать, было настоящим испытанием для желудка. Считалось, что съевший его мужчина должен, хотя бы отчасти, прочувствовать, каково пришлось его жене, выносившей и родившей младенца.
- В XIX веке в моду вошли каши из искусственных видов круп - саго и розовой крупы.





- 
- Издавна на Руси студень традиционно готовили на празднование Рождества и Крещения. Именно тогда, с наступлением самой холодной в году поры, в сельских усадьбах начинался убой скота: закалывали хрюшек, резали барашков и другую живность





# ПИРОГИ

- Как говорит известная пословица, невелик кусок пирога, а стоит много труда... У всех народов-землепашцев зерно всегда находится в особом почете, как и продукты из него. Это касается и Древней Руси, где суровые климатические условия не способствовали возделыванию фруктов и овощей в полной мере. Поэтому-то такое трепетное отношение к хлебу. В русской кухне существует масса рецептов хлеба и многочисленные рецепты пирогов, как символа плодородия и благополучия и мира в семье. Рецепты пирогов отрабатывались и совершенствовались веками, передавались из поколения в поколение, однако, каждая хозяйка стремилась привнести в них что – либо своё, потому-то рецепты пирогов и поныне вызывают столько интереса. Ведь пироги не утратили свою ценность и актуальность и каждое поколение хозяек придумывало собственные рецепты пирогов. Рецепты пирогов отличаются по своему составу, способу тепловой обработки ( известны как рецепты печеных, так и жареных пирогов), начинкам, способу приготовления теста ( существуют рецепты дрожжевых, слоёных пресных и многих других видов пирогов).
- Возможно, многие рецепты русских пирогов появились благодаря тому, что это возможность приготовить любые сложные блюда без посуды, просто в оболочке из теста и запекать сырые продукты. Наиболее известные рецепты пирогов такого типа – это сибирские рыбники... Но каких только пирогов не пекут в России и Украине! Известны рецепты пирогов с калиной, рыбой, грибами и даже черемухой! Популярны рецепты открытых пирогов с зеленым луком, а рецепты сдобных пирогов наши предки использовали только по праздникам. Конечно, воплотить некоторые рецепты пирогов сложно, нужна определенная сноровка, но и удовольствие-то невообразимое. А главное – пироги вкусны и аппетитны их любят взрослые и дети. На сайте вы найдете только самые лучшие и вкусные **рецепты пирогов.**



# ЩИ

- По предположению историков, это блюдо было известно на Руси задолго до её крещения. Когда-то щами называли практически все похлёбки.

Варят щи на мясном, рыбном или грибном бульонах, а также отварах картофеля, овощей. Весной щи часто готовят из щавеля, шпината, крапивы.



# РИТУАЛЬНЫЕ БЛЮДА

- Многие блюда имеют ритуальное значение и едятся во время определённых праздников и ритуалов: кутья (поминки, Рождество), блины (Масленица) и пасха (Пасха, яйца ).

