

РУССКАЯ ЕДА

Мельница водой, а человек едой движется.

(Русская пословица)

Каждый народ имеет свой уклад жизни, обычаи, свои неповторимые песни, танцы, сказки. В каждой местности есть излюбленные блюда, особые традиции в убранстве стола и приготовлении пищи. Много в них целесообразного, исторически обусловленного, соответствующего национальным вкусам, образу жизни, климату. Тысячелетиями складывались эти привычки, в них собран коллективный опыт наших предков.

У всех народов-землепашцев зерно и крупы из него были символом домовитости, семейного очага, предметом поклонения.

Трудно найти такое блюдо в русской кухне, которое так часто упоминалось бы в произведениях народного эпоса, как каша.

В сказках, былинах она – неперенный атрибут пиров, символ богатства и благополучия.

Арабский путешественник Ибн-Фатлан рассказывает, что наши предки, заключая мирный договор, варили кашу и вместе с бывшими



врагами ели ее в знак союза и дружбы. Отсюда и пошло выражение «с ним каши не сваришь».

В Древней Руси свадебный пир называли «кашей». При этом варили ее в доме отца невесты, но если род ее был по происхождению ниже, чем род жениха, то кашу готовили у жениха. Эта обязанность поручалась наиболее почетным и знатым гостям.

Кулинарные рецепты, созданные народом, не случайны, не произвольны. Многие из них являются прекрасными образцами правильного сочетания продуктов по вкусу, а с физиологической точки зрения – по содержанию пищевых веществ.

Быт народа складывается под влиянием многих факторов – природных, исторических, социальных и др. В известной мере влияет на него и культурный обмен с другими народами, но никогда чужие традиции механически не заимствуются, а приобретают на новой почве местный колорит.

Страна наша обширна, и в каждой области есть свои местные блюда. На севере любят каши и щи, а на юге – борщи и каши. В Сибири и на Урале не бывает стола без шанег, а в Вологде – без рыбников. Однако есть много общих блюд для всех областей нашей страны и много общих приемов их приготовления.

Каша является одним из наиболее полноценных питательных и вкусных народных блюд.

С глубокой древности в нашей стране возделываются рожь, пшеница, ячмень, овес, просо.

Поэтому характерны для русской кухни блюда из круп: различные каши, запеканки, крупеники, блины и кисели, овсяные блюда, из гороха и чечевицы.

В северных районах страны особое место занимают каши из пшени. Эта традиция имеет глубокие исторические корни. У восточных славян, которые жили в лесных северных районах, просо возделывалось как основная сельскохозяйственная культура. Оно служило сырьем для получения муки, крупы. Эта

пер
сле
дру
тво
кор
греч
укра



днако
упает
оком,
или
ся за
гречка

Одной из особенностей русской кухни является широкий ассортимент продуктов, используемый для приготовления блюд. Однако разнообразие определяет специфичность национальной русской кухни; большое значение имеют и способы их обработки. Во многом своеобразие народных блюд обуславливалось особенностями русской печи.

С конструкцией печи была связана и форма посуды, сначала керамической, а затем чугунной и из сплавов металла. Больше использовались «славянские горшки», как их называли.

Это объяснялось тем, что в русской печи посуда нагревалась с боков, и форма посуды была приспособлена для ухватов или «рогачей». В русскую печь дров идет меньше, нежели под плиту; она больше держит в себе жара и лучше нагревает жилище. Русская печь сохранилась в сельской местности до настоящего времени. Особенности русской печи позволяют расширять обилие каш. Каши, сваренные в русской печи, имеют особый вкус. Поэтому многие каши и в настоящее время следует готовить не в наплитной посуде, а в жаровых шкафах или духовках. Особенно вкусной получается гречневая и пшенная каша с молоком и тыквой. Витамины все в сохранности, что немаловажно.

Страна наша огромна. В каждой области ее, каждом крае имеются свои характерные особенности, свои традиции.

