

## «Национальные кухни»

*Федорова М.Н., учитель иностранного языка  
МБОУ «СОШ № 12» г. Чебоксары*

### Традиционная русская кухня

Большинство людей задаются вопросом, когда появилась русская кухня. На самом деле, ответ очень прост. Впервые древнерусская кухня появилась в IX веке. Ее формирование и расцвет заняли около шести веков. На то, какими мы привыкли видеть блюда русской национальной кухни, в процессе их формирования особое влияние оказало географическое положение. Благодаря лесам появились мясные блюда, приготовленные из дичи, а наличие озер способствовало пребыванию на русском столе ухи и других рыбных блюд.

С давних пор на русских землях начали выращивать такие культуры, как овес, просо, гречиха, рожь. Разумеется, значение каш в русской национальной кухне велико. Чаще всего ее использовали в качестве второго блюда на русском обеде.

На первое чаще всего подавали супы с овощами, рыбой или мясом, различными крупами. Помимо каши к второму прилагалось всегда мясо, вместо каши зачастую клали картофель или макароны. На третье, как правило, подавали либо компот, либо морс, также приносили кисель. Блюда старой русской кухни не отличались особым разнообразием в сравнении с современной кухней. Рецепты старинных блюд русской кухни практически не сохранились по сей день. Они набирают малую популярность среди современного народа. И все же они всегда отличались своей сытностью.

Русская национальная кухня прошла чрезвычайно длительный путь развития, отмеченный несколькими крупными этапами, каждый из которых оставил неизгладимый след.

В IX веке появился русский хлеб из кислого (дрожжевого) ржаного теста - этот некоронованный король на нашем столе, без него и теперь немислимо русское меню, - а также возникли все другие важнейшие виды русских хлебных и мучных изделий: известные нам сайки, баранки, сочни, пышки, блины, оладьи, пироги и т. п. Эти изделия готовились исключительно на основе кислого теста - столь характерного для русской кухни на протяжении всего ее исторического развития. Пристрастие к кислому, квасному нашло отражение и в создании русских настоящих киселей - овсяного, пшеничного и ржаного, появившихся задолго до современных. Преимущественно ягодных киселей.

Большое место в меню занимали и разнообразные кашицы и каши, считавшиеся первоначально обрядовой, торжественной пищей.

Вся эта хлебная, мучная пища разнообразилась чаще всего рыбой, грибами, лесными ягодами, овощами, молоком и очень редко - мясом.

К тому же времени относится появление классических русских напитков - всевозможных медов, квасов, сбитней.

Уже в ранний период развития русской кухни обозначилось резкое разделение русского стола на постный (растительно - рыбно - грибной) и скоромный (молочно - яично - мясной), что оказало огромное влияние на ее дальнейшее развитие вплоть до конца XIX в. Искусственное создание грани между скоромным и постным столом, изолирование одних продуктов от других, недопущение их смешения в конечном счете привело к созданию лишь некоторых оригинальных блюд, а все меню в целом пострадало - оно стало однообразнее, упрощеннее.

Салаты и особенно винегреты никогда не были свойственны русской кухне и появились в России уже в XIX в. как заимствование с Запада.

Таким образом, количество блюд по названиям было огромно, но все они по содержанию немногим отличались одно от другого. Вкусовое разнообразие достигалось, во-первых, различием тепловой и холодной обработки, а также применением различных масел, преимущественно растительных (конопляного, орехового, макового, оливкового и значительно позднее - подсолнечного), во-вторых, употреблением пряностей.

Из последних чаще всего использовались лук, чеснок, хрен, укроп, причем в весьма больших количествах, а также петрушка, анис, кориандр, лавровый лист, черный перец и гвоздика, появившиеся на Руси уже в X-XI вв. Позднее, в XV - начале XVI вв., их дополнили имбирем, кардамоном, корицей, аиром (ирным корнем) и шафраном.

«В начальный период развития русской кухни складывается и склонность к употреблению жидких горячих блюд, получивших тогда общее название "хлёбова". Наибольшее распространение приобретают такие виды хлёбова, как щи, похлебки, основанные на растительном сырье, а также различные затирухи, заварихи, болтушки, саломаты и другие разновидности мучных супов». *(Из интернета [www.viki.rdf.ru](http://www.viki.rdf.ru))*

Что касается мяса и молока, то эти продукты употребляли сравнительно редко, причем обработка их не отличалась сложностью. Мясо, как правило, варили в щах или кашицах, молоко пили сырое, томленое или скисшее. Из молочных продуктов делали творог и сметану, а производство сливок и масла долгое время оставалось почти неизвестным, по крайней мере до XV-XVI вв. эти продукты появлялись редко, нерегулярно.

Следующим этапом в развитии русской кухни является период с середины XVI в. и до конца XVII в. В это время продолжается не только дальнейшая разработка вариантов постного и скоромного стола, но и особенно резко обозначаются различия между кухнями различных классов и сословий. Кухня простого народа начинает с этого времени все более упрощаться, кухня боярства, дворянства и особенно знати становится все более изысканной. Она собирает, объединяет и обобщает опыт предшествующих столетий в области русской кулинарии, создает на основе его новые, более сложные варианты старых блюд, а также впервые заимствует и открыто вводит в русскую кухню ряд иностранных блюд и кулинарных приемов, преимущественно восточного происхождения.

Особое внимание обращает на себя скоромный праздничный стол того времени. Наряду с привычными уже солониной и вареным мясом почетное место на столе знати занимают верченое (т. е. приготовленное на вертелах) и жареное мясо, домашняя птица и дичь. Виды обработки мяса все более дифференцируются. Так, говядина идет главным образом для приготовления солонины и для отваривания (убоина разварная); из свинины делают ветчину для длительного хранения либо употребляют ее как свежину или молочную поросятину в обжаренном и тушеном виде, причем в России ценится только мясная, постная свинина; наконец, баранину, домашнюю птицу и дичь используют в основном для жаркого и только отчасти (баранину) для тушения.

В XVII в. окончательно складываются все основные типы русских супов, при этом появляются неизвестные в средневековой Руси кальи, похмелки, солянки, рассольники.

Обогащается и постный стол знати. Видное место на нем начинают занимать балык, черная икра, которую ели не только просоленной, но и вареной в уксусе или маковом молоке.

На кулинарию XVII в. сильное влияние оказывает восточная и в первую очередь татарская кухня, что связано с присоединением во второй половине XVI в. к Русскому государству Астраханского и Казанского ханств, Башкирии и Сибири. Именно в этот период в русскую кухню попадают блюда из пресного теста (лапша, пельмени), такие продукты, как изюм, урюк, смква (инжир), а также лимоны и чай, употребление которых с этих пор становится в России традиционным. Тем самым, существенно пополняется и сладкий стол.

Рядом с пряниками, известными на Руси еще до принятия христианства, можно было увидеть разнообразные коврижки, сладкие пироги, леденцы, цукаты, многочисленные варенья, причем не только из ягод, но и из некоторых овощей (морковь с медом и имбирем, редька в патоке). Во второй половине XVII в. в Россию начали привозить тростниковый сахар, из которого вместе с пряностями варили леденцы и заедки, сласти, лакомства, фрукты и т. д. [Первый рафинадный завод был основан купцом Вестовым в Москве, в начале XVIII в. Ему был дозволен привоз тростникового сырья беспопытно. Сахарные заводы на базе свекольного сырья были созданы лишь в конце XVIII - начале

XIX вв. (Первый завод - в селе Алябьево, Тульской губернии).] Но все эти сладкие блюда были в основном привилегией знати. [В меню патриаршего обеда за 1671 г. уже указаны сахар, леденцы.] (*Интернет ресурсы*)

Для боярского стола характерным становится чрезвычайное обилие блюд - до 50, а за царским столом их число вырастает до 150-200. Огромны и размеры этих блюд, для которых обычно выбираются самые крупные лебеди, гуси, индейки, самые большие осетры или белуги - порой они так велики, что их поднимают три-четыре человека. Одновременно появляется стремление к украшательству блюд. Из пищевых продуктов сооружаются дворцы, фантастические животные гигантских размеров.

Таким образом, в XVII в. русская кухня была уже чрезвычайно разнообразна по ассортименту блюд (речь идет, конечно, о кухне господствующих классов). В то же время поварское искусство в смысле умения комбинировать продукты, выявлять их вкус стояло еще на весьма невысоком уровне. Достаточно сказать, что по-прежнему не допускалось смешивание продуктов, их измельчение, перемалывание, дробление. Более всего это относилось к мясному столу.

Поэтому русская кухня в противоположность французской и немецкой в течение длительного времени не знала и не желала воспринимать различные фарши, рулеты, паштеты и котлеты. Старинной русской кухне оказались чужды и всевозможные запеканки и пудинги. Стремление к приготовлению блюда из целого крупного куска, а в идеале из целого животного или растения сохранялось вплоть до XVIII в.

Следующий этап в развитии русской кухни наступает на рубеже XVII и XVIII вв. и длится немногим более чем столетие - до первого десятилетия XIX в. В это время происходит радикальное размежевание кухни господствующих классов и кухни простого народа. Если в XVII в. кухня господствующих классов все еще сохраняла национальный характер и ее отличие от народной кухни выражалось лишь в том, что по качеству, обилию и ассортименту продуктов и блюд она резко превосходила народную кухню, то в XVIII в. кухня господствующих классов постепенно стала утрачивать русский национальный характер.

Порядок подачи блюд за богатым праздничным столом, состоящий из 6-8 перемен, окончательно сложился во второй половине XVIII в. Однако в каждую переменную стали подавать одно блюдо. Этот порядок сохранялся до 60-70-х годов XIX в.:

- 1) горячее (щи, похлебка, уха);
- 2) холодное (окрошка, ботвинья, студень, заливная рыба, солонина);
- 3) жаркое (мясо, птица);
- 4) тельное (отварная или обжаренная горячая рыба);
- 5) пироги (несладкие), кулебяка;
- 6) каша (иногда подавали со щами);
- 7) пирожное (сладкие пироги, пирожки);
- 8) заедки.

Начиная с петровских времен русская знать и остальное дворянство заимствуют и вводят у себя западноевропейские кулинарные традиции. Богатые вельможи, посещавшие Западную Европу, привозят с собой иностранных поваров. Вначале это были большей частью голландские и немецкие, особенно саксонские и австрийские, затем шведские и преимущественно французские. С середины XVIII в. иностранные повара выписывались настолько регулярно, что скоро они почти полностью вытеснили кухарок и крепостных поваров у высшего дворянства.

Одним из новых обычаев, появившихся в это время, следует считать употребление закусок как самостоятельного блюда. Пришедшие с Запада и дотоле неизвестные на русском столе немецкие бутерброды, французские и голландские сыры были совмещены со старинными русскими блюдами - холодной солониной, студнем, ветчиной, бужениной,

а также с икрой, балыком и другой просольной красной рыбой в единую подачу или даже в особый прием пищи - завтрак.

Появились и новые алкогольные напитки - ратафии и ерофеичи. С 70-х годов XVIII в., когда стал приобретать все большее значение чай, в высших кругах общества за пределы обеда выделились сладкие пироги, пирожки и сласти, которые были объединены с чаем в отдельную подачу и приурочены к 5 часам вечера.

«Только в первой половине XIX в., после Отечественной войны 1812 г., в связи с общим подъемом патриотизма в стране и борьбой славянофильских кругов с иностранным влиянием у передовых представителей дворянства начинает возрождаться интерес к национальной русской кухне».

**Эти главные черты русской кухни и русского национального стола можно определить следующим образом: обилие яств, разнообразие закусочного стола, любовь к употреблению хлеба, блинов, пирогов, каш, своеобразие первых жидких холодных и горячих блюд, разнообразие рыбного и грибного стола, широкое применение солений из овощей и грибов, изобилие праздничного и сладкого стола с его вареньями, печеньями.**

### **Традиционная русская кухня в наши дни**

К уже существующим рецептам люди стали добавлять новые специи, заменять одни ингредиенты другими или добавлять к уже известным, тем самым подчеркивая те или иные достоинства конкретных блюд. Список блюд русской национальной кухни не так уж велик, но для праздничного стола можно разнообразить его своими собственными нововедениями. Меню русской кухни с рецептами знают практически наизусть большинство русских женщин. Щи, уха, винегрет, окрошка, холодец, жаркое – все это традиционные блюда русской кухни.

### **Чувашская национальная кухня**

Чувашская кухня насчитывает не одну сотню лет. Она испытывала влияние русской, татарской, удмуртской, марийской, но несмотря на это она сохранила национальные черты. В блюдах чувашской кухни основным продуктом являются овощи. «Чуваши издавна занимались земледелием и скотоводством, поэтому в кухне большая доля зерновых культур и мяса. Чувашские блюда можно разделить на следующие категории: жидкие горячие (первые), вторые блюда, печеные изделия с несладкой начинкой (могли подаваться на второе), выпечка со сладкой начинкой, напитки. В чувашской кухне было много разных вкусов, например: шурпе, турях, чакат, тултӓрмӓш и т.д.». *(Из учебника «Родной край»).*

Одним из самых почетных кушаний в древней Чувашии был шарттан, его ставили в печь на 3-4 дня, тем самым мясо высушивалось. Он мог храниться несколько месяцев, а даже и лет. Обычно его брали в военные походы.

На уроке родного края мы решили сделать урок «Разнообразие чувашской кухни», каждый принес блюда, которые приготовили своими руками. Некоторые принесли картофельный пирог, шарттан, картошку в мундире.

### **Британская кухня.**

Британская кухня появилась в XIV веке. В области кулинарии Англия полна сюрпризов. Карты меню изобилуют названиями кушаний из всех стран мира. Однако это не означает, что собственно английская кухня исчезла или превратилась в какой-то международный конгломерат.

Напротив, благодаря своему «врожденному консерватизму», британцы и в этой сфере сохранили традиционные кушанья в своем исконном виде. Ведь приезжим бросаются в

глаза те продукты, которые покупают иностранцы, живущие преимущественно в крупных городах.

Англичане придают большое значение завтраку. Чай перед завтраком составляет как бы фундамент для сытной еды. Вероятно, эта традиция ведет свое начало от мореплавателей, которые влияли на обычаи островитян. Британцы уделяют завтраку достаточно времени, спокойно съедают Porridge - довольно густую кашу из овсяных хлопьев со сливками и молоком или кукурузные хлопья Cornflakes, запиваемые фруктовым соком. Затем следует белый хлеб с вареньем и знаменитая яичница с беконом. Но англичане охотно едят на завтрак и горячую копченую рыбу или сосиски. В этой стране не пострадали интересы и любителей мяса. В островной империи с незапамятных времен основной акцент делается на его высочайшем качестве, в особенности говядины и молодой баранины. Думаю, едва ли есть хоть кто-то, кому неведом нежный английский ростбиф (Roast beef).

Наряду с жареным мясом многие кушанья готовятся и из вареного мяса, к которому добавляются овощи. Для английской кухни характерен необычный способ приготовления овощей. Весьма распространено кушанье из капусты с луком-пореем, сваренной всего лишь в подсоленной воде. Чтобы такому неаппетитному блюду придать более выразительный вкус, англичане еще в прошлом веке изобрели готовые соусы, которые - от кетчупа до творческого соуса - мы найдем на каждом столе. Это очень удобно, потому что каждый может сдобрить еду по собственному вкусу.

Англичане необычайно любят сладкое. Такие десерты, как «карамельный пудинг, например, и кремы относятся к высшим достижениям кулинарного искусства даже по мировым меркам». *(Из учебника «Английский в фокусе-6»).*

Особого внимания заслуживало прямо-таки ритуальное отношение к чаю, но в современном мире отношение к чаепитию изменилось, образ жизни в современном мире не позволяет англичанам садиться за стол в 5 часов.