

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 6 – центр развития ребенка»

ИСТОРИЯ РУССКОЙ КУХНИ



Кухня того времени отличалась строгими правилами и традициями, которые соблюдались в каждой семье. Самым лучшим блюдом считалось то блюдо, которое сделано по рецепту, полученному от бабушки или матери. Обычно было принято внимательно присматриваться, как готовится одно и то же блюдо у разных хозяек. Кулинарные фантазии не особенно приветствовались, древнерусская кухня требовала четкого следования рецептуре. Еда была простой, не очень разнообразной, но подаваемые блюда и напитки должны были быть многочисленны, особенно на праздничном столе. Своеобразие древнерусской кухни определялось как продуктами, которые использовались, так и способами их приготовления. Блюда разделялись на мучные, молочные, мясные, рыбные и растительные.

Если судить по количеству пословиц и поговорок, сказок и песен, питье и еда в жизни наших предков далеко не последнее место. В далекой древности стол горожан и крестьян был одинаков: все питались одними и теми же продуктами – дарами природы. Позже наметились серьезные различия, так как в городах появились заморские яства, привозимые купцами.

ХЛЕБ

Однако повсеместно одинаковым почетом и уважением пользовался хлеб. Без него не обходилась ни одна трапеза:

Худой обед, коли хлеба нет

Хлеба ни куска – стол доска

Будет хлеб – будет обед

Если хлеба каравай, так и под елью рай



На Руси с древнейших времен хлеб пекли из кислого – заквашенного теста. Закваской служили дрожжи, квасная или пивная гуща, годился и кусочек старого теста. Так как основной зерновой культурой была рожь, то и пекли, в основном, черный хлеб.

*Ржаной хлебушко – калачу дедушка
Матушка-рожь кормит всех подряд, а пшеничка –
по выбору*

Но там, где сеяли пшеницу, выпекали и белый хлеб. Самым лучшим считался *кирпичатый* – хлеб, выпеченный из хорошо просеянной пшеничной муки. Хлеб, выпеченный из муки, просеянной через решето, назывался *решетным*, а через сито – *ситным*. Если хлеб пекли из плохо просеянного зерна, с семенными пленками и остатками колосьев, его называли *мякинным*.

Таким образом, качество хлеба и, соответственно, его стоимость были различными. Круглый хлеб – *коврига* – подешевле, а сдобный пшеничный

хлеб – *каравай* – подороже. Недаром тому, кто хотел его поесть на дармовщину, говорили: «*На чужой каравай рот не разевай*» - и добавляли: «*А пораньше вставай да свой затирай*». Хлеб любили есть мягким:

Коврига



Хлеб ешь мягким, а корку береги впрок

Каравай



А сухой резали и подсушивали.

Кроме хлеба пекли самые разные пироги со всевозможной начинкой: капустой, картофелем, садовыми и дикими ягодами, мясом, птицей и рыбой. Пекли блины, оладьи, ватрушки, печенье, пряники. Печатные пряники считались особым гостинцем, и их дарили друг другу во время торжественных обрядов. Причем если у белого хлеба были региональные разновидности — московские сайки, калачи, смоленские крендели, валдайские баранки и т. п., — черный хлеб различался не по районам, а лишь по роду выпечки и сорту муки — пеклеванный, заварной, подовый, обдирный и т. п.

Пирог с начинкой



Блины



Ватрушки



Печатные пряники



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 беспошлинно. 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.]



Очень большая разница была в выборе блюд простого крестьянина или ремесленника и, например, знатного горожанина. В богатых городских семьях ежедневно было четыре трапезы: завтрак, полдник, обед и ужин. Главными были две – обед и ужин. В это время за столом собирались все домочадцы.

А простой народ говорил:

Хрен да репка, да и то редко

Семь перемен, да и то редька

Успокаивали себя: *«Лучше хлеб с водой, чем пирог с бедой».*

ОВОЩИ

На Руси уже были обыденными репа, капуста, редька, горох, огурцы. Их ели сырыми, пареными, вареными, печеными, солеными, квашеными. Картофель получил распространение в России лишь в 18 веке, а помидоры — в 19. Вплоть до начала 19 века в русской кухне почти не было салатов.



КИСЕЛЬ

Доступным и распространенным блюдом на Руси издавна был кисель:

Где кисель, там и присел, где пирог, там и прилез

Кисели были овсяные, ржаные, пшеничные. История о том, как кисель спас город, занесена в летопись, известную под названием «Повесть временных лет». Вот о чем поведал летописец Нестор.

«10 век на Руси выдался тяжелым: шла великая непрерывная война с кочевыми племенами, которые совершали постоянные набеги на русские земли. Однажды печенеги осадили Белгород. Долго длилась осада, и начался в городе сильный голод. Тогда собралось народное вече, и порешили горожане: лучше сдаться печенегам, чем всем умирать с голода. Но сказал один старец: «Не сдавайтесь еще три дня и сделайте то, что я вам велю». Велел старец собрать со всего города остатки овса, пшеницы и отрубей, приготовить из них цежь (кисельный раствор) для варки киселя да поискать меду и сделать из него пресладкую сыту (медовый взвар, разварной мед на воде). Затем приказал выкопать два колодца и поставить в них кадушки вровень с землей. В первую кадушку налили кисельный раствор, а во вторую медовый напиток. На другой день пригласили горожане нескольких печенегов и привели их к колодцам. Почерпнули ведром из первого колодца, сварили кисель, стали его есть сами да запивать медовым напитком из второго колодца и угощать печенегов. Подивились те и решили, что кормит русских сама земля. Вернувшись, поведали печенеги своим князьям все, что было, те сняли осаду и пошли от города восвояси».

КАША

Не уступала киселю, а возможно, и превосходила его по распространенности *каша*:

Хороша кашка, да мала чашка



Каша была и остается нашим национальным блюдом. Она сопровождает русского человека на протяжении всей жизни, маленьких детей кормят манной кашей, сваренной на молоке, взрослые любят гречневую кашу, кутья является поминальным блюдом. Кашу считают «праматерью» хлеба. *«Каша — матушка наша, а хлебец ржаной — отец наш родной»*, — гласит русская народная пословица.

Русская кухня знала более двадцати видов: гречневая простая, гречневая с горохом, пшенная, овсяная, пшеничная, морковная, репная гороховая и т.д.

СУПЫ (хлебово)

На первое простые, небогатые люди, как правило, готовили *хлебово*. То есть похлебку (суп, щи, борщ). Предпочтение, оказываемое русскими

людьми жидким и полужидким блюдам, наглядно отразилось в том, что ложка была всегда главным столовым прибором русских, без нее нельзя было обойтись. Она появилась в России раньше вилки почти на 500 лет. *«Вилкою, что удой, а ложкою, что неводом»*, — гласит народная пословица, высказывающая пренебрежение к вилке.

Самой распространенной похлебкой были щи:

Если щи хороши, другой пищи не ищи

Тех же щей, да пожже влей

Ешь щи с мясом, а нет, так с квасом



На севере любой суп называли щами. Готовили похлебки из репы, капусты, бобов, гороха, редьки. Из кваса с овощами делали окрошку; из ботвы с луком и огурцами – ботвинью.

Ассортимент национальных русских супов - *щей, затирух, похлебок, ухи, рассольников, солянок, ботвиней, окрошек, тюрь* - продолжал пополняться в XVIII-XX вв. различными видами западноевропейских супов вроде бульонов, супов-пюре, различных заправочных супов с мясом и крупами, которые хорошо приживались благодаря любви русского народа к горячему жидкому вареву. Точно так же получили место на современном русском столе и многие супы народов нашей страны, например украинские борщи и кулеш, белорусские свекольники и супы с клецками.



МЯСО И МОЛОКО

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.

Мясо на Руси ели вареным или печеным. Вареное мясо подавалось в первых блюдах: щах, в ухе, рассолах или под взварами (соусами). Мясо запекали в печи. Принято было употреблять баранину, говядину и птицу (кур, уток, гусей). Готовили и мясо дичи: оленину, лосятину, зайчатину, и мясо дикой птицы: уток, гусей, лебедей, рябчиков и перепелов.



РЫБА

На Руси всегда было изобилие рыбы, как речной, так и морской.

Известны в русской кухне рыба паровая, вареная, тельная, т. е. изготовленная особым образом из одного филе, без костей, жареная, чиненая (наполненная начинкой из каши или грибов), тушеная, заливная, печеная в чешуе, запеченная на сковороде в сметане, просольная (соленая), вяленая и сушеная (сушик). В Печорском и Пермском краю рыбу, кроме того, квасили (кислая рыба), а в Западной Сибири ели строганину - мороженую сырую рыбу. Нераспространенным был лишь способ копчения рыбы, который получил развитие в основном только за последние 70- 80 лет, т. е. с начала XX в. В литературе мы встречаем сочные, "вкусные" названия рыбных блюд: сигамина, тайменина, щучина, палтусина, сомовина, лососина, осетрина,

севрюжина, белужина и другие. И уха могла быть и окуневой, и ершовой, и налиимьей, и стерляжьей и т. п.



НАПИТКИ

Из напитков были распространены квасы, меды, всевозможные отвары из лесных трав, а также сбитни (горячий напиток на меду с пряностями). Пряности, и притом в большом количестве, употребляли на Руси уже с 11 века. Русские и заморские купцы привозили гвоздику, корицу, имбирь, кардамон, шафран, кориандр, лавровый лист, черный перец, оливковое, или, как его тогда называли, деревянное, масло, лимоны и т. п. Нужно напомнить, что Русь вела обширную торговлю: на западе с варягами и немцами, на юге с греками и дунайскими болгарами, на востоке с азиатскими народами. Через Древнюю Русь пролегали Великий водный путь «из варяг в греки» и Великий шелковый путь. Чай впервые появился в России в 17 веке. Что же касается алкогольных напитков, то в Древней Руси пили слабоалкогольные — сброженные меды и сброженные ягодные соки. Водка была впервые завезена в Россию в 15 веке, но тут же была запрещена к ввозу и появилась вновь при Иване Грозном в середине 16 века, тогда же был открыт первый «царев кабак».



Особое внимание уделялось квасу. Его готовили буквально в каждом доме и пили все: и взрослые и дети. Квас делали разный: яблочный, грушевый и др.

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Своеобразие блюд русской национальной кухни обуславливалось не только набором продуктов, из которых готовили еду, но и особенностями их приготовления в русской печи. Первоначально русские печи делали без дымоходов и топили «по-черному». Позднее появились печи с трубами, а затем к печам стали приращивать плиты и вделывать духовые шкафы. В русской печи готовили пищу, пекли хлеб, варили квас и пиво, на печи сушили съестные запасы. Печь обогревала жилье, на печи спали старики и дети, а в некоторых местностях в большой топке русской печи парились, как в бане.



Еда, приготовленная в русской печи, отличалась отменным вкусом. Этому способствовали форма посуды, температурный режим и равномерный нагрев со всех сторон. В русской печи пищу готовили в глиняных горшках и чугунках. Те и другие имели узкую горловину, маленькое доньшко и большие выпуклые бока. Узкая горловина уменьшала испарение и контакт с воздухом, способствуя тем самым лучшему сохранению витаминов, питательных и ароматических веществ.

Пища в русской печи готовилась почти без кипения благодаря тому, что температура в печи постепенно понижалась, ведь печь сначала протапливали, а затем готовили в ней. Таким образом, пища в русской печи больше парилась, или, как говорили прежде, томилась. Поэтому особенно вкусными получались каши, гороховые супы, щи из квашеной капусты.

