

Коми национальные блюда



Каши и выпечка



- Основу рациона всех народностей Коми составляли каши и выпечка. Варить каши могли на открытом огне или в горшочке в печке. Чтобы обеспечивать организм витаминами и полезными веществами жители Коми всегда добавляли в кашу ягоды, орехи или грибы.



Черинянь (рыба, запечённая в тесте)



Чериньянь (рыба, запечённая в тесте)



Шаньги из ржаной муки с крупой



Шаньги из пшеничной муки с крупой



Шаньги с ягодами



Шаньги с картошкой





Какие продукты может человек добыть, собрать или взрастить, то и употребляет потом в пищу. Народность коми-ижемцы всегда считались знатными охотниками, поэтому их рацион изобилует олениной, рыбой, добывали и дичь.



В деревнях по берегам рек, где рыболовством занималось практически все население, рыба подавалась ежедневно



Строганина из рыбы



На севере республики дежурным блюдом является строганина из мороженой оленины. Любят коми и сушеное мясо .



Оленина сыровяленая



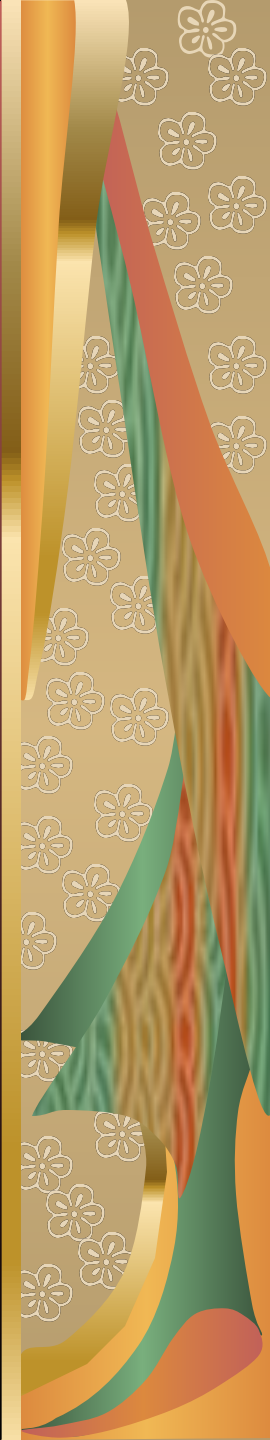
Лосятина с грибами



Пельмени



Историки предполагают, что пельмени были заимствованы у предков коми в середине II тысячелетия нашей эры. На это указывает и то, что русское слово "пельмень" является заимствованием из языка коми. Обозначает оно «хлебное ухо», то есть форма этого изделия дала ему наименование.





Широкое хождение имели молочные продукты. Молоко употребляли в свежем виде, но чаще подвергали переработке. В русских печах получали топленое молоко. Для получения кислого молока и простокваши молоко сливали в деревянные кадки и сбраживали с помощью кусочков хлеба. Из простокваши готовили творог. Популярна была и сметана.





Коми широко используют в своей национальной кухне блюда из мяса, рыбы, картофеля, муки. Мясо употребляется любое: говядина, баранина, свинина, а также, особенно в северных районах, мясо лося, медведя, оленя и дичь (рябчик, глухарь, тетерев и пр.). Чаще всего мясо готовят натуральным – в тушеном или запеченном виде.

Кухня нашего народа оригинальна и самобытна.





СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!