



# История русской кухни

## ТРАДИЦИИ

# РУССКАЯ КУХНЯ



- Русская национальная кухня самобытна и интересна. История русской кухни невозможно отделить от истории нашей Родины. На протяжении своего многовекового существования она впитала и творчески переработала кулинарные традиции многих народов и поколений: от татар до французов. На формирование национальной кухни влияло все: политика и религия, образ жизни населения, климат. Даже войны, которые вела Россия, изменяли ее кулинарные традиции - русские воины привозили из походов новые рецепты блюд, которые пришлись им по вкусу. Пройдя тысячелетний путь развития, русская кухня пережила несколько основных периодов, каждый из которых по - своему обогатил ее. В развитии русской кухни принято различать шесть этапов: древнерусская кухня (IX-XVI вв.); кухня Московского государства (XVII в.); кухня Петровской и Екатерининской эпохи (XVIII в.); кухня Петербургская (конец XVIII в.-60-е гг. XIX в.); общерусская национальная кухня (60-е гг. XIX-начало XX вв.); современная русская кухня (с 1917 г. по настоящее время).

## ДРЕВНЕРУССКАЯ КУХНЯ

- . 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. В древнерусской кухне блюда разделялись на мучные, молочные, мясные, рыбные и растительные.





- К кушаньям, приготовленным из муки, относился, в первую очередь, хлеб, преимущественно ржаной, который появился несколько веков назад и до сих пор остается характерным именно для русских. Ржаной хлеб считался полезнее пшеничного, к нему приписывались многие лечебные свойства. Пшеничный хлеб был так называемым хлебом для праздника. Хлеб подавался в особых случаях и пекся в виде калачей.
- На втором месте среди мучных продуктов по праву занимали пироги. Пироги по способу приготовления были "пряжные", их жарили на масле, и "подовые", выпекаемые в печи. Из квасного теста, на дрожжах всегда готовились подовые пироги, а пряжные могли быть приготовлены и из постного. Пироги имели продолговатую форму и разную величину. Маленькими назывались пирожками, а большие пирогами. Подавались пироги к горячему, за исключением сладких.





- Каравай относился к другим видам блюд, выпекаемых из теста. Каравай представлял собой сдобный хлеб, приготовленный самыми разными способами. Для "битого" каравая тесто взбивалось в отдельной посуде на масле, для "ставленого" на молоке, для "яицкого" на яйцах. Еще из теста делались курник, оладьи, котлома, сырники, блины, хворосты и висели. Некоторые из этих блюд готовим и сегодня. Кисели также относились к мучным блюдам, которые по традиции заваривали мукой и, конечно, различные каши.



- Молочные кушанья были представлены, прежде всего, лапшой с подливом в нее свежего или топленого молока, молочными кашами и всеми видами молочных продуктов: творогом, сметаной, кислыми сырами.



- 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. На Руси всегда было изобилие рыбы, как речной, так и морской. Рыбу вялили, сушили, солили, готовили под взварами и на пару. Подавалась рыба и в первых блюдах: расольниках, ухе, солянках, (селянках). Рыбу ели печеную. Икра всегда считалась особым лакомством, особенно свежая зернистая из осетра и белорыбицы. Употребляли икру с уксусом, перцем и луком, икру варили в уксусе или маковом (миндальном) молоке или жарили.





- Следует особо отметить способ и технологию приготовления русских национальных блюд. Печи, построенные для отопления жилища, служили одновременно и для приготовления пищи. Издавна в русской кухне процесс готовки сводился к варке или выпеканию продуктов в русской печи. Вареная пища только отваривалась а то, что было предназначено для печения, только пеклось. Таким образом, народная русская кухня не знала ни соединения продуктов, ни их комбинирования, ни двойной тепловой обработки. Вся технология горячего приготовления сводилась к нагреву. Тепло печи могло быть трех степеней: "до хлебов", "после хлебов", "на вольном духу", но всегда пища готовилась без непосредственного контакта посуды с огнем, нагреваясь только через толстый слой раскаленных кирпичей. Температура при этом могла быть либо все время постоянной, либо падающей, если печь постепенно остывала, но никогда не бывала возрастающей, как это принято при современном приготовлении на плите. Главная особенность русской печи-равномерный, устойчивый жар, который держится очень долго и после того, как печь уже закончили топить. В зависимости от температурного режима в печи каждый раз готовилось разное кушанье. При температуре 200С пекли знаменитые русские пироги: кулебяки, расстегаи, курники и шаньги; запекали целого поросенка или гуся. В остывающей печи можно было томить молоко, варить рассыпчатые каши, готовить жаркое. Пища приготовленная в русской печи, была совершенно особой за счет того, что пища получалась томленной или полутомленной.





- На семейные торжества и православные праздники во всех семьях, независимо от достатка и сословия, принято было готовить одни и те же определенные блюда. В древнерусский период большое значение приобрела обрядовая кулинария, эта традиция сохранялась очень долго время, практически до советской власти.



- ▣ Среди праздничных блюд особо следует отметить те, что готовились на Масленицу, которая отмечается в преддверье Великого поста. Главное отличие этого праздника являлось разгульное веселье и обилие блинов. Каждая хозяйка старалась угостить своих домашних и гостей на славу. А главным блюдом были блины. На лакомки, то есть в среду Масленой недели, тещи приглашали "на блины" зятьев с дочерьми, отсюда и пошло выражение "к теще на блины". Этот обычай особенно соблюдался в отношении молодых, недавно поженившихся. Как правило, в этот день собиралась на гулянье вся родня. А в пятницу на тещины вечера зять угощал блинами тещу с тестем. Правда, угощение было весьма своеобразным. Курьез заключался в том, что званая теща обязана была с вечера прислать в дом к молодым весь блинный скарб: таган, сковороды, черпак и даже кадку, в которой замешивалось тесто для блинов. Тесть же присылал муку и кадучку с маслом.

□ Самыми распространёнными были жидкие блюда: похлебки, солодуха, полевки, кулага, толокно, овсяный кисель с постным маслом, квашеная капуста, солёные грибы, грибные блюда, каши из ячневой, овсяной, пшенной, перловой, гречневой круп, намного позже- печёный картофель. Самая известная постная еда-тюря. Тюря-это холодная подсоленная вода с кусочками хлеба и репчатым луком.

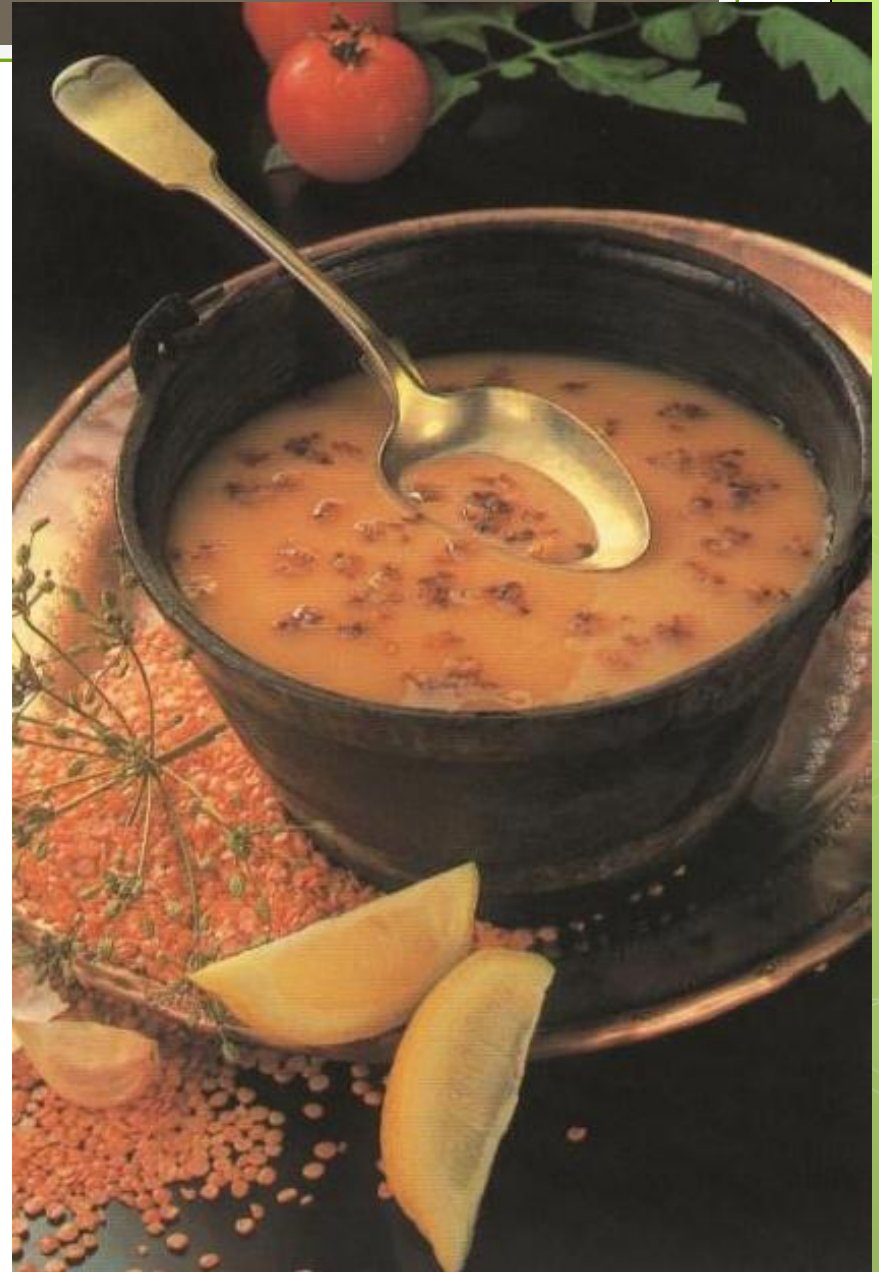






- Толокно готовили часто во время поста, которое делалось из овса, обжаренного, точнее выдержанного в продолжение ночи в уже не слишком горячей, но достаточно теплой печи. Мука, полученная из такого зерна, теряла способность образовывать клейковину, но зато хорошо набухала в воде и быстро загустевала. Замешивали толокно на охлажденной кипяченой воде, которую слегка подсаливали. Толокно было любимым лакомством детворы. Из загустевшего толокна дети лепили рыбок, петушков, зайчиков-и забава, и вкусно, и голод прогоняет. Толокно служило полдником или ужином.

□ Полевка-это жидкая похлебка, которую приготавливали из ржаной муки, а точнее из заквашенного ржаного теста-расчины. Расчину ставили закисать накануне. Когда она достаточно закисала, в горшочке кипятили воду, добавляли соль, лавровый лист, репчатый лук, расчину и "заколачивали" колотовкой (приспособление, которое вырезали из молодого, тщательно оструганного соснового дерева, на котором оставляли веерообразные тонкие сучки длиной 3-4 см). Заправляли полевку луком, сушеными грибами, а иногда в дни поста сельдью или вяленой рыбой.







- Самый главный православный праздник-Пасха, или Воскресение Христова следовал за Великим постом. Пасхальный стол отличался праздничным великолепием, был обильным и очень красивым. Жарили телятину, запекали поросенка, барашка или окорок. Блюда украшали цветами, а также стол, иконы и дом. Для пасхальной трапезы до сих пор пекут сдобные куличи, готовят творожные пасхи и красят яйца. По древней традиции, яйца красили и укладывали на блюдо среди специально пророщенной зелени овса и пшеницы.



□ Рождество Христово-один из самых светлых христианских праздников. Вечер накануне Рождества-Рождественский сочельник или сочевник, получил название от слова "сочиво"-ритуального кушанья, приготавливаемого из макового сока с медом и каши из красной пшеницы или ячменя, ржи, гречихи, гороха, чечевицы, позже-риса. Трапеза в Рождественский и Крещенский сочельник начиналась сочивом, а также на родинах, крестинах, поминках, с той лишь разницей, что эта каша, чаще называемая кутья, была разной по составу. Так, рождественскую кутью готовили постной. Кутью приготавливали с маковым, миндальным, ореховым, конопляным соком с добавлением меда и измельченных ядер грецких, лесных орехов, миндаля. На второй день Рождества готовили бабью кашу, или бабкину кутью. В старину был обычай навещать дом, в котором появился новорожденный, а в дар приносили бабкину кашу и бабкины пироги. В отличие от рождественской постной кутьи, бабкину готовили "богатой". На поминках подавали постную поминальную кутью-"коливо". Кстати в старину, ржаную или пшеничную соломину, стебель и колос тоже называли "коливо". Возможно, отсюда, и название кутьи, так как старообрядцы, например, готовили ее только из красной пшеницы. Обычай этот сохраняется и по сей день.





Фото Максима Сырникова



- Среди семейных праздников, на которые было принято готовить специальные блюда, можно выделить свадьбу и поминки. Осенью обычно играли традиционную русскую свадьбу, а подготовка к торжественному дню могла длиться около двух месяцев и состоять из нескольких этапов, ни один из которых нельзя было пропустить, это считалось плохой приметой. Что касается свадебного обеда, то на этот счет существовал целый свод правил и установлений. На русском свадебном столе кушанья были глубоко символичны. Тесто всегда было символом благополучия и плодородия. Поэтому на свадьбу готовили в первую очередь каравай. В некоторых губерниях словом "каравай" называли саму свадьбу. А каравайником-специальный свадебный чин. Еще на свадьбу обязательно пекли пироги. Выпечкой могла руководить только женщина, живущая с мужем в любви и согласии и имеющая добрых детей: считалось, что семейный лад через пирог передается молодым. Каравай украшали цветами и веточками калины (символ любви). Кто из молодых откусит самый большой кусок пирога, тот и будет хозяином в доме. При этом новобрачным за праздничным столом не разрешалось есть то же, что ели остальные гости. Жениху можно было отведать немного каравая с сыром и выпить вина, невесте чаще всего не позволялось и этого, но свадебный стол должен был ломиться от яств. В центре стола ставили каравай в окружении медовых пирогов и калачей, саяк, ватрушек, пряных коврижек. К свадьбе готовился специальный пирог-"курник" с запеченными внутри яйцами и украшенный куриной головой из теста. Обычай кормить новобрачных курицей перед праздничным ужином втайне от всех, дошел до нас с древних времен. Курицу непременно подавали с сыром. Еще одно обязательное для русской свадьбы угощение-свинина. Блюда из свинины должны были обеспечить молодым богатство и благополучие. Надо сказать, что до XVII в. на Руси не знали ни танцев, ни оркестров, так что единственным развлечением на свадьбе было застолье. Когда съедались закуски, вносили жареного лебедя (у простого народа лебедя заменял жареный петух). Жених должен был дотронуться до птицы рукой и велеть ее резать. Есть жених и невеста могли только в конце общего застолья в своей опочивальне.



Очень важным застольем, наполненным многочисленными символическими блюдами, была поминальная трапеза. После похорон на обеде непременно кушаньями бывали кутья, мед и овсяный (клюквенный) кисель, в некоторых районах-рыбный пирог, блины. Как правило, кутья, варилась из цельных, нераздробленных зерен-чаще всего пшеницы. Кутья как и зерно, из которого она приготовлена, знаменует собой постоянство возрождения жизни, невзирая на смерть. Кутью обычно готовили сладкой, с медом или патокой. А говорили на Руси, "чем слаще кутья, тем жалче покойника". Кутью следовало взять ложкой три раза. Помимо ржаного, овсяного или клюквенного киселя, обязательной на столе была чаша с медом, разведенным водой или брагой. Полагали, что ими "торили дорогу покойнику". Блины подавались, как правило на 9-й и 40-й день, а в день похорон блины на стол не ставились. В некоторых местностях подавали еще муковню-заваренную кипятком муку с молоком, или кулеш-кашу с салом. Ели ложками (за поминальным столом очень долго не пользовались ножами и вилками), а пирог разламывали руками. В дни поста поминальный стол должен был быть постным.







- В традиционной русской кухне было не принято смешивать продукты, и даже постный стол поначалу представлял собой блюда, в которых каждый вид овощей, грибов и рыбы приготавливался отдельно. Капусту, репу, редьку, горох, огурцы-ели сырыми и солеными или парили, варили, пекли. Такие блюда, как салаты, никогда не были свойственны русской кухне и появились в России уже в XIX в. как одно из заимствований с Запада. Салаты поначалу делались преимущественно с одним овощем, отчего и назывались "салат огуречный", "салат свекольный", "салат картофельный". Рыбу с грибами тоже не смешивали. Их готовили отдельно друг от друга. Уху варили из одного сорта рыбы. Чтобы разнообразить вкус блюд, употребляли специи. Добавляли лук и чеснок, причем в весьма больших количествах, петрушка, анис, кориандр, лавровый лист, черный перец и гвоздика, появившиеся на Руси уже с X-XI вв., а позднее, в XV-начале XVI вв., этот набор был дополнен имбирем, корицей, кардамоном, аиром и шафраном. Готовились блюда и с добавлением различных масел: конопляного, орехового, макового, деревянного (оливкового), и значительно позднее-подсолнечного.



- В средневековый период начинают употреблять жидкие горячие блюда, получившие общее название "хлёбова". Это уха и щи, изготовленные на растительном сырье, а также различные виды мучных супов.
- Мясо и молоко поначалу употребляли достаточно редко. Некоторые виды мяса были совсем под запретом, например телятина. Мясо варили, но почти не жарили, добавляли в щи и каши. Творог и сметану делали из молока.
- В старорусской кухне главными сладостями считали мед и ягоды, из которых варили варенья. Ягоды также сушили, смешивали с мукой и яйцами и делали пряники.