Муниципальное Образовательное Учреждение
Средняя Общеобразовательная Школа №9
Станица Новосергиевской
Муниципальное Образование
Крыловский район
Краснодарский край

«Бл ой кух

точно определить факторы оказавшие влияние на формирование меню русской кухни. Определить природно-климатические условия, под действием которых шел процесс формирования национальных особенностей питания (температурный режим, влажность, освещенность и др.). Энергетическую

Что традиционно выращивали на Руси?

ЛЕН

ГОРО

КАПУСТА

РЕДЬК

СВЕКЛА

КАРТОШКА

БРЮКВА

МОРКОВЬ

ОГУРЦЫ

Щи с кислой капустой

Ингредиенты
700 г говядины
300 г кислой капусты
600 г картофеля
200 г моркови
200 г лука
корень петрушки или пастернака
соль
перец
лавровый лист
Рецепт приготовления
Количество ингредиентов указано на четырехлитровую кастрюлю.

Мясо отварить до готовности (варить 1-1,5 часа после закипания).

Затем мясо нарезать небольшими кусочками

Добавить обратно в бульон.

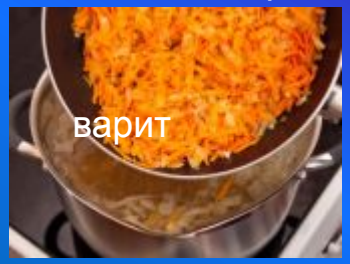
Лук мелко покрошить.

Морковь натереть на крупной терке.

На растительном масле обжарить лук.

Следом добавить корень петрушки , перец, лавровый лист.

Добавить обжаренные лук и морковь.



В кипящий бульон добавить картофель,

5-7 минут.

Варить до готовности картофел

Приятного аппетита!

Винегрет

Ингредиенты
400 г свеклы
300 г моркови
400 г картофеля
200 г квашеной капусты
200 г маринованных или соленых
огурцов
150 г лука
соль
растительное масло
Рецепт приготовления

Свеклу отварить до готовности

Картофель и морковь отварить до гот

Лук мелко нарезать

Огурцы нарезать кубиками.

Капусту мелко

Морковь нарезать кубиками.

Свеклу нарезать

Картофель нарезать

Смешать картофель, морковь, огурцы, лук, капусту, свеклу. Посолить.
Заправить растительным маслом

Приятного аппетита!

Блины

Ингредиенты
500 мл молока
2 яйца
2 ст.л. Растительного масла
1 ст.л. сахара
200 г муки
2 ч.л. разрыхлителя
Соль

Из указанного количества ингредиентов получается 15-16 блинчиков диаметром 21 см.

Рецепт приготовления

Яйца взбить с сахаром и солью. Добавить растительное масло, перемешать

Добавить молоко, хорошо перемешать.
Добавить соду и муку

Сковороду разогреть, немного смазать маслом. В середину налить тесто, сковороду покрутить, чтобы тесто равномерно распределилось.

Когда низ блина зазолотится, его надо перевернуть. Жарить со второй стороны буквально несколько секунд. Затем блин снять со сковороды.

Приятного аппетита!

Этапы развития русской кухни

- *IX—XVI* вв. - древнерусская кухня;
- *XVII* в. - кухня Московского государства;
- *XVIII* в.т - кухня петровско-екатерининской эпохи
- конец *XVIII* в.—*60*-е годы *XIX* в.- петербургская кухня;
- *60*-е годы *XIX* — начало *XX* вв.- общерусская национальная кухня;
- с *1917* г. по настоящее время- советская кухня.

Русская кухня прошла долгий путь развития. Что-то в ней, увы, было утрачено, что-то новое прочно вошло в обиход. Но всегда одной из главных особенностей русского стола было и остаётся обилие. Связано оно с исконной национальной чертой- гостеприимством. Показать своё кулинарное мастерство, накормить гостей до отвала да ещё и с собой завернуть кусок пирога- именно так по-прежнему принимают друзей во многих домах. И как бы не

Список литературы

1) Емельянова Е. «Особенности национальной русской кухни».
2) Левшин В.А. «Русская поварня».
3) В.В. Похлебкин.«Национальные кухни наших народов».
4) Г.С. Выдревич «100 лучших блюд современной русской кухни.»
5) В.П. Дроновы, И.И. Баринова «География России 8 класс»
6) http://www.moy-recept.ru/12/40
7) В.В. Похлёбкин «Моё меню»
8) http://kulinarnayakniga.ru/articles/2007/08/28/articles_5167.html
9) В.В. Похлёбкин «О кулинарии от а до я»

СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ =)