

КАК ПОЯВИЛАСЬ КАША

КАШАМ, БЕССПОРНО, НЕСКОЛЬКО ТЫСЯЧ ЛЕТ

- Однажды в Альпах нашли вмерзшего в лед человека, пролежавшего несколько тысяч лет. В его желудке была обнаружена каша.
- Кашам, бесспорно, несколько тысяч лет. Как только появился первый горшок и человеку пришла мысль сварить что-то в воде – появляется каша.
- Конечно, зерна можно было есть и сырыми, но сваренные, они оказались намного вкуснее. Удастся ли поймать мамонта и поесть мяса – зависело от удачи, удастся ли поесть каши – в большей степени от трудолюбия.



ЗЕРНОТЁРКА

- Сначала люди поедали зерна в сыром виде, а затем стали растирать зерна камнями, получая муку грубого помола. Они ее варили и делали своеобразную кашу, включая зерновые в ежедневный рацион.
- Известно, что в примитивном своем виде, хлеб напоминал кашу из зерновых, которые обычно были не доваренными. Люди считали, что полусырое зерно дольше усваивается организмом, и ощущение сытости сохраняется более продолжительное время.
- Многие историки и археологи считают, что мысль запекать хлеб на огне пришла людям благодаря случаю. Во время приготовления каши, часть смеси попала в огонь, и получилась лепешка, которая очень привлекла людей своим поджаристым вкусом и запахом.
- Поэтому люди стали не варить хлеб, а выпекать. Они месили кашу и запекали ее в виде лепешек. Получались подгорелые, немного жестковатые куски, которые давали приятный аромат и имели насыщенный вкус.



НЕ ЗНАВШИЕ КЕРАМИКИ И МЕТАЛЛА

- Остановимся только на некоторых вероятных приспособлениях для приготовления пищи в древности. Главный вопрос: как могли варить пищу в сосудах, сделанных из горючих материалов, которые нельзя ставить на прямой огонь?
- Один из самых очевидных способов — использование раскаленных камней, которые сначала нагревались в огне и затем кидались в «кастрюлю», изготовленную из любого материала — дерева, коры, кожи.
- Таким образом готовили в недавнем прошлом еду различные племена, не знавшие керамики и металла.



КАМНИ ДЛЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ ПИЩИ

- Члены одного из племен Северной Африки рыли неглубокую яму, плотно обкладывали ее дно и стенки сырыми шкурами, чтобы они не пропускали воду;
- затем, раскалив на костре камни, бросали их в налитую воду, пока она не закипала.
- Такой способ не требовал даже сосудов.
- Похожим образом готовили себе еду и некоторые южноамериканские индейцы.



ПОСУДА ДЛЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ КАШИ

- В 1740-е годы немецкий ученый на русской службе Георг Вильгельм Стеллер совершил несколько экспедиций по Сибири и Камчатке и описал приготовление пищи ительменами:
- «Прежде, когда у них не было ни котлов, ни другой посуды, они клали рыбу в деревянное корыто, совершенно такое, из какого кормят свиней, заливали ее водою и варили при помощи раскаленных камней;
- после людей из того же корыта они кормили собак».



ЕДА ДЛЯ БЕДНЯКОВ...

- Вплоть до эпохи Римской империи каша присутствовала в рационе всех слоев общества, и только затем превратилась в еду для бедняков. Однако у них она была весьма популярна, ее ели три и даже четыре раза в день, а в некоторых домах питались вообще исключительно ею одною.
- Такое положение вещей сохранялось вплоть до XVIII столетия, когда на смену каше пришел картофель.
- Следует заметить, что каша того времени существенно отличается от наших нынешних представлений об этом продукте: средневековую кашу нельзя назвать "кашеобразной", в том значении какое мы сегодня придаем этому слову, она была твердой, твердой настолько, что ее можно было резать.
- Еще одна особенность той каши заключалась в том, что несущественно было, из чего она состоит.



"ЩИ ДА КАША - ПИЩА НАША"

- Каша была известна с глубокой древности всем земледельческим народам. В русских письменных памятниках это слово встречается в документах конца XII в., однако археологических раскопках находят горшки с остатками каш в слоях IX - X вв.
- Слово "каша" происходит, по мнению лингвистов, от санскритского "каш", что означает «дробить, тереть».
- Каша - это очень полезный, питательный, вкусный и, что немаловажно, недорогой продукт.
- Без традиционной русской каши на столе невозможно было себе представить ни одно торжество или праздник. Причём к разным значимым событиям обязательно готовилась определенная обрядовая каша.
- Это отражается в пословицах:
 - *"Каша - кормилица наша"*
 - *"Русского мужика без каши не накормишь"*
 - *"Без каши обед не в обед"*
 - *"Щи да каша - пища наша"*
 - *"Борщ без каши вдовец, каша без борща – вдова"*



КАШИ НА ОСНОВЕ КИСЛОГО РЖАНОГО ТЕСТА

- Судя по археологическим находкам, кухонным керамическим изделиям и остаткам в них различных органических веществ, начиная с IX века, на Руси уже готовили кислый, ржаной черный хлеб.
- И все древнейшие мучные изделия в русских поселениях вплоть до XV века создавали исключительно на основе кислого ржаного теста, под воздействием грибковых культур.
- Это были кисели — ржаные, овсяные и гороховые, а также каши, которые варили опять же из закисшего, замоченного зерна - гречихи, овса, полбы, ячменя.



КАШИ НА РУСИ ПРИОБРЕЛИ ЗНАЧЕНИЕ МАССОВОГО РИТУАЛЬНОГО БЛЮДА

- В зависимости от соотношения зерна и воды каши были крутыми или полужидкими, был еще один вариант и он назывался «размазня».
- Начиная с XI века каши на Руси приобрели значение массового ритуального блюда, которым начиналось и завершалось любое событие; свадьба, похороны, крестины, строительство церкви и вообще любые христианские праздники, которые отмечали всей общиной, селом или княжеским двором.



КАША – СЫТНОЕ БЛЮДО

- Когда появилась каша?
- Вряд ли это можно точно установить. Каша могла появиться в древности, когда люди начали заниматься земледелием, то есть стали появляться запасы зерновых культур.
- Но в отличие от выпечки хлеба с кашей было меньше возни - зерна не надо было размалывать в муку, достаточно было их слегка раздробить, а некоторые даже целиком использовали.
- Готовить кашу очень просто: достаточно иметь крупу, которую заливают молоком или водой. А блюдо получалось сытное, если еще что-то добавить (соль, сахар, масло, сало).



ТЫСЯЧУ ЛЕТ НАЗАД

- Достоверно известно, что славяне начали употреблять кашу еще тысячу лет назад.
- Она пользовалась большой популярностью, помогала людям выжить в трудные времена, ее кушали все слои населения, ее даже можно назвать национальным блюдом славян.
- Готовили каши из самых разных зерен: пшеницы, ячменя, овса, гречки, а также были хлебные, морковные, репные, гороховые, рыбные каши.
- Их заправляли часто конопляным маслом или салом.



О ВАЖНОСТИ КАШИ ДЛЯ СЛАВЯН

- О важности каши для славян говорят многочисленные пословицы, связанные с кашами:
- «Каша – мать наша», «С ним каши не сваришь», «Кашу и дурень сварит, была бы крупица да водица».
- Считается, что каша - вообще первое блюдо, которое люди приготовили из зерен злаков. У славян и русских людей каши играли важную роль в обрядах , например кутья.
- Их обязательно готовили на похоронах, при рождении ребенка, а также к разным праздникам (Рождество, Новый год, Святки и др.).



ГЛАВНАЯ ПИЩА ДРЕВНИХ СЛАВЯН

- Конечно же, главной пищей древних славян была каша, а также мясо и хлеб.
- Только вот каши были несколько иными, не такие, как мы привыкли видеть.
- Рис был большой диковинкой, его еще называли «сорочинским пшеном», и стоил он баснословно дорого.
- Гречку (крупку, завезенную греческими монахами, отсюда и название «Гречка») ели по великим праздникам, а вот своего собственного пшена на Руси всегда хватало с избытком.



ЧЕМ ЗАПРАВЛЯЛИ КАШИ

- Ели, в основном, овес. Но овсяную кашу готовили из цельного очищенного зерна, предварительно долго запаривая ее в печи.
- Каши обычно заправляли либо сливочным, либо льняным или конопляным маслом.
- Подсолнечное масло появилось много позже.
- Иногда особо обеспеченные граждане древних времен пользовались оливковым маслом, привезенным купцами из далекой.



ОВОЩИ НА РУСИ

- О капусте, моркови и свекле, не говоря уже о помидорах и огурцах, казалось бы, таких исконно «русских» овощах и корнеплодах, на Руси и слыхом никто не слыхивал.
- Более того, даже репчатого лука, наши предки не знали. А вот чеснок рос. Его даже в сказках да присказках неоднократно упоминают.
- Помните? «Стоит в поле бык печеный , в боку чеснок толченый».
- А из овощей, наверное, на ум сейчас приходит только редька, которой и хрен не слаще, да знаменитая репа, проще пареного приготовления которой зачастую решаются многие проблемы.



О ГОРОХЕ

- Чрезвычайным уважением наших предков пользовался и горох, из которого не только суп варили, а и кашу.
- Сухие зерна мололи в муку и пекли пироги да блины из горохового теста.



КАША НАМНОГО ДРЕВНЕЕ, ЧЕМ ПРИВЫЧНЫЙ ХЛЕБ

- Человек издавна искал способы и возможности обеспечить поддержку сил организма за счет разнообразия и стабильного наличия питания.
- Переход древнего человека к оседлому образу жизни способствовал развитию растениеводства, одним из продуктов которого является каша.
- Каша намного древнее, чем привычный хлеб. Известна она у многих народов.
- Традиционно так повелось у наших предков, что кашу готовили во время перемирий- заключения мировых соглашений. Отсюда и пошли разные поговорки, связанные с кашей.
- Кашу также готовили на обрядовые праздники.
- Еще кашу ели как лекарство.



ТАК ПОЯВИЛИСЬ КАШИ

- **Так появились каши, довольно питательная пища, содержащая много углеводов, а значит, энергии.**
- **Поэтому с глубокой древности каши входят в наш постоянный рацион.**