

Повседневные блюда Украины

Презентацию представляют
Мустафа Виолетта и Теплицкая
Виктория



Украинский борщ — любимое традиционное блюдо всех украинцев, которое готовят в каждой украинской семье.

Традиционный украинский борщ — не только вкусный обед, но и крайне питательное и полезное блюдо.

Ингредиенты, входящие в состав красного супа, содержат необходимые для организма витамины и микроэлементы. Белки, углеводы и жиры, витамины, минералы, ферменты находятся в борще в оптимальном соотношении. Украинское кушанье из свеклы — самый настоящий энергетик, который обеспечивает высокую работоспособность, насыщает на длительное время и улучшает обменные



Издавна в Украине хозяйки готовили вареники с разнообразными начинками. Начинка для украинских вареников могла быть постной или скоромной в зависимости от религиозного календаря. Для приготовления начинок использовали творог, тушеную капусту, вареную толченую картошку; мак, калину, вишни и другие ягоды; яблоки, вареные и толченые сухофрукты (сушину), вареную фасоль, гороховое пюре, пшеничную или гречневую каши и даже муку. В некоторых западно-украинских районах вареники называли "пироги" или "вареные пироги".



Секрет популярности зраз заключается в том, что их можно приготовить из небольшого количества мяса или фарша, что весьма удобно и экономно. А еще эти котлетки можно сделать на любой вкус, ведь вариантов начинки существует бесчисленное множество. В качестве начинки для зраз могут быть использованы грибы, разные каши, всевозможные овощи, вареные яйца, по своей сути эти котлетки – это одновременно и гарнир (начинка) и мясо, то есть гарнир завернут в начинку. Однако это не мешает подавать зразы с дополнительным гарниром – кашами, пюре из картофеля, хороший вариант подачи также с бульоном, в котором они готовились.



Вряд ли можно найти украинца, который бы хоть раз в жизни не ел галушки. Это мучное изделие настолько популярно в украинской кухне, что просто невозможно не попробовать его со сметаной или в сочетании с тем же борщом. В общем, галушки — это универсальная выпечка на все случаи жизни.



В принципе, так это было всегда. Достоверно неизвестно, когда впервые стали выпекать галушки. Но становится понятным, что это истинно народное изобретение. Довольно часто их готовили в посевную, жнива или косовицу. Просто в это время украинский народ был очень занят полевыми работами, а значит, времени и сил на приготовлении какого-либо другого

