



Корейская кухня



- ▶ Корейская кухня в целом острая, при приготовлении блюд обильно используются пряности, особенно красный перец: из-за него многие корейские блюда имеют характерный красно-оранжевый цвет. Широкое использование перца объясняется тем, что Корея, особенно южная — страна с тёплым, влажным климатом, а перец помогает дольше сохранить продукты.
- ▶ При этом перцем корейцы начали пользоваться только в XVI столетии, когда его завезли из Южной Америки португальцы. Тогда сформировался традиционный способ приготовления корейских блюд. Перчёная еда ценилась очень высоко, а понятия «вкусный» и «острый» в корейском языке стали синонимами. Набор специй корейской кухни небогат: большей частью это чеснок и перец, но они используются в разных пропорциях и комбинациях, потому получают разные вкусы. Три главные корейские приправы — соевый соус (канджан), кочхуджан, твенджан.

Кочхуджан — традиционная корейская соевая паста с клейким рисом и ферментированными соевыми бобами, заправленная красным перцем в высокой концентрации. Количество перца таково, что соевая паста обычно имеет тёмно-красный цвет.



Рис в корейской кухне



- ▶ Как и в кухнях соседних народов, основная еда корейцев — рис. Для корейцев он — неотъемлемая часть стола, как хлеб для многих европейских народов. Рис подают каждому в отдельной пиале, а остальные закуски (панчхан) раскладывают в общих тарелках.
- ▶ В 1969 году по указанию правительства Республики Корея каждая среда и суббота объявлялись «днями без риса»: гражданам рекомендовали не употреблять риса в эти дни и есть больше изделий из пшеничной муки. В школах следили за тем, чтобы учащиеся брали с собой из дома еду не из риса, а из смеси риса с бобами или ячменём. Даже для ресторанов вводились ограничения: их обязывали исключать из меню блюда из риса.
- ▶ В 1970-е годы был выведен сорт риса «тхонъильпё», с более коротким зерном, лучшего качества и высокой урожайности (на 30 % выше), устойчивый к насекомым-вредителям и болезням. Власти Республики Корея продвигали этот сорт для широкого внедрения. После 1977 года Республика Корея стала полностью обеспечивать себя рисом и даже экспортировать его.
- ▶ Согласно данным 1970 года, каждый южный кореец съедал за год 136,4 кг риса. После этого потребление риса на душу населения стало снижаться: в 2003 году показатель снизился до 83,2 кг, в 2007 году — до 77 кг, а в 2014 — до 65 кг; эксперты связывают это с разнообразием рациона корейцев.

Панчхан (банчхан, панчан, банчан), кор. 반찬 — общее название различных закусок и салатов в Корее, которые подаются как аккомпанемент к основному блюду и рису, в небольших мелких тарелках.

Слово используется как в единственном числе (обозначение одного вида закуски), так и во множественном. Один из самых известных корейских панчханов — КИМЧИ.



Кимчхи́ — блюдо корейской кухни, представляющее собой остро приправленные квашеные (ферментированные) овощи, в первую очередь, пекинскую капусту.

В общем случае это приправленные красным перцем, зелёным луком и луковым соком, чесноком и имбирём квашеные кочаны или листья крестоцветных. Чаще всего это пекинская капуста, иногда с ломтиками редьки, однако иногда вместо них используются листья кольраби, редиса, лобы, а также огурцы, баклажаны и прочие овощи.

В Корее кимчхи считается основным блюдом. Корейцы считают, что ежедневное потребление кимчхи способствует рассасыванию жировых отложений, то есть считают это блюдо диетическим. Считается также, что острое кимчхи — хорошее простудное средство. Кимчхи (как и другие квашения и получаемые при этом рассолы) считается эффективным средством против похмелья.



К рису подают много овощей, как правило квашеных и очень острых. Наиболее известное овощное блюдо — «КИМЧХИ». Наиболее известным и распространенным является КИМЧХИ, приготовленное из пекинской капусты, однако, многочисленные варианты приготовления могут использовать в качестве основного ингредиента практически любые овощи, присутствующие на местном рынке.



Употребление собачатины



- ▶ В Корее активно [употребляется собачатина. Защитники прав животных нередко находят употребление мяса собаки недопустимым, сторонники употребления в пищу блюд из собачатины не понимают, почему считается допустимым есть коров и свиней, но диким — поедать собак.
- ▶ В июне 2018 года борцы за права животных добились суда над владельцем одной из собачьих ферм. Его привлекли к ответственности за «убийство животных без надлежащих причин». Городской суд Пучхона привлек владельца фермы к адмответственности в виде штрафа в размере 3 млн вон (примерно 3000 долларов США)

Корейские блюда



Пулькоги (также встречается написание *бульгоги*) (кор. 불고기) — блюдо корейской кухни, род барбекю, обычно готовится из маринованной говядины или телятины, иногда — из курятины или свинины. *Пулькоги* готовится из вырезки или других высококачественных частей туши [5]. Перед приготовлением мясо маринуют в смеси соевого соуса, сахара, кунжутного масла, чеснока, чёрного перца и других ингредиентов (зелёного лука, репчатого лука или грибов, особенно шампиньонов или шитаке, груш). Блюдо может быть дополнено фунчозой.



Фунчóза — «стеклянная, крахмальная, китайская лапша») — блюдо китайской, корейской, японской и других азиатских кухонь, которое готовится из сухой лапши (т.н. стеклянная лапша) с приправами из маринованного перца и джусая, моркови, редьки, лука и других овощей. Подаётся в горячем или холодном виде. Также может подаваться с грибами или с мясом (что характерно для корейской закуски чапчхэ).



Самгёпсаль — популярное блюдо корейской кухни. Представляет собой кусочки жирной свиной брюшины, не прошедшей маринования, не посыпанной специями, которые участники трапезы поджаривают на стоящем на столе гриле^[1]. Обычно самгёпсаль подаётся на ужин.



Тток— блюдо корейской кухни, пирожок, сделанный из клейкого риса (который по-корейски называется чхапссаль). Для приготовления некоторых видов ттока можно использовать обычную рисовую муку. Существует более сотни видов ттока, которые едят в течение года по разным поводам. На Корейский Новый год традиционно подают ттоккук (суп с тток), а на свадьбах и днях рождения едят сладкие тток. Тток часто считают праздничной едой, а ингредиенты могут включать как дорогие орехи и фрукты, так и одну только муку с наполнителем. Часто тток готовят с бобами мунг, анко и цельными бобами адзуки, зизифусом и другими сушёными фруктами, маслом и семенами кунжута, а также кедровыми орехами и сахаром.



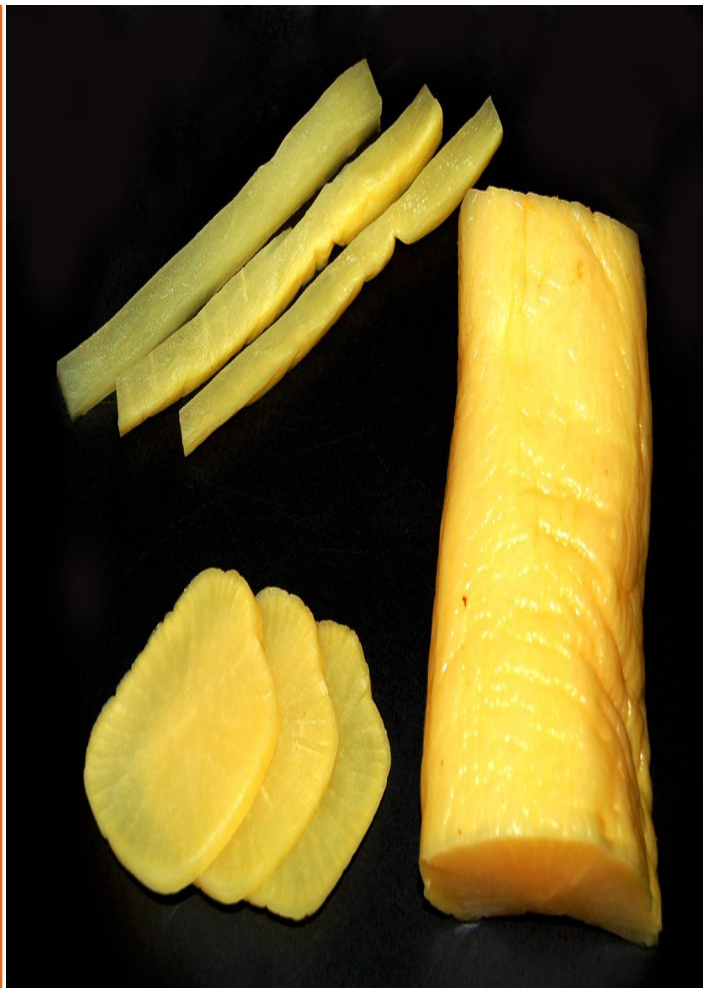
Кимба́п— популярное блюдо корейской кухни, представляет собой роллы, завернутые в сушеные прессованные листы «морской капусты», наполненные приготовленным на пару рисом, с добавлением начинки, нарезанной или выложенной полосками, обычно квашеных овощей, рыбы, морепродуктов, ветчины и омлета. К столу кимбап подают нарезанным кружочками, которые едят, взяв палочками и обмакнув в соевый соус с семенами кунжута.

Кимбап произошёл от японских роллов «футомаки», блюдо было заимствовано во время японской оккупации. От суши (суси) кимбап отличается тем, что рис почти не содержит уксуса, также в кимбап не кладут сырую рыбу.

Обычно кимбап употребляют на пикниках и вообще на улице, а также в качестве закуски, в этом случае кимбап подают с такуаном или кимчи.



Такуа́н или **Такува́н** — популярная в Японии традиционная закуска. Готовится из японской редьки дайкон. Подаётся как наравне с другими разновидностями цукэмоно в традиционной японской кухне, так и отдельно в конце трапезы, поскольку считается, что способствует пищеварению.



Пибимпап— одно из популярнейших блюд традиционной корейской кухни. Блюдо состоит из отварного белого риса, покрытого овощным салатом «намуль», пасты из острого перца кочхуджан, сырого яйца или яичницы и тонко нарезанных кусочков мяса (обычно говядины). Ингредиенты (рис, салаты из овощей, мясо и яйцо) перемешиваются непосредственно перед принятием пищи. Блюдо может быть подано как в холодном, так и горячем виде. Овощи, используемые для пибимпаба, представляют собой жюльен.



Хве или **хо** — семейство блюд корейской кухни. Хве состоят из сырого мяса или рыбы с добавками. Хве из рыбы обычно едят с соусом «чхокочхуджан» (соус из кочхуджана), *ссамджань*, васаби, завернутыми в капустные листья и периллы.



Куксу — блюдо корейской кухни, лапша, а кроме того — холодный суп из этой лапши. На диалекте советских корейцев называется «кукси». Едят на праздники, дни рождения и свадьбы: длина лапши считается приносящей долголетие или пророчащей долгую совместную жизнь



Сундэ — блюдо корейской кухни, получаемое путём варки или парения коровьего или свиного кишечника, который затем фаршируется различными ингредиентами. Сундэ, таким образом, представляет собой своего рода кровяную колбасу и, как считается, может употребляться в пищу в течение довольно длительного времени. Наиболее распространённой основой для сундэ является свиной кишечник, который фаршируется местной лапшой, ячменём и свиной кровью¹, хотя в качестве начинки могут также выступать листья периллы, зелёный лук, ферментированная соевая паста. Блюдо является популярной уличной закуской как в Южной, так и в Северной Корее. В одном из районов Сеула есть местность, неофициально именуемая «городом сундэ», где располагается множество ресторанов, специализирующихся на приготовлении именно этого блюда.



Суп из собаки —

блюдо национальной кухни Кореи, основным компонентом которого является мясо собаки. Утверждается, что этот суп увеличивает мужество. Для приготовления блюда собачатину варят с зелёным луком, листьями периллы и одуванчика, специями (твенджан, кочхуджан и порошок семени периллы).



Лапша быстрого приготовления — макаронное изделие, для приготовления которого достаточно залить его кипятком и подождать несколько минут.





Корейская уличная еда

Сундэ (Sundae) – кровяные колбаски. В начинку также иногда кроме свернувшейся крови добавляют лапшу и овощи.



Хотток (Hotteok) – сладкие оладушки с корицей и бобовой пастой. Иногда в тесто добавляют орехи или семечки. Особенно хоттоки популярны зимой, когда в мороз их можно есть горячими, прямо с огня.



Одэн (Oden) или **омук** – рыбные котлеты с овощами. Продают их обычно на шпажках, чтобы было удобно есть на ходу. Иногда к рыбной котлете могут дать стакан острого бульона, в котором эта котлета варилась. Исторически блюдо пришло из Японии, но отлично прижилось и в Корее, где также пользуется постоянным спросом.



Тхвигим (Twigim) – так в Корее называют вообще всё зажаренное во фритюре. Обычно это кальмары, пельменшки, овощи, картошка, яйца, лапша и т.п.



Пунгоппан (Bungeoppang) – сладкие булочки с бобовой или кремовой начинкой в виде рыбок. «Рыбохлеб» выпекается в специальных вафельницах, в которых в формы в виде рыбок заливается тесто с наполнителем. Продается рыбохлеб (на наш вкус) слегка неопеченным, с сырым тестом внутри.



Хэмуль пачжон (Haemul Pajeon) – жареный во фритюре блин с морепродуктами, омлетом и овощами. Из морепродуктов чаще всего добавляют креветки и осьминожки, а из овощей обычно доминирует лук. Блюдо неострое, но очень жирное. Считается прекрасной закуской к корейскому [алкоголю](#).



На корейских улицах нельзя не обратить внимание на так называемый **«Jipangi ice cream»** – длинное мороженое в изогнутой трубочке из хрустящей кукурузы. В общем-то это обычное мороженое, но вид и форма стаканчика придают ему какую-то невообразимо притягательную силу.



Корейские сладости



- ▶ Хотток — корейские лепешки со сладкой начинкой. Типа панкейков или блинов, но внутри коричневый сахар, орехи.



- ▶ Ёт — разновидность хангва, корейских традиционных сладостей. Ёт бывают как твердыми, так и жидкими, а также с начинками. Ёт готовятся из парового риса, клейкого риса, клейкого сорго, кукурузы, батата или смеси этих зерновых .



- ▶ Хваджон, хвачон — небольшой по размеру, сладкий корейский десерт, разновидность оладьев чон или пирожков тток, готовится из клейкой муки и сахара с любым видом съедобных цветов, например, азалией или хризантемой .



- ▶ Бунгеопанг — десерт в форме рыбы, это сладкий пирог, наполненный горячей пастой из фасоли с ароматом корицы .





Канчжон — квадратные конфеты из клейкого риса, их поливают медом и опускают в кипящее масло. Обычно используют бобы, корицу, кунжут. Традиционно такие угощения подают на памятных приемах .

- ▶ Мэчжакква — аналог хвороста, но с имбирем.



Корейские алкогольные напитки

- ▶ Соджу — очищенный, слегка дистиллированный сладкий алкоголь, который является очень популярным корейским ликёром. Его изготавливают из зернистого или сладкого картофеля и как правило, недорогого. Обычно соджу содержит 17-20 % алкоголя от общего объёма.



- ▶ Макголи (макколи, makuly, кор. 막걸리) — это корейский густой неочищенный алкогольный напиток, который готовят из забродивших злаков, проще говоря это самая настоящая брага. Макголи имеет кисло-сладкий вкус и содержит много питательных элементов, включая сахар.



Вкусы, конечно, у всех людей разные. Кому-то нравится более соленая пища, кому-то — более пресная. Конечно же имеются те, кому нравится и не нравится сладкое. Но если вы считаете себя истинным гурманом острой пищи, то корейская кухня — это то, что вам непременно понравится.

