

Лекция-презентация «Славянская кухня на Руси - история и традиции»





Дорогие друзья!

**Дом дружбы
народов Республики
Мордовии представляет
вашему вниманию
лекцию-презентацию**

«Славянская кухня на Руси - история и традиции», которая вас ознакомит с историей и блюдами славянской кухни.

Презентация разработана в рамках Онлайн-фестиваля славянских языков и культур, посвященного Дню славянской



Неотъемлемой частью культуры каждого народа является кухня. Недаром этнографы начинают исследование жизни любого народа с изучения его кухни, ибо в ней в концентрированном виде отражается история, быт и нравы народа. Русская кухня в этом смысле не исключение, она так же является частью нашей культуры, нашей истории.



Первые скудные сведения о русской кухне содержатся в летописях – древнейших письменных источниках X-XV веков. Древнерусская кухня начала складываться с IX века и к XV веку достигла своего расцвета.

Естественно, на формирование русской кухни в первую очередь самое большое влияние оказали природно-географические условия. Обилие рек, озер, лесов способствовало появлению в русской кухне большого количества блюд из рыбы, дичи, грибов, лесных ягод.

Справедливо считают, что, засеяв поле, вырастив и собрав хлеб, человек впервые становится Родителем на своих землях с

незапамятных времен русичи выращивали рожь, овес, пшеницу, ячмень, просо, гречиху. Из них варили зерновые каши.



Хлеб – почитаемый славянами продукт питания

Жители Руси хлеб называли «батюшкой» и «головой», так как он занимал особое место в рационе славян. Перед ним преклонялись, о нем говорили с особым трепетом. И пекли его без дрожжей! О дрожжах тогда не знали, поэтому хлеб, пироги и лепешки хозяйки на Руси пекли из теста на заквасках. Для приготовления хлеба и пирогов славяне использовали муку грубого помола (ржаного, ячменного, полбяного или амарантового зерна). Муку тщательно просеивали в специальное деревянное корытце, там же замешивали тесто и оставляли заквашиваться. Каждая хозяйка оставляла кусочек теста (закваску) на дне квашни, чтобы в следующий раз развести на его основе новую опару.



Славянская кухня на Руси – история и традиции

С незапамятных времен известно на Руси **пресное и кислое тесто**. Из простого пресного теста пекли калядки, сочни, позже лапшу, пельмени, вареники. Из кислого дрожжевого теста пекли черный ржаной хлеб, без которого и по сей день немыслим русский стол. К X веку появилась пшеничная мука, и ассортимент выпечных изделий резко увеличился, появились караваи, калачи, ковриги, пироги, блины, оладьи и п



После хлеба, вторым важным блюдом была каша, которая считается национальным блюдом славянских народов. Каша является «праматерью» хлеба.

Русская народная пословица гласит: «Каша - матушка наша, а хлебец ржаной - отец наш родной». Любимая многими с раннего детства каша из гречки не была частым гостем на столе обычных славян. На Руси гречка появилась благодаря греческим монахам, которые привезли её из Византии. Именно из-за греческих монахов эта вкусная крупа и получила свое



Жившие на Руси славяне обожали овсяную и пшеничную каши. Их готовили из цельного зерна. Зерно долго распаривали и томили в печи, чтобы оно стало мягким и «набралось силы». Для приготовления каши хозяйки на Руси использовали специальные горшочки из глины. Заправляли каши приготовленным в домашних условиях сливочным маслом. Иногда



Забытые славянские каши: что ели на Руси

Многие названия каш давно забыты. А ведь именно они положили начало русской кулинарии. Видов каш было очень много: артельная, суворовская, гурьевская, молодильная, пуховая гречневая, размазня, ячная, сытяная, кутья, колово, мешанка, каша смоленская, каша костромская (заспица глазуня), каша тихвинская и многие другие. Ведь в каждой губернии была своя особая каша. Каша употреблялись на различных празднествах. Вот почему так, летопись сообщает, что в XII-XIII вв. слово «каша» было равносильно. В 1239 г. князь Александр Невский устроил большую кашу в Торопце, а затем другую в Новгороде. Особенно долго сохранялось это значение «каши» на Дону и в других местах где селилась русская





К древнейшим кушаньям славян относятся овсяные, ржаные, гречневые, гороховые и пшеничные **кисели**. Их готовили на заквашенных отварах злаков и зерновых. Способ приготовления и дал

В процессе приготовления кисель получается густой студень, который можно было резать ножом. И в те далекие времена, и сейчас в кисель добавляют всякие вкусности – ягоды (смородину, клюкву, чернику), яблоки, сливы, вишню, мед, чтобы сделать его сладким и приятным на вкус. Первое упоминание об овсяном киселе находим в летописи «Повесть временных лет»: «Велел старец собрать со всего города остатки овса, пшеницы и отрубей, приготовить из них цежь^{**} для варки киселя, да поискать меду и сделать из него пресладкую сыту^{***}».

В наше время зерновые и злаковые кисели практически

Славянская кухня на Руси – история и традиции

Из напитков у славян были распространены квасы, меды, всевозможные отвары из лесных трав, а также сбитни. Чай впервые появился в России в *XVII* веке. Что же касается алкогольных напитков, то в Древней Руси пили слабоалкогольные - сброженные меды и сброженные ягодные соки.

Жидкие горячие блюда, они тогда назывались варево, или хлебово, появились на Руси тоже в древний период. Сначала уха, щи, похлебки, затирухи, болтушки, позже борщи, калыи, рассольники, затем солянки. Супов в Древней Руси не знали. Данное блюдо появилось в рационе славян лишь во второй половине *XVII* века, благодаря итальянцам.



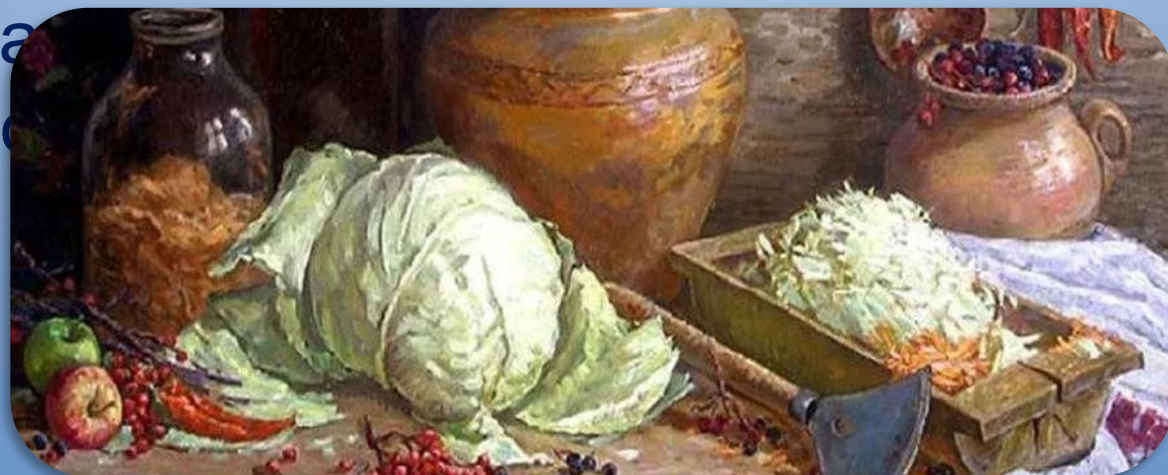
Славянская кухня на Руси – история и традиции

Своеобразие блюд русской национальной кухни обуславливалось не только набором продуктов, из которых готовили еду, но и особенностями их приготовления в **русской печи**. Еда, приготовленная в печи, отличалась отменным вкусом. Её готовили в глиняных горшках и чугунках. Таким образом, пища в русской печи больше парилась или, как говорили прежде, томилась. Поэт



Славянская кухня на Руси – история и традиции

К X веку на Руси уже были обыденными **репа, капуста, редька, горох, огурцы**. Их ели сырыми, пареными, вареными, печеными, солеными, квашеными. Картофель получил распространение в России лишь в XVIII веке, а помидоры – в XIX. Вплоть до начала XIX века в русской кухне почти не было салатов. Первые салаты делали из одного какого-либо овоща, поэтому они назывались: салат капустный, огуречный или картофельный. Позднее рецептура салатов развилась из разных овощей, до





Пряности, и притом в большом количестве, употребляли на Руси уже с *XI* века. Русские и заморские купцы привозили гвоздику, корицу, имбирь, кардамон, шафран,

перец, оливковое ~~масло~~, ~~кориандр~~, ~~какао~~, ~~соль~~, ~~пшеница~~, ~~зерна~~, ~~ваниль~~, ~~деревянное~~ ~~масло~~. Их на Руси применяли разнообразно. Шафраном щедро сдабривали стерляжью уху, отварную и фаршированную рыбу, душиновато-пряный имбирь добавляли в квасы и тушеное мясо, в пряники сыпали гвоздику, ваниль и корицу.

Использовали заморские специи и в медицинских целях. Сухие стручки кардамона, например, применяли для улучшения пищеварения и при

Славянская кухня на Руси – история и традиции

Большое влияние на весь славянский быт и национальную кухню оказало принятие христианства, после чего произошло резкое разделение стола на постный и непостный, т.е. скоромный. Известный русский писатель И.С. Шмелев в романе «Лето господне» так описывает постный и скоромный стол на именинах в доме своего отца: «На постное отделение стола... подавали восемь отменных перемен: бульон на живом ерше, со стерляжьими расстегаями, стерлядь паровую - «владычную», крокеточки рыбные с икрой зернистой, уху белужью с чесноком и углями, корнень с грибами, заливное из осетрика, иосвидутельное», котлетки из белужины высшего отбора,



с подливкой из грибков с каперсами-оливками, под лимончиком; и паровые сиги с гарниром из рачьих шеек; и ореховый торт, и миндальный крем, облитый духовитым ромом, и ананасный маседуван какой-то, в вишнях и золотистых персиках.

...И скоромникам тоже богато подавали. Кулебяки, крокетошки, пирожки; два горячих - суп с потрохом гусиным и рассольник; рябчики заливные, отборная ветчина «Арсентьича», с Сундучного Ряда, слава на всю Москву, в зеленом ростовском горошке-молочке; жареный гусь под яблоками, с шинкованной капустой красной, с румяным пустотелым картофельцем - «пушкинским»,

Славянская кухня на Руси – история и традиции

Нельзя не отметить, что на протяжении веков наряду с самобытными блюдами многое было заимствовано у соседей. Так, считается, что обработка зерна и дрожжевое тесто к нам пришли от скифов и из греческих колоний Причерноморья; рис, гречиха, пряности и вина - из Византии; чай, лимоны, пельмени - от восточных соседей; борщи и голубцы - от западных славян. Таким образом, русская кухня прошла длительный и тысячелетний путь развития. И сегодня обилие русского стола связано с



Лекция-презентация разработана на основе
следующих информационных Интернет-источников:

<https://www.kramola.info/vesti/rusy/slavyanskaya-kuhnya-na-rusi-istoriya-i-tradicii>

<https://sovkusom.ru/slavyanskie-blyuda-kotorye-pokorili-vesmir/>

<https://www.ourfoods.ru/recipe/slavyanskaya-kuhnya>

<https://esmuralla.livejournal.com/6232.html>

Спасибо за внимание!