

**ДОСЛІДЖЕННЯ**

**ТРАДИЦІЙНІ ПРОДУКТИ  
ХАРЧУВАННЯ В УКРАЇНІ ТА  
КРАЇНАХ-СУСІДАХ**

Презентація  
Довженка Павла  
учня 9-А класу



В харчовому раціоні нашої сім'ї переважає домашня їжа. Для її приготування використовуються переважно продукти українського виробництва (різноманітне м'ясо, овочі, фрукти, риба, крупи тощо), іноді користуємося напівфабрикатами у вигляді пельменів, чебуреків, млинців, листового тіста; імпортованих продуктів харчування небагато: чай, кава, макарони, оливкова олія, деякі цукерки та фрукти.

Наша сім'я любить страви здебільшого української та російської кухні, а також грузинської, єврейської, італійської та інші.

Повсякденна та їжа у вихідні дні в нашій сім'ї майже не відрізняється. Святкова їжа для нас – це вишукані улюблені страви: запечена птиця, салати, торти, десерти тощо.

Україна має 7 країн-сусідів, харчові раціони яких, як схожі за нашим, так і відрізняються від нас. Розглянемо деякі з них, наприклад Білорусь та Росію.



Млинці з  
грибами



Драник  
и

Білоруська кухня складалася протягом століть на основі своєї самобутньої сільської кулінарії під впливом найближчих сусідів - росіян, українців, литовців, латишів, поляків. Характерною її особливістю є широке вживання картоплі. З неї готують безліч самостійних смачних страв. Картопля також використовується як основний гарнір до м'яса і риби.

Велика популярність картоплі в Білорусі пояснюється, по-перше, тим, що він з'явився тут на 75-100 років раніше, ніж в Росії, по-друге, через природно-кліматичні умови, що дозволили виводити особливо смачні сорти картоплі.

Дуже часто картопля подається в поєднанні з іншим улюбленим білорусами продуктом - грибами. Крім картоплі, використовують овочі, крупи, борошно, молоко тощо. З усіх видів м'яса найбільше споживається свинина, також яловичина, телятина, птиця, дичина. Великим попитом користується сало. В пошані у білорусів всілякі яєчні блюда, молочні каші, борошняні вироби (пиріг зі свіжими грибами, перепеча).

Широко використовує білоруська кухня ягоди. З яблук, груш, слив, вишень, суниці, полуниці, брусниці варять найрізноманітніші киселі і компоти.

Приправи та спеції в білоруській кухні вживаються помірно, тому страви негострі.

Для білоруської кухні характерно переважне використання різних видів темної муки: житнього, ячмінного, вівсяної, гречаної, горохової; при чому для приготування хліба використовується найчастіше житнє борошно, а для інших борошняних виробів - вівсяне.



Холодник (літній  
суп)



М'ясо запечене з  
грибами



Щі з  
розтягаями



Калья (рибний суп з  
ікрою)

Російський стіл є одним з найбагатших у світі - це відзначали практично всі іноземці, які побували в Росії з часів Іоана Грозного. Багатство російського столу пояснюється ще й тим, що російська кухня «приміряла» до себе (запозичила) безліч кращих іноземних страв.

Особливості російської печі зумовили і те, що на Русі найпоширенішими стали варені і тушковані блюда, а також всілякі запіканки і випічка; гусей, качок, курей, поросят в Росії воліли готувати цілком, яловичину смажили великими шматками.

Російська кухня здавна найчастіше використовувала мед, брюкву, редьку, ріпу, капусту та гриби. З м'яса в ній переважає яловичина та телятина, особливе місце займає птиця та дичина. Дуже популярною є риба і рибний субпродукт – ікра.

Велику роль в харчуванні грають крупи, з них готують не тільки каші але й гарніри, фаріші, крупеники тощо.



Гречана каша по-

купецькому

Особливою повагою користується різна випічка: пироги з різноманітними начинками, наприклад, з м'ясом, рибою, овочами. Популярні розтягаї з рибою, кулеб'яки, пиріжки, соковито, калачі, булки, млинці, оладки, блінчаті пироги, пельмені, домашня локшина.

Споконвічними російськими напоями вважаються різні кваси і ставлені меди, збитні, киселі, компоти.

Якщо взяти в цілому, то відмічається схожість усіх слов'янських кухонь, не виключаючи російську та білоруську. Вони використовують різні види овочів, фруктів, ягід, круп, борошна, м'яса, грибів та риби.

Їх страви традиційно не гострі, як спеція широко використовується кріп.

Відмінність полягає в тому, що білоруси більш застосовують картоплю та свинину, а росіяни - капусту, яловичину та рибу. Традиційні російські перші страви не використовують буряк (бо історично на кліматично вони вирощували більше брюкви та ріпи, ніж буряків). Цей овоч використовується в різноманітних салатах та літніх супах.

Традиційні білоруські святкові страви готують переважно з грибами, а російські - з рибою. Російській кухні також притаманне запікання м'яса великими шматками або



Каравай