

МУО Миролюбовская ООШ

«ВКУСНИКА»

Основные продукты питания Си



В презентации использованы материалы из хрестоматии: «Культура Омского Прииртышья» Л.А. Банкет и др..-Омск: ГОУДПО «ИРООО»,2007.

ИСТОРИЯ

Сибирская кухня, как и кухни многих народов, имеет древнее происхождение и свои кулинарные традиции. Первые скудные сведения о русской кухне содержатся в летописях – древнейших письменных источниках X-XV веков. Естественно на формирование русской кухни большое влияние оказали природно-географические условия. Обилие рек, озер, лесов способствовали появлению в русской кухне большого количества блюд из рыбы, дичи, грибов, лесных ягод и неповторимых таежных приправ.



<http://www.megairk.ru/afisha/event/942>



крупы

- На своих землях с незапамятных времен русичи выращивали рожь, ячмень, пшеницу, просо, гречиху. Из них варили зерновые каши: овсяные, полбяные, ржаные... каша была и остается нашим национальным блюдом. Она сопровождает русского человека на протяжении всей жизни: маленьких детей кормят манной кашей, сваренной на молоке, взрослые любят гречневую кашу, кутья является поминальным блюдом. Кашу считают «праматерью» хлеба. «Каша-матушка наша, а хлебец ржаной - отец наш родной» – гласит русская народная пословица.



хлебы

- С незапамятных времен известно на Руси пресное и кислое тесто. Из простого пресного теста делали колядки, сочни, лапшу, пельмени, вареники. Из кислого дрожжевого теста пекли черный ржаной хлеб, без которого и по сей день немислим русский стол. К x веку появилась пшеничная мука, и ассортимент выпечки резко увеличился, появились караваи, калачи, ковриги, пироги, блины, оладьи.
- К древнейшим кушаньям из крупяных изделий можно отнести и русские овсяные, ржаные, пшеничные кисели.



СУПЫ

- Жидкие горячие блюда, варево, или хлебово, появились на Руси тоже в древний период: сначала уха, щи, похлебки, затирухи, болтушки, позже борщи, рассольники, солянки. В XIX веке жидкие горячие блюда получили общее название - супы. Особой популярностью пользовались щи. Это одно из древнейших блюд сибирской кухни. Щи замечательны тем, что не знают сословных границ. Обязательный компонент щей - капуста и кислый элемент (сметана, рассол, щавель). Обилие речной рыбы породило такое блюдо как уха. В ухе используют минимум овощей. Каждый вид рыбы в ухе готовили отдельно, чтобы насладиться чистым вкусом.



ОВОЩИ

- Из овощных культур сибиряки выращивали тыкву, репу, морковь, свеклу, капусту, огурцы, горох. Их ели сырыми, вареными, пареными, печеными, солеными, квашеными. Картофель получил распространение в России лишь в XVIII веке, а помидоры в XIX. посевы картофеля были невелики, из него готовили ограниченное число блюд. Сибиряки жарили картофель, пекли драники. Огурцы солили на зиму, а летом ели с медом. Салаты не были свойственны сибирской кухне. Первые салаты делали из одного какого-либо овоща, поэтому они назывались: капустный салат, огуречный или картофельный



напитки

- Из напитков сибиряки предпочитали брусничный напиток – морс. Любимым и распространенным напитком был квас на солоде. Для чая заваривали травки, листья белоголовника, лабазника, смородины. Особенно любим был чай с мороженой морошкой или брусникой. Популярны были сброженные меды и пиво, сваренное на хмеле.



десерт

- Национальным сибирским лакомством с XVII века считались кедровые орехи и семечки (подсолнечные). К специфическим продуктам можно отнести «серу» – смолу из лиственницы, которая использовалась крестьянами для жевания. Сера обладает противоцинготным свойством для укрепления десен. Одним из лакомств на Руси был мед. Конфеты были редкостью, однако к празднику покупали леденцы.