

Традиции русской кухни в русских народных сказках

литература

Фуфаева Маргарита Евгеньевна

4 класс, МОУ «Средняя общеобразовательная школа № 5», ГО «Котлас»

Архангельской области

Научный руководитель: Калиногорская Ольга Валерьевна,

учитель начальных классов,

МОУ «Средняя общеобразовательная школа № 5», ГО «Котлас»

Архангельской области

Введение

На уроках ОРКСЭ четвероклассники узнают, что такое традиция и рассказывают одноклассникам о своих семейных традициях. В нашей семье много разных традиций. Самая любимая - совместное приготовление разных блюд. Читая сказки младшей сестре, стала обращать внимание на то, что герои тоже готовят разные кушанья и употребляют в пищу, порой не знакомые нам старинные названия еды. Проблема состоит в том, что современные дети не знают названий старинных яств. Современное общество стало забывать традиции русской кухни и кулинарные рецепты наших предков.

Захотелось узнать, какие блюда готовят герои русских народных сказок, как они называются, и можно ли их приготовить в настоящее время? Если рецепты старинных блюд передаются от одного поколения к другому, тогда они будут считаться традиционно русскими блюдами. Сохранились ли традиции русской народной кухни в семьях моих одноклассников? Готовят ли традиционные русские блюда в современных ресторанах, кафе? С какими изменениями они дошли до наших дней?

Всё это определило выбор темы моего исследования, в котором я должна была проверить возникшую гипотезу, что сказочные блюда из русских народных сказок – это блюда традиционной русской кухни, которые готовятся и в настоящее время, но только с некоторыми изменениями.

Объектом моего исследования является еда, блюда русской кухни, которые встречаются в русских народных сказках.

Предметом исследования – русские народные сказки.

Работа является актуальной, так как молодое поколение не знает традиций народной кухни, а взрослые забывают о замечательных русских традициях, кулинарных рецептах наших предков.

Целью работы стало найти в русских народных сказках «следы» русской народной кухни и доказать, что традиции русской кухни сохранены в современном обществе.

Для достижения цели необходимо было решить ряд задач:

- 1) провести анализ русских народных сказок по теме исследования;
- 2) провести анкетирование среди обучающихся и взрослых;
- 3) взять интервью у шеф-поваров кафе и ресторанов нашего города;
- 4) совместно с мамой и сестрой приготовить блюда по старинным русским рецептам;
- 5) составить книжку-малышку «Азбука еды из русских народных сказок».

Методы исследования

Методы, использованные при выполнении работы: изучение литературы, интернет -источников; анкетирование, интервьюирование; наблюдение; сравнение; анализ; обобщение; проектная деятельность.

Для решения поставленных задач были изучены различные источники информации, проведено анкетирование 56 обучающихся и их родителей, опрошены шеф-повара десяти кафе и ресторанов нашего города. С одноклассниками собраны пословицы и поговорки о еде. Как итог проекта по проблеме исследования, выпущена книжка-малышка «Азбука еды из русских народных сказок».

Практическая значимость проделанной работы заключается в следующем: с данной работой можно выступить перед учениками начальной школы, чтобы доказать им, что если сказки и другие литературные произведения читать очень внимательно, то можно «увидеть» много интересного, познакомить обучающихся со старинными названиями продуктов и блюд русской кухни. Данная работа может использоваться педагогами нашей школы на уроках литературного чтения.

Основная часть

Чтобы узнать о русской кухне в древности, вместе с учителем изучили литературу по данной теме. Узнали, что первые отрывочные сведения о русской кухне были зафиксированы в первой половине XVI в. в письменном памятнике «Домострой» советником царя Ивана IV Грозного Сильвестром, составившим список современных ему блюд, кулинарных изделий и напитков [1].

В «Домострое» протопопа Сильвестра нашли главы, которые подходят к теме исследования. В 18 главе «Наказ господина ключнику. Как готовить блюда постные и мясные и кормить семью в мясоед и в пост» прочитали о еде, которую употребляли в пищу русские люди в начале XVI в. [6 глава 18].

Русская кухня в древности не отличалась особым разнообразием. Кушанья были просты. На столе преобладали: овощи, рыба, каши, супы. Продукты варили в печи, тушили, вялили, солили, парили, мочили, пекли, сушили.

Узнали, что кулинарные традиции несколько раз менялись. Причины этому: географические особенности России, природные особенности мест проживания, история и культура народа, обычаи и традиции нашей страны, христианские верования и обычаи (с приходом христианства типичная русская еда разделилась на постную и скоромную). Русская кухня соприкасалась с культурой и кулинарными обычаями других стран и изменялась.

Исторически русская кухня делится на четыре этапа развития: Древнерусская кухня (IX-XVI века); Старомосковская кухня (XVII век); Кухня петровско-екатерининской эпохи (XVIII век); Петербургская кухня (конец XVIII века - 60-е годы XIX века).

Не менялись лишь на протяжении столетий — многочисленные заготовки. Хозяйки старались заготовить впрок как можно больше еды. Использовали разные методы сохранения продуктов: соление, копчение, мочение, квашение. Из квашеной или моченой капусты готовили щи, добавляли ее в каши, в пироги. Моченые яблоки также активно шли в ход в качестве угощения или добавок к основным блюдам. Соленые огурцы стали ингредиентами многих традиционных русских рецептов. А засоленное или вяленое мясо, рыба подавались к столу, когда заканчивался пост.

Сделаем вывод, что русская кухня в древности не отличалась особым разнообразием. Кушанья были просты. С приходом христианства типичная русская еда разделилась на постную и скоромную.

Чтобы проверить возникшую гипотезу прочитали и проанализировали русские народные сказки.

Так в сказке «Морозко», мачеха думает, что падчерица замёрзла в лесу, и готовит блины на её поминки – обряд, совершаемый в память умершего.

Исторически блины были ритуальным блюдом. Их готовили на поминках, чтобы почтить память умерших, как и сделала мачеха из сказки. С этой же целью их первоначально готовили на Масленицу – «приглашали» предков к обильному ужину перед Великим постом. Позднее масленичные блины потеряли ритуальную символику.

Блины - блюдо традиционной русской кухни. Блины пекут в каждой семье и не только в масленичную неделю. Современные хозяйки готовят блинчики с разными вкусными начинками – сладкими, солеными, мясными, овощными, сырными, рыбными и другими. В нашей семье предпочитают простые блины, но с разными добавками.

В русской народной сказке «Василиса Прекрасная» Баба-яга приказала девушке принести еды из печи и погреба – подвала, где хранятся продукты. Василиса Прекрасная принесла квас.

Квас один из главных напитков русской кухни. Специалисты утверждают: кисло-сладкий напиток с пряным, необычным вкусом появился на Руси еще до принятия христианства. В те давние времена напиток варили везде. В XV веке существовало множество рецептов: мятный и душистый, с хреном и изюмом, пшеничный и грушевый, квас-щи и окрошечный. Его варят на основе солода – пророщенной пшеницы, ржи или ячменя. Делают квас и на хлебе и на свёкле, добавляют в него фрукты и ягоды. Узнали, что сегодня квас не только пьют, но и используют как основу для традиционных холодных похлёбок – окрошки, ботвиньи, тюри.

Значение слов «ботвинья» и «тюри» были не знакомы, поэтому пришлось обратиться к Википедии. Узнали, что Ботви́нья (ботви́нье) — старинное блюдо русской национальной кухни, холодный суп с тонким нежно-

острым вкусом с горчинкой на хлебном квасу. Ботвинью заправляют припущенной и протёртой отварной свекольной ботвой и свежей огородной зеленью.

Тюря — холодный хлебный суп из кусочков хлеба, сухарей или корок, покрошенных в воду, квас, простоквашу или молоко, как правило сдобренные небольшим количеством постного (растительного) масла, соли и сахара. Хлебная окрошка, иногда с луком. Детская тюрка готовится из белого хлеба в молоке, иногда с водой и сахаром.

Василиса Прекрасная принесла из подвала для Бабы – яги -мёд. Изначально на Руси мёд получали из бортей-дупел деревьев, в которых жили дикие пчёлы. Затем появились пасеки – специальные участки с ульями. Сегодня мёд добывают в выпечку, используют как лекарство, едят с чаем и блинами. Липовый, гречичный, цветочный... Мёд добывают даже из горчицы. Часто русские сказки заканчиваются фразой «И я там был, мёд - пиво пил, по усам текло, а в рот не попало» или, как в сказке «Марья Моревна»: «...стали себе жить-поживать, добра наживать да медок попивать». Действительно, мёд на Руси ещё и пили. Чтобы получить такой напиток, пчелиные соты варили в горячей воде с хмелем.

Из сказки узнаём, что «Все съела, все выпила старуха; Василисе оставила только щец немножко, краюшку хлеба да кусочек поросятины...».

Щи – блюдо с многовековой историей, неотделимое от русской культуры. Его главный ингредиент – свежая или квашеная капуста, а вариантов рецепта множество. «Бедные» щи были простыми – только с овощами и грибами. «Богатые», более наваристые, готовили с мясом или рыбой. Одно было неизменно – щи на Руси ели люди всех сословий и в любой исторический период. Щи – лицо русской кухни. В современной кулинарии несколько десятков разновидностей щей. В семье готовим щи с квашеной или свежей капустой.

В русской народной сказке «Беспамятный зять» говорится о том, как пришёл зять к тёще в гости. Тёща угостила его киселём. «Зятю кисель очень

пришелся по вкусу; думает он: «Дома непременно заставлю жену сварить, только бы не забыть, как зовется». В Википедии нашли такое определение слова «кисель»: кисель — студенистое блюдо, приготавливаемое из крахмала или из зерновых культур. Самые популярные кисели Древней Руси — гороховый, овсяный и ржаной. Технология приготовления киселя была очень простая: из любого крахмалистого вещества вымывался собственно крахмал, он разбухал, немного заквашивался, после чего заваривался, что давало плотную текстуру. Уже тогда к киселю добавляли различные вкусоности: наши традиционные ягоды — клюкву, землянику, чернику, а также яблоки, сливу, вишню, мед, чтобы сделать его слаще и приятнее на вкус. Интересно было узнать, что старинный кисель был как каша. Он был плотным и не текучим. В этом есть основная разница между киселем сегодня и киселем историческим. В нашей семье никто не любит кисель, кроме мамы.

В сказке «Три медведя» девочка заблудилась и попадает в избушку, где жили три медведя. Там она пробует похлёбку. Что это за блюдо русской кухни? Похлёбка — лёгкий овощной суп на воде. Основной ингредиент — овощ: лук, картофель, репа, брюква или чечевица, кроме свёклы, квашеной капусты и фасоли. Сейчас словом «похлебка» чаще всего называют довольно густые и большей частью несложные в приготовлении супы, приготовленные в традициях русской домашней кухни.

В русской народной сказке «Горшок», ленивая старуха сварила кашу. Манной кашей Лиса угощала Журавля (сказка «Лиса и Журавль»), солдат варил кашу из топора («Каша из топора»), пришлось Маше жить у медведя и кашу ему варить («Маша и медведь») — это ещё не все сказки, в которых герои варят или едят кашу.

Каша -поистине национальное блюдо! Каше очень много лет, она старше хлеба. Сначала ее варили из лесных орехов. Как только человек стал сеять рожь, пшеницу, ячмень, гречиху, он научился очищать зерно, а зерна варить. Это было самое любимое среди

русских людей кушанье. “Каша – матушка”, – говорили в старину. Кашу использовали и в будни, и в праздники. Ни одно хорошее застолье не обходилось в старину без каши. Даже на царских пирах она занимала почетное место.

Известно более 100 видов каши. Технология приготовления каши у наших предков была всегда одинаковой.

Раньше кашу засыпали в кашник – горшок, заливали водой, запаривали 5 часов. По нашим меркам это долго, зато каша получалась знатная.

По результатам анкетирования 56 четвероклассников, 60 % из них любят различные каши. В нашей семье кашу готовят часто. Кроме того, 96 % респондентов используют в своих семьях рецепты русской кухни. Готовят разные каши, борщ, рассольник, щи, уху, окрошку, пекут пироги, блины, варят морс и кисель. 95 % - вносят свои изменения в рецепты русских блюд.

Можно сделать вывод, что сказочные блюда из русских народных сказок – это блюда традиционной русской кухни, которые готовятся и в наше время, но только с некоторыми изменениями.

Чтобы доказать или опровергнуть возникшую гипотезу, о том, что блюда традиционной русской кухни готовятся и в наше время, проинтервьюировали шеф-поваров кафе и ресторанов нашего города. Было изучено меню десяти ресторанов и кафе: «Легенда», «Сапфир», «Медведь», «Родня», «Душа»; «Панорама», «Глобус», «Купрум», «Камида Рапида», «MyCafe».

Выбор блюд русской кухни оказался очень небольшим. В каждом из заведений нашли в меню блины с разными начинками (с маслом, со сметаной и даже с медом). В Кафе «Камида Рапида» кроме блинов предложили курник с рыбой и северные калитки из ржаного теста с картошкой. Отведать русской ухи в выбранных кафе не получилось, такое блюдо в меню не заявлено.

А вот все пять ресторанов готовят уху и даже несколько видов, например, уха по- царски, уха тройная, уха двинская (из трески). Старинные русские блюда из рыбы или мяса такие как тельное, фаршированные щуки, ушное, телячьи мозги под соусом из хрена или пожарские котлеты - не готовят. Но все пять

ресторанов предложили картофель по-деревенски и жаркое по-домашнему. Узнали, что данные блюда посетителям могут подать с солеными огурчиками и квашеной капустой. Отведать каши не удалось бы ни в одном из выбранных заведений, ее в меню нет так же, как нет и киселя. А вот морс из северных ягод клюквы и брусники присутствует в меню 7 заведений из 10.

По результатам интервьюирования можно сделать вывод, что в кафе и ресторанах нашего города редко готовят блюда традиционной русской кухни. Это связано с появлением новых видов продуктов, с заимствованием разных блюд у других народов.

Одна из традиций нашей семьи - совместное приготовление разных блюд. Было решено приготовить блюдо русской кухни - кулебяку.

Посмотрели значение слова «кулебяка» в словаре Ушакова Д.Н. - КУЛЕБ'ЯКА, кулебяки, ·жен. Продолговатый большой пирог (с мясом, рыбой, капустой и т.п.) [5 первый том, с. 180]. В словаре Даля " кулебяка" имеет своей основой устаревшее " кулебячить", что означает " валять руками, лепить, стряпать". [1]. Чаще всего кулебяку готовили с рыбной начинкой. Для начинки решили использовать фарш из щуки и налима. Рыбу словил наш папа.

Приготовили дрожжевое тесто опарным способом. Для теста нам понадобились дрожжи, мука, молоко, масло, яйца, соль и сахар. Муку нужно обязательно просеять.

Приготовили две начинки. Сварили рисовую кашу с маслом и смолотили рыбное филе на мясорубке. В рыбный фарш добавили вареные яйца, толчёные сухари, лук, сметану, молоко, соль и перец. Когда тесто подошло, его раскатали в лепешки толщиной с палец. На нижнюю лепёшку уложили слоями кашу и рыбный фарш.

Сверху уложить еще одну лепёшку, зацепили края. Поверхность пирога украсили элементами из теста.

Подготовленную таким образом кулебяку поставили для расстойки на 20 минут в тёплое место. Смазали яичным желтком и сделали несколько проколов вилкой,

для выхода пара при выпекании. Выпекали в духовке при температуре 200 градусов около 35 минут.

Сделали вывод: при желании можно приготовить любое блюдо традиционной русской кухни.

Выводы

Изучив литературу по данной теме, был сделан вывод, что русская кухня в древности не отличалась особым разнообразием, и прошла длительный период становления и развития. С течением времени она изменялась, эти изменения были связаны с распространением новых видов продуктов и заимствованием блюд из других культур.

Цель работы была выполнена: путем анализа русских народных сказок были найдены «следы» русских национальных блюд. С помощью анкетирования и интервьюирования была доказана гипотеза: блюда из русских народных сказок готовятся и в настоящее время, но с некоторыми изменениями.

Также по результатам анкетирования было подтверждено, что заявленная проблема существует: дети не знают названий старинных яств. Для её решения была изготовлена книжка-малышка «Азбука еды из русских народных сказок» и составлена таблица ««Следы» русской народной кухни в русских народных сказках». Данная работа может использоваться в педагогических целях.

Несмотря на то, что предметом исследования были русские народные сказки, блюда национальной русской кухни встречаются и в авторских произведениях. Есть желание раскрыть эту тему и использовать рецепты традиционных блюд в будущем.

Список литературы

1. Даль В. И. Толковый словарь живого великорусского языка: [в 4 т.] / [соч.] Владимира Даля. - 3-е изд., испр. и знач. доп., изд. под ред. [и с предисл.] проф. И.А. Бодуэна-де-Куртенэ. Т. 1-4. - Санкт-Петербург; Москва: т-во М. О. Вольф, 1903-1911.
2. Костомаров Н.И. Домашняя жизнь и нравы великорусского народа: Утварь,

одежда, пища и питье, здоровье и болезни, нравы, обряды, приём гостей. – М.: Просвещение, 1998

3. Сильвестр Домострой //Памятники литературы Древней Руси: Середина XVI в. – М.: Худож. Лит. 1985
4. Тинькова Г. По рецептам прабабушек. Блюда старинной кухни. – М., 1990.
5. Ушаков Д.Н. Толковый словарь русского языка. Ушаков. 2012. Том первый, с. 810
6. http://dugward.ru/library/kostomarov/kostomarov_ocherk_domashney_jizni.html#010
7. <https://azbyka.ru/otechnik/Silvestr/domostroj/>

ПРИЛОЖЕНИЕ

ГОТОВИМ КУЛЕБЯКУ

1. Для начинки - фарш из щуки и налима. 2. Готовим дрожжевое тесто опарным способом.



3. Две начинки: рисовая каша с маслом и рыбное филе.



4. На нижнюю лепёшку положим слоями кашу и рыбный фарш.



5. Сверху положим еще одну лепёшку, защепим края. Поверхность пирога украсим элементами из теста.



7. Поставим для расстойки на 20 минут в тёплое место. Смажем яичным желтком. Выпекаем в духовке при температуре 200 °С около 35 минут.

