

# ***НАЦИОНАЛЬНАЯ КУХНЯ РОССИИ***



- **ДОСТАТОЧНО БОГАТУЮ ИСТОРИЮ И БОЛЬШОЙ АССОРТИМЕНТ ИМЕЮТ БЛЮДА РУССКОЙ НАЦИОНАЛЬНОЙ КУХНИ. СОСТАВ БЛЮД СОВРЕМЕННОЙ РУССКОЙ КУХНИ ДОСТАТОЧНО МНОГООБРАЗЕН, И, КАК ПРАВИЛО, ИХ РЕЦЕПТЫ ПОДРАЗУМЕВАЮТ НЕСКОЛЬКО РАЗЛИЧНЫХ ВАРИАНТОВ ПРИГОТОВЛЕНИЯ, НАЧИНАЯ ОТ САМЫХ ПРОСТЫХ ДО ОЧЕНЬ СЛОЖНЫХ И МНОГОКОМПОНЕНТНЫХ. ИМЕЯ МНОГОВЕКОВУЮ ТРАДИЦИЮ, НАЦИОНАЛЬНАЯ КУХНЯ РОССИИ СОЧЕТАЕТ В СЕБЕ КАК ТРАДИЦИОННЫЕ ИСКОННО РУССКИЕ**

- **В СВЯЗИ С ТЕМ, ЧТО ДЛЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ ПИЩИ В КРЕСТЬЯНСКОЙ РОССИИ ИСПОЛЬЗОВАЛИ В ОСНОВНОМ РУССКУЮ ПЕЧЬ, ТО ОСНОВНЫМИ ПРИЕМАМИ ТЕПЛОВОЙ ОБРАБОТКИ ПРОДУКТОВ ЯВЛЯЛИСЬ ВАРКА, ТОМЛЕНИЕ, ТУШЕНИЕ ИЛИ ВЫПЕЧКА. ЖАРЕННЫЕ БЛЮДА БЫЛИ ИСКЛЮЧЕНИЕМ, ПОСКОЛЬКУ КОНСТРУКЦИЯ ЗАКРЫТОЙ РУССКОЙ ПЕЧИ НЕ ПОЗВОЛЯЛА ПОЛУЧАТЬ НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ ЖАРКИ ТЕМПЕРАТУРЫ. ОСОБЕННОСТИ РУССКОЙ КУХНИ В ЕЕ ТРАДИЦИОННОМ СТАРИННОМ ВАРИАНТЕ ЗАКЛЮЧАЮТСЯ В БОЛЬШОМ РАЗНООБРАЗИИ ЖИДКИХ, ТУШЕНЫХ ИЛИ ВАРЕННЫХ БЛЮД ИЛИ ЖЕ БЛЮД ИЗ ЗАПЕЧЕННОГО МЯСА, РЫБЫ, ПТИЦЫ.**  
**ИСТОЧНИК**

**Основным или первым блюдом русской кухни являются супы или похлебки. Среди первых блюд наибольшее распространение получили щи, борщ, рассольник, солянка, уха, супы грибные и овощные, окрошка, ботвинья.**



- **НАИБОЛЬШЕЙ ПОПУЛЯРНОСТЬЮ ВО ВСЕМ МИРЕ ПОЛЬЗУЮТСЯ РУССКИЕ ЩИ И БОРЩИ. ЩИ ГОТОВЯТ ИЗ СВЕЖЕЙ ИЛИ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ, КРАПИВЫ, ЩАВЕЛЯ.**

**Борщ, свекольный капустный суп, тоже по праву считается очень популярным и широко распространенным русским блюдом.**



- **КАК ПРАВИЛО, В КАЧЕСТВЕ ВТОРЫХ БЛЮД РУССКОЙ КУХНИ ИСПОЛЬЗОВАЛИСЬ КАШИ. КАША СЧИТАЛАСЬ НЕПРЕМЕННЫМ АТТРИБУТОМ ЛЮБОГО СТОЛА В ЛЮБОЕ ВРЕМЯ.**
- **ДЛЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ КАШИ ЧАСТО ИСПОЛЬЗОВАЛИ ДРОБЛЕННОЕ ЗЕРНО, ЧТО ПОЗВОЛЯЛО УМЕНЬШИТЬ ВРЕМЯ ПРИГОТОВЛЕНИЯ БЛЮДА И ПОЛУЧИТЬ ПРОДУКТ БОЛЕЕ НЕЖНОЙ КОНСИСТЕНЦИИ. КАШИ ЗАПРАВЛЯЛИ СЛИВОЧНЫМ И ТОПЛЕННЫМ МАСЛОМ, МЕДОМ, ЯГОДАМИ И ФРУКТАМИ.**
- **К КАШАМ И КАРТОФЕЛЮ, ИСПОЛЬЗУЕМЫМ В КАЧЕСТВЕ ГАРНИРОВ, ПОДАВАЛИСЬ ОТВАРНАЯ ИЛИ ПЕЧЕНАЯ РЫБА, ВАРЕНОЕ ИЛИ ТУШЕНОЕ МЯСО, ПТИЦА. РЫБУ ИЛИ ПТИЦУ ЧАЩЕ ВСЕГО ГОТОВИЛИ ЦЕЛИКОМ, ГОВЯДИНУ, БАРАНИНУ, СВИНИНУ И МЯСО КРУПНЫХ ДИКИХ ЖИВОТНЫХ ПОДАВАЛИ БОЛЬШИМИ КУСКАМИ, ПОСКОЛЬКУ МЯСНЫЕ ПРОДУКТЫ В ПРОЦЕССЕ ПРИГОТОВЛЕНИЯ ЗАПРЕЩАЛОСЬ ИЗМЕЛЬЧАТЬ.**



# РУССКИЕ НАЦИОНАЛЬНЫЕ НАПИТКИ

- **НАЦИОНАЛЬНАЯ КУХНЯ РОССИИ ВКЛЮЧАЕТ В СЕБЯ ТАКИЕ ПОПУЛЯРНЫЕ НАПИТКИ, КАК КВАС, МОРС И КИСЕЛЬ. МОРС И КИСЕЛЬ НА ОСНОВЕ ФРУКТОВЫХ ИЛИ ЯГОДНЫХ ОТВАРОВ ТОЖЕ ЯВЛЯЮТСЯ ПРИЯТНЫМ ДОПОЛНЕНИЕМ К ПРАЗДНИЧНОМУ СТОЛУ. МОЖНО УПОМЯНУТЬ И СТАРЕЙШИЙ РУССКИЙ СЛАБОАЛКОГОЛЬНЫЙ НАПИТОК — МЕДОВУХУ (ИЛИ МЕДОВУЮ БРАГУ), А ТАКЖЕ МНОЖЕСТВО РАЗЛИЧНЫХ НАЛИВОК И НАСТОЕК**



# КУЛИНАРНЫЕ ИЗДЕЛИЯ ИЗ ТЕСТА

- **РАССТЕГАИ ОБЯЗАТЕЛЬНО ПОДАВАЛИСЬ К ПЕРВЫМ БЛЮДАМ: ПОХЛЕБКЕ, УХЕ, ЩАМ. КУРНИК И КАРАВАЙ ТРАДИЦИОННО ВЫПЕКАЛИСЬ ДЛЯ СВАДЕБНОГО СТОЛА. НА «СЛАДКОЕ» ПОДАВАЛИСЬ СУШКИ И БАРАНКИ, КАЛАЧИ, КОЛОБКИ, ВАТРУШКИ, КОВРИГИ, ПЫШКИ.**
- **ВАЖНАЯ СОСТАВЛЯЮЩАЯ РУССКОГО СТОЛА — ТРАДИЦИОННЫЙ РУССКИЙ ПРЯНИК.**
- **ДЛЯ МНОГИХ РЕЛИГИОЗНЫХ ПРАЗДНИКОВ ПРИГОТОВЛЯЛИ ОСОБЫЕ ВИДЫ ВЫПЕЧКИ, НАПРИМЕР, КУЛИЧИ И ПАСХИ ДЛЯ ПРАЗДНОВАНИЯ ХРИСТОВА ВОСКРЕСЕНИЯ. ТАК КАК В ПОСТ ГЕЛЬЗЯ БЫЛО ЕСТЬ ОПРЕДЕЛЕННЫЙ ВИД ЕДЫ.**



# ЗНАМЕНИТЫЕ РУССКИЕ БЛИНЫ И ХЛЕБ

- **ТРАДИЦИОННЫЕ РУССКИЕ БЛИНЫ ВЫПЕКАЛИСЬ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА И БЫЛИ ДОСТАТОЧНО ТОЛСТЫМИ. ПОЗДНЕЕ С ПРИХОДОМ В РУССКУЮ КУХНЮ ЕВРОПЕЙСКИХ ТРАДИЦИЙ СТАЛИ ВЫПЕКАТЬ ТОНКИЕ БЛИНЧИКИ. ИХ ЕЛИ С МЕДОМ, ПОСТНЫМ МАСЛОМ, СМЕТАНОЙ, ВАРЕНЬЕМ. КРОМЕ ТОГО, БЛИНЫ НАЧИНЯЛИ МЯСОМ, КАШАМИ, ТВОРОГОМ, ГРИБАМИ, ОВОЩАМИ, ЯГОДАМИ И ФРУКТАМИ.**
- **ТРАДИЦИОННЫМ РУССКИМ ХЛЕБОМ ВСЕГДА БЫЛ ЧЕРНЫЙ ХЛЕБ, ПРИГОТОВЛЕННЫЙ ИЗ РЖАНОЙ МУКИ. ХЛЕБ БЫЛ ОДНИМ ИЗ ОСНОВНЫХ БЛЮД, ЕГО УПОТРЕБЛЯЛИ МНОГО, ОСОБЕННО С ПОХЛЕБКАМИ, ЩАМИ, ОКРОШКАМИ, УХОЙ И ДРУГИМИ ПЕРВЫМИ БЛЮДАМИ. РЖАНОЙ ХЛЕБ ОШИБОЧНО СЧИТАЕТСЯ ПИЩЕЙ ТОЛЬКО ПРОСТОНАРОДЬЯ. НА САМОМ ДЕЛЕ ЧЕРНЫЙ ХЛЕБ ПОДАВАЛСЯ К СТОЛУ И В КУПЕЧЕСКИХ, И В БОЯРСКИХ, И В ДВОРЯНСКИХ ДОМАХ.**





“

## ТРАДИЦИИ

**КУХНЯ НАРОДОВ РОССИИ САМОБЫТНА, РАЗНООБРАЗНА И УНИКАЛЬНА. КАК ЛЮБЫЕ НАЦИОНАЛЬНЫЕ БЛЮДА ОНИ ФОРМИРОВАЛИСЬ ПОД ВОЗДЕЙСТВИЕМ РАЗЛИЧНЫХ УСЛОВИЙ, СРЕДИ КОТОРЫХ ЭКОЛОГИЧЕСКИЕ, СОЦИАЛЬНЫЕ И ИСТОРИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ. НО САМОЙ ЦЕННЫМ И ГЛАВНЫМ ПРЕИМУЩЕСТВОМ ЯВЛЯЛОСЬ РАЗНООБРАЗИЕ.**

”