

УФИМСКИЙ КОЛЛЕДЖ ИНДУСТРИИ ПИТАНИЯ И СЕРВИСА

Учебно – исследовательский проект на тему:

*«Русская национальная кухня. Забытые
кулинарные традиции»*



**Выполнили: Чернятьева Диана и
Елисеев Антон, группа 3 -17 .**

Гипотеза исследования: современным обществом незаслуженно забыты русские национальные традиции и кулинарные рецепты наших предков.

Цель проекта : обосновать необходимость возрождения традиций русской национальной кухни.

Задачи:

1. ознакомление с историей развития Русской национальной кухни;
2. изучение русских кулинарных традиций;
3. изучение кулинарных рецептов наших предков;
4. исследование знаний населения истории русской кулинарии;
5. изучение спроса населения на блюда русской национальной кухни;

Методы:

1. Методом анализа и синтеза была изучена литература по данной теме.
2. Методом анкетирования
3. Математический метод использован при расчётах и составлении диаграмм.

Глава 1. История развития русской национальной кухни.

1.1. Древнерусская кухня.

1.2. Развитие русской национальной кухни.

Глава 2. Русские кулинарные традиции.

2.1. Домашняя кулинария.

2.2. Русское гостеприимство.

2.3. Порядок приёма пищи.

2.4. Царские пиры.

2.5. Питейные традиции на Руси.

Глава 3. Традиционная русская кухня.

3.1. Блюда русской национальной кухни.

3.2. Кулинарные рецепты наших предков.

Глава 4. Исследовательская работа.

Русские кулинарные традиции

Порядок подачи блюд за богатым праздничным столом, состоящий из 6—8 перемен, окончательно сложился во второй половине XVIII в. Однако в каждую перемену стали подавать одно блюдо. Этот порядок сохранялся до 60—70-х годов XIX в.:

- 1) горячее (щи, похлебка, уха);
- 2) холодное (окрошка, ботвинья, студень, заливная рыба, солонина);
- 3) жаркое (мясо, птица);
- 4) тельное (отварная или обжаренная горячая рыба);
- 5) пироги (несладкие), кулебяка;
- 6) каша (иногда подавали со щами);
- 7) пирожное (сладкие пироги, пирожки);
- 8) заедки.

Собственно трапеза начиналась с того, что хозяин отрезал и подавал каждому гостю ломоть хлеба с солью, что символизировало гостеприимство и хлебосоольство этого дома.

Порядок приёма пищи

В сельской местности в Центральной и Северной России были приняты четыре поры еды (выти), в летнюю, рабочую пору — пять:

1. завтрак (перехватка)
2. полдник
3. обед
4. ужин
5. паужин

В Южной России также ели 5 раз за сутки, но выти имели иное название:

1. снесь — с 6 до 7 ч.
2. обед — с 11 до 12 ч.
3. полдник — с 14 до 15 ч.
4. подвечёрка — с 18 до 19 ч.
5. вечерянье — с 22 до 23 ч.

Кулинарные рецепты наших предков

Калья

Калья - распространенное в XVI-XVII вв. рыбное жидкое первое блюдо. Впоследствии оно постепенно почти вышло из употребления, а кое-где его неправильно стали называть рыбным рассольником.

Ингредиенты:

1,5 кг рыбы, 1,5-1,75 л воды, 2 соленых огурца, 1 стакан огуречного рассола, 3-4 картофелины, 0,5 лимона, 2 луковицы, 1 лук-порей, 1 петрушка (корень и зелень), 1 морковь, 10 горошин черного перца, 3 лавровых листа, 1 ст. ложка укропа, 5-6 тычинок шафрана, 1 ст. ложка свежего или 1 ч. ложка сухого эстрагона.



Ботвинья

Ботвинья — старинное русское кушанье, первое холодное блюдо. Ботвинья (фото 14) со временем почти выместилась другими супами и похлёбками из-за дороговизны и трудоёмкости в приготовлении.

Одно из самых парадных блюд в классическом русском кулинарном репертуаре, с обязательным использованием рыбы и (или) раков и хлебного кваса.

Гурьевская каша

Гурьевская каша — блюдо, придуманное в начале XIX-го века министром финансов графом Гурьевым. На протяжении столетия неизменно существовало в меню русской трактирной, помещичьей и городской кухни. Представляет из себя слои топлёной в русской печи до коричневой корки манной каши, переложённые топлёными молочными или сливочными пенками, вареньем, орехами и сухофруктами. Подается на стол либо на сковородке, либо в виде «пирога»



Расстегай



Расстегай — традиционный русский полуоткрытый пирожок из дрожжевого (кислого) пшеничного теста.

Используемая начинка: мясо, рыба, рыбья печень, лук, рис.

Тюря

Тюря — старинное русское блюдо, холодная похлебка на квасной или молочной основе. Готовится из накрошенного («натюреного») свежеспеченного ржаного или пшеничного хлеба, лука, овощей, зелени, залитых белым квасом или молоком.



Кулага



Кулага — традиционное русское лакомство. Готовится из ягод калины, малины, черники, голубики и т. д., с солодовой или мучной заболткой. После недолгого брожения запекается в чугунном или глиняном горшке. Для придания более сладкого вкуса в кулагу добавляют сахар или мёд.

Мёд хмельной



Мёд хмельной — традиционный русский напиток, упоминаемый ещё в русских письменных источниках XI века. Готовится на основе сыты — разбавленного водой мёда.

Фото Максима Сырничкова

Няня



Няня — традиционное блюдо русской кухни. Представляет собой вычищенный бараний или свиной желудок, начиненный рубленным мясом, потрохами, гречневой кашей, пряностями, зашитый и запеченный в русской печи — в чугунной латке или в вольном духу.

Тыковник

Тыковник— блюдо русской кухни, запеканка из предварительно обжаренной в сливочном или постном масле тыквы с добавлением пшённой крупы или риса.



Фото Максима Сырникова

Тельное

Тельное — старинное русское блюдо, мелко порубленное ножом мясное или рыбное филе, с добавлением сырого яйца, лука и пряностей — запеченное или отваренное в плотно завязанной салфетке.

Сбитень

Сбитень - это пряный согревающий напиток. В старину сбитень готовили с вином и без вина.

Безалкогольный сбитень до конца XIX в. заменял чай и кофе.

Ингредиенты:

100 г меда, 0,5 г гвоздики, 5 г корицы, 3 г имбиря, 3 г кардамона, 0,5 г лаврового листа, 1 л воды.



Взвар

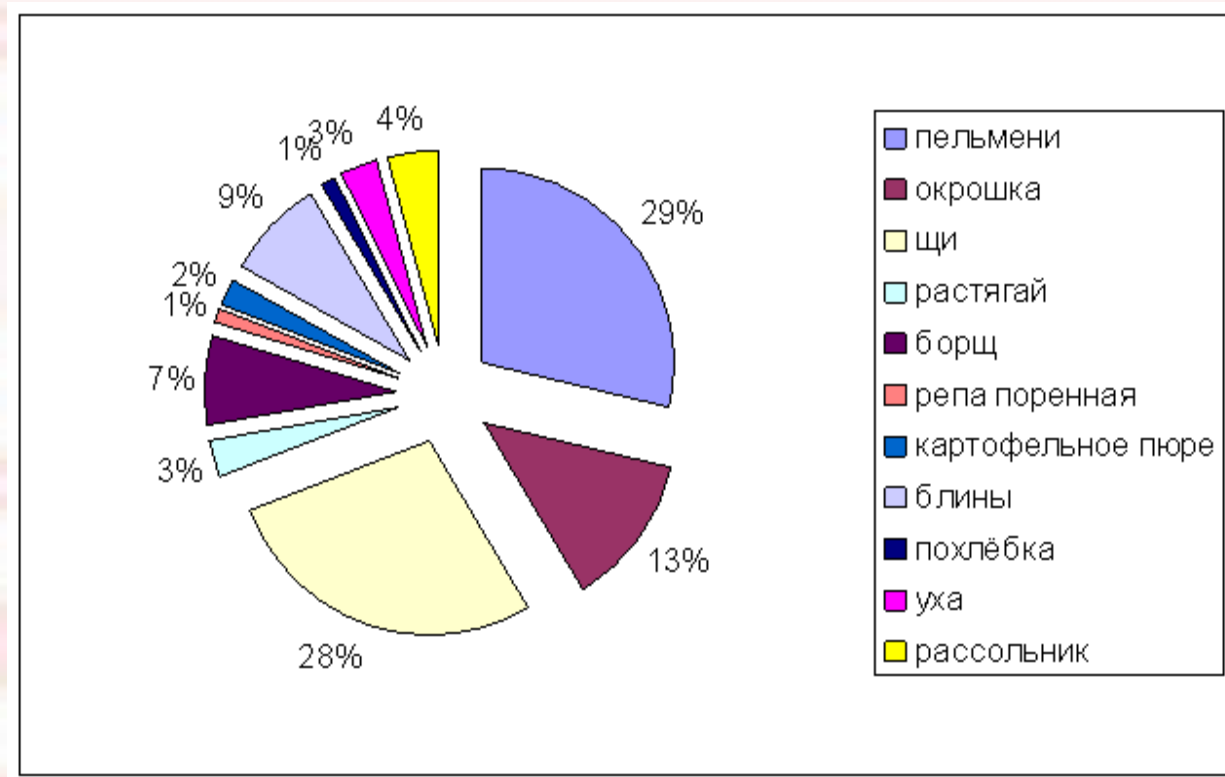
Взвар - специальное сладкое блюдо для Рождественского и Крещенского сочельника. Взвары и компоты из сухофруктов и меда, как и рецепт блинов, были привнесены в русскую кухню IX веке завоевателями-варягами

Взвар готовят на отваре из сушеных плодов и ягод, подслащенном сахаром или медом. По сравнению с компотом взвар получается более сладким и концентрированным (меньше добавляют воды). Иногда его варят с рисом и с добавлением вина.

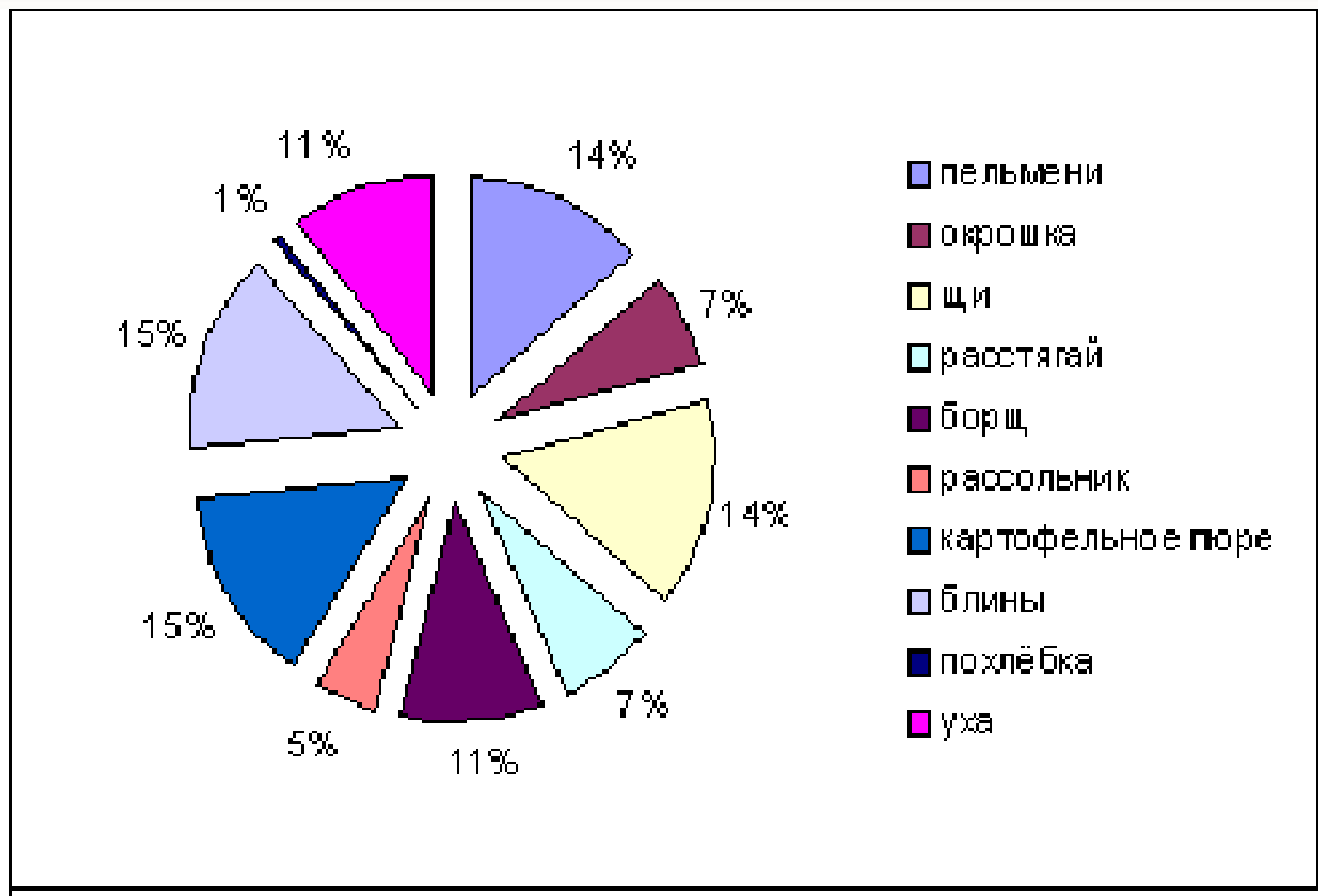
В древности взвары часто готовили как вкусное сладкое блюдо ежедневного стола.

Исследовательская работа.

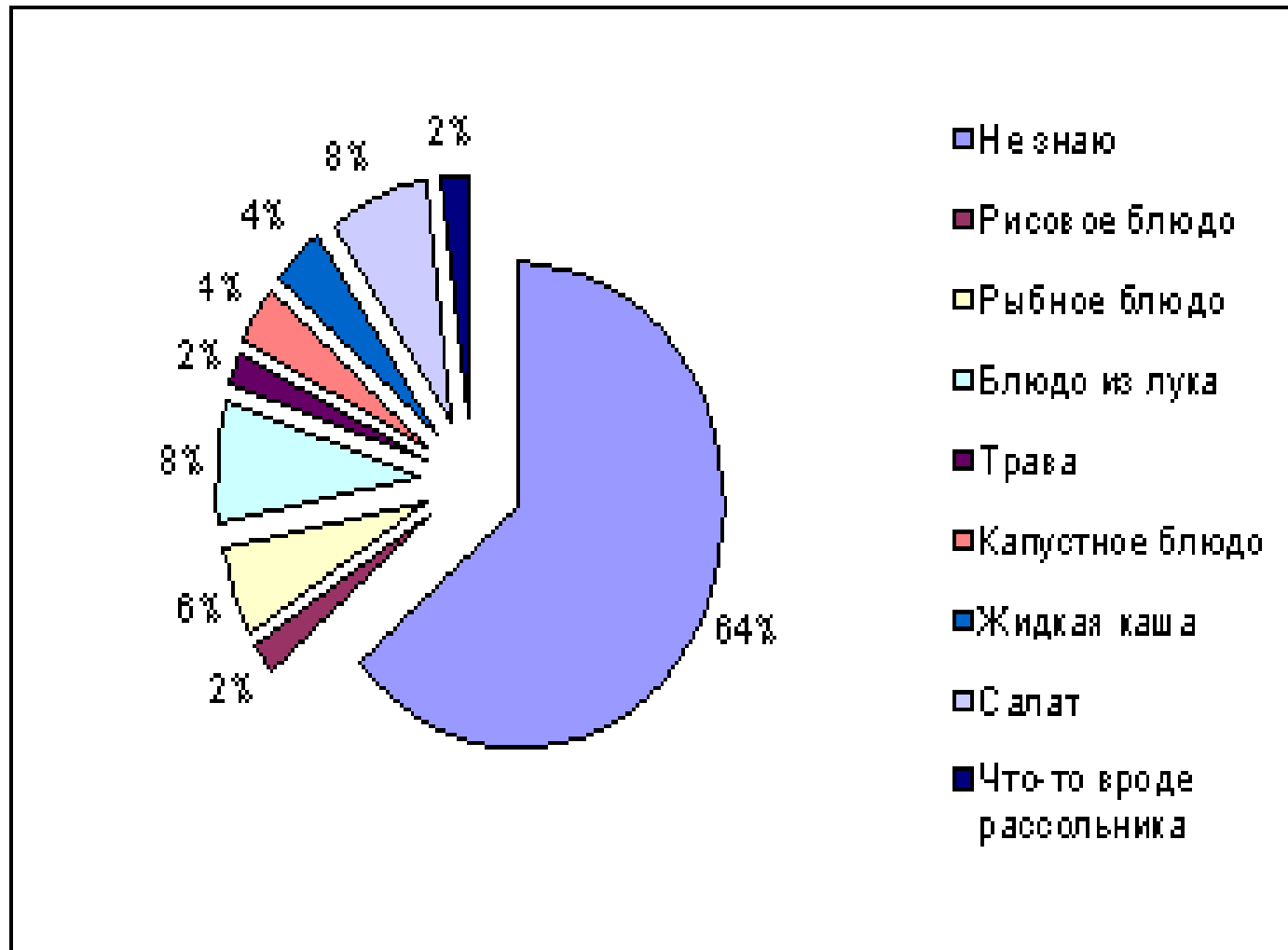
1. Исследование студентов УКИП и С на знание национальных блюд русской кухни



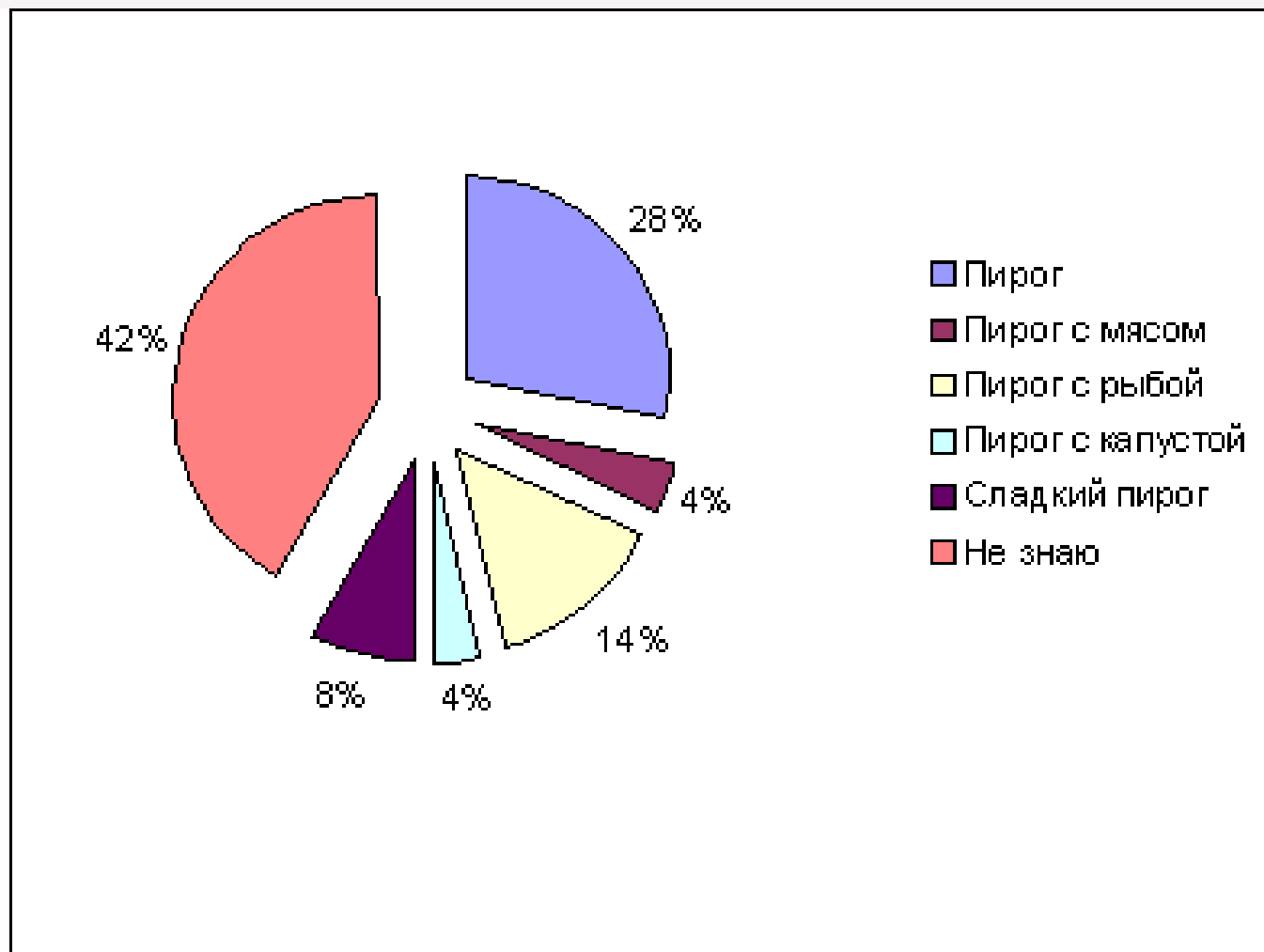
2. Какие национальные русские блюда готовят в вашей семье?



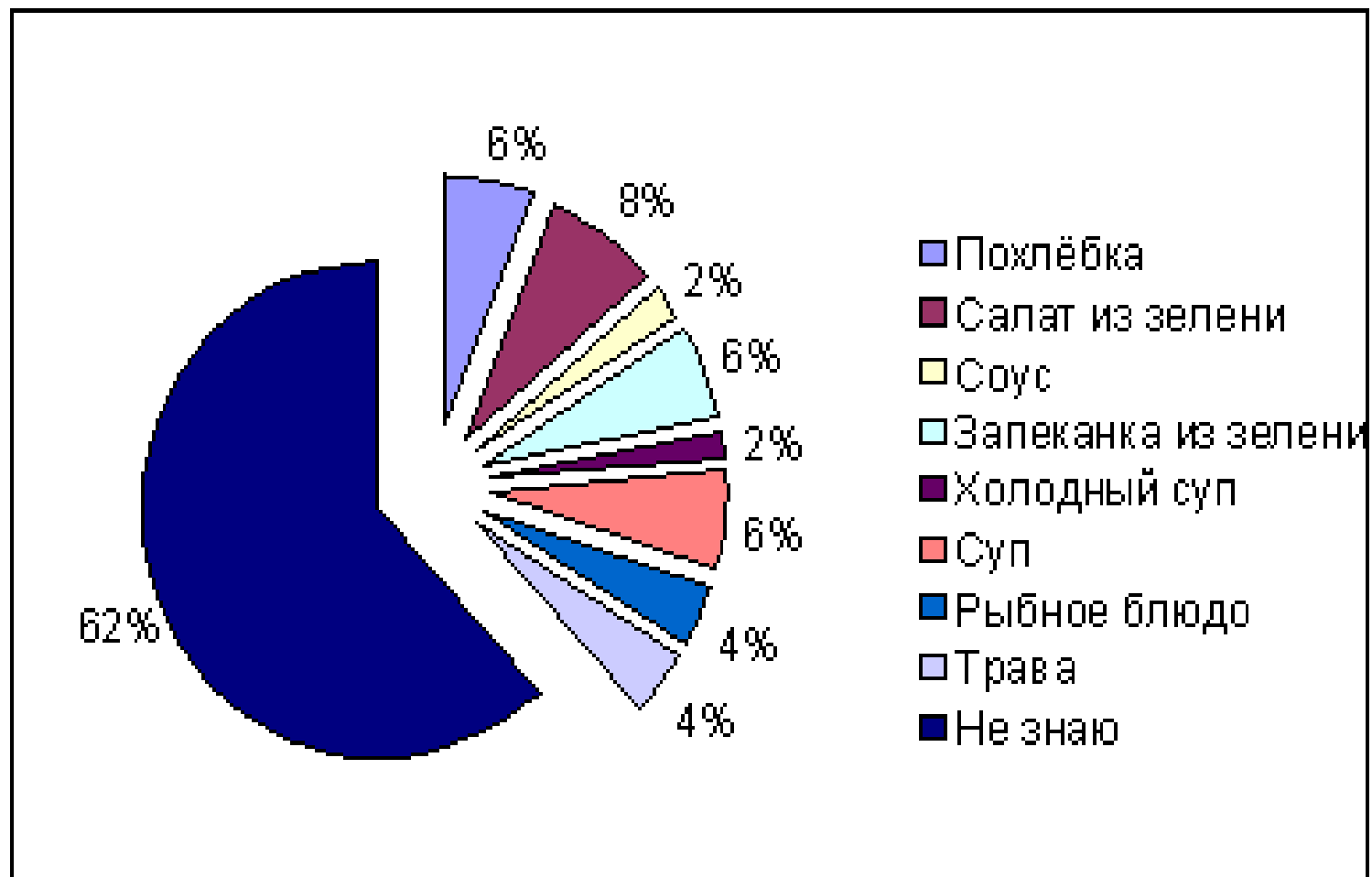
3. Что такое «калья»?



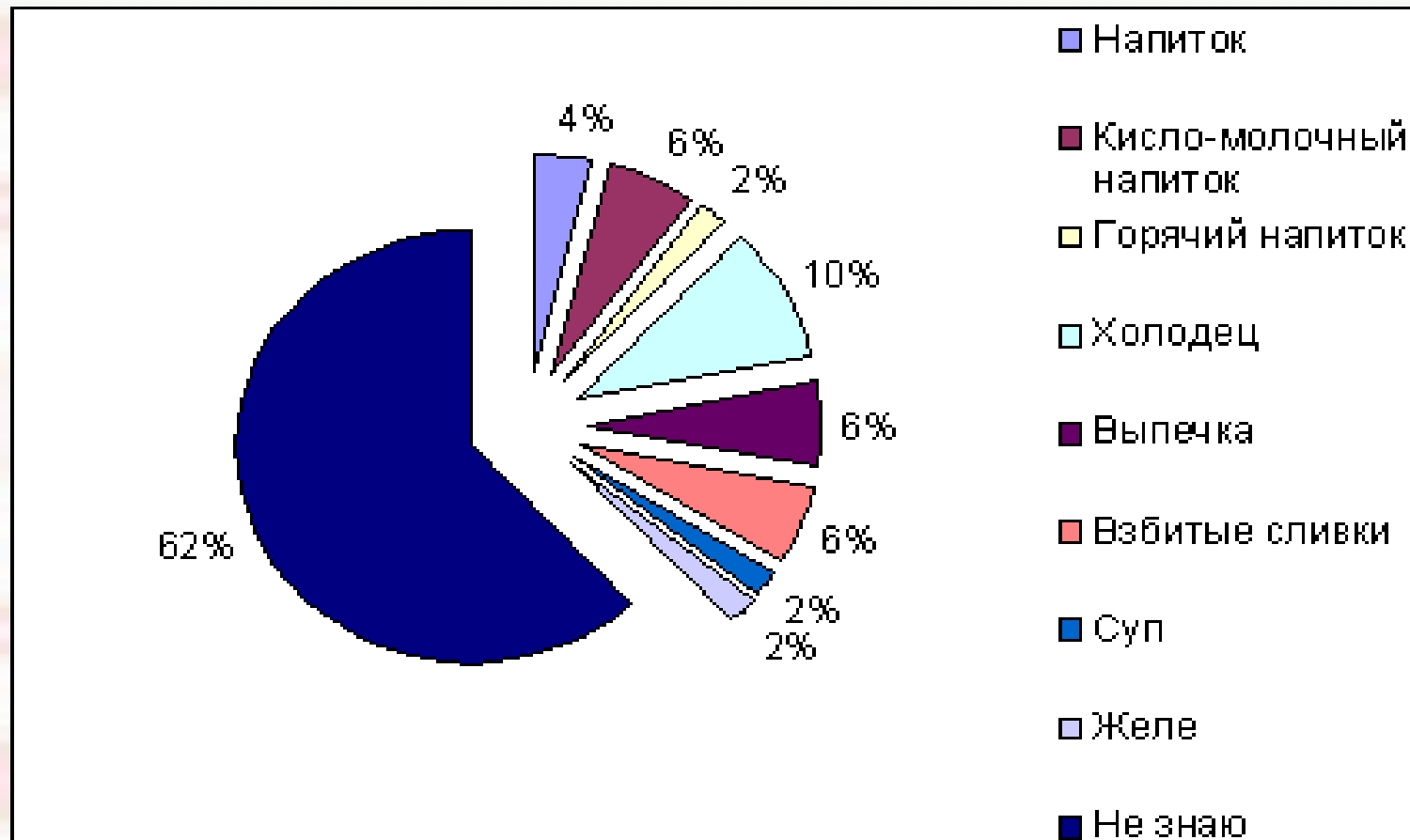
4. Что такое «расстягай»?



5. Что такое «ботвинья»?

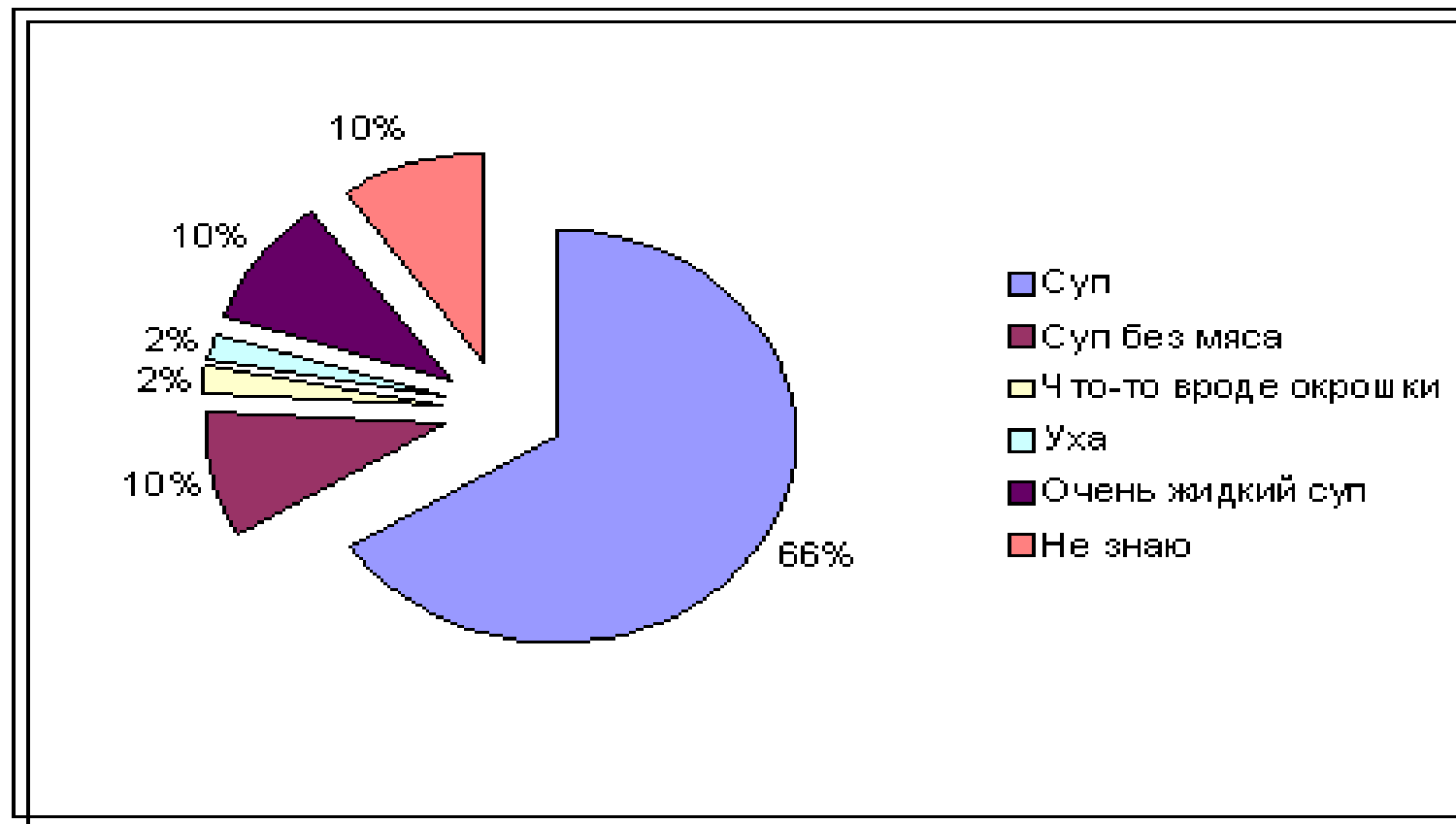


6. Что такое «сбитень»?

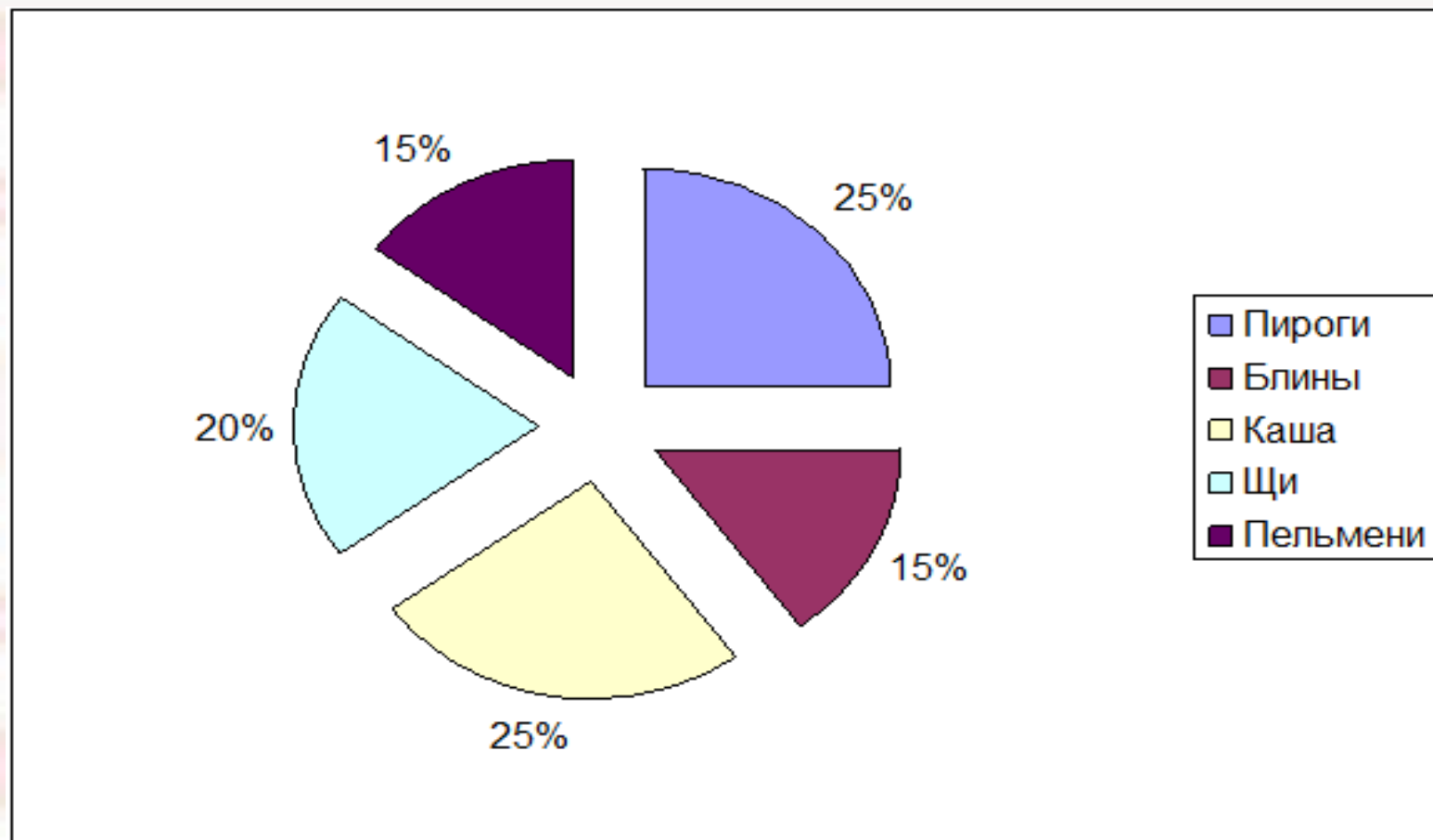


Что такое «похлёбка»?

Исследование студентов на знание русского национального блюда «похлёбка»



Какие блюда русской национальной кухни есть в меню вашего заведения?



Спасибо за внимание