

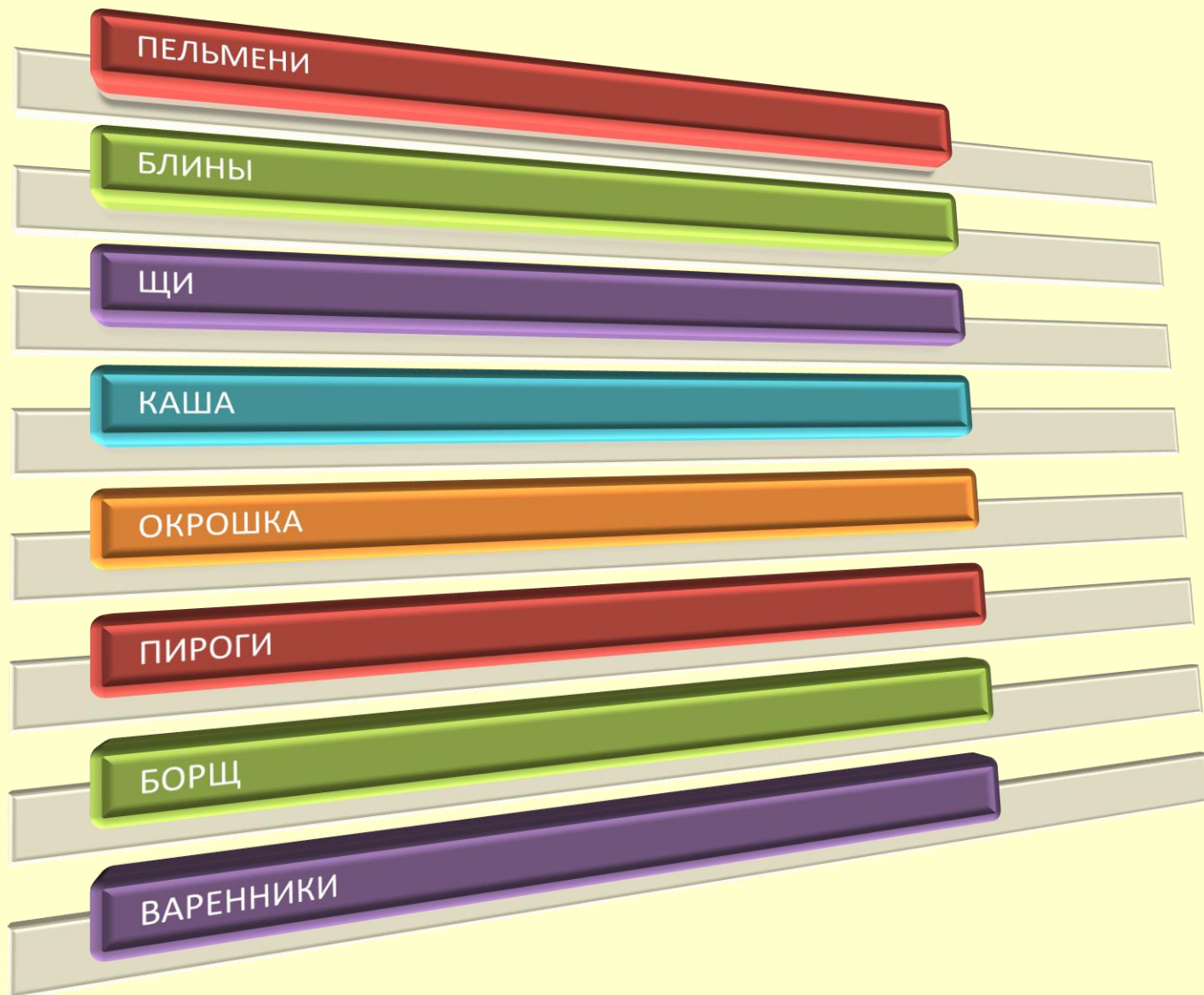
# Русская народная кухня



Исследование проводили учащиеся 3Г и 3А классов.  
Педагог: Иванющенко Т.Ю.

**КАКИЕ БЛЮДА ОТНОСЯТСЯ  
К РУССКОЙ КУХНЕ?**

# Исследование



# Пельмени

Появились на Урале в конце 14 века. Само название «пельмени» происходит от похожего слова финно-угорской группы языков, которое в буквальном переводе означает «хлебное ухо». Классические пельмени – это мясной фарш, состоящий из говядины, баранины, свинины, завернутый в пресное тесто из муки, яиц и воды. Чем больше семья, тем больше объем заготовок. Часть приготовленного варили сразу, остальное замораживали.





# Блины

Блины — одно из чудес русской кухни. Блины на масленицу - один из самых вкусных обычаев. Блины употребляются как самостоятельное блюдо и вместе с начинками.

В фольклоре «Первый блин комом» означает неудачу в начальном периоде какого-либо дела.



# Щи

Щи – это суп с капустой, который придумали еще в XI веке. Список ингредиентов включает мясо, приправы и кислую капусту. Едят щи с ржаным хлебом, заправляя сметаной или приправами.



# Каша

Каши, как и супы – это то, без чего немыслима русская кухня. Россияне, особенно в детском возрасте, на завтрак всегда едят каши – они полезны и питательны. Манная, перловая, овсяная, гречневая и еще несколько десятков разновидностей... Как говорят в России, кашу маслом не испортишь, что означает, что полезное вредным не будет даже и в больших количествах





Растение	Крупа	Каша
1.овёс	геркулес	овсянка
2.пшеница	манка	манная
3.просо	пшено	пшённая
4.гречиха	гречка	гречневая
5.ячмень	перловка	перловая



1



2



3



4



5



# Окрошка

Русская гастрономическая культура немыслима без первых блюд, но в летнее время всех их легко затмевает окрошка. Она сытная и одновременно легкая, замечательно освежает и не дает чувства тяжести, свойственного наваристым супам. Окрошка готовится в то время, когда наша земля богата на свежие овощи.

А для заправки используют нежирный кефир, сыворотку, овощной бульон, квас и даже минеральную воду, разведенную со сметаной.



# Пироги

Пирог в русской кухне имеет примерно такое же значение, как пицца в итальянской. Русские пироги пекут в основном из несладкого теста с различными начинками – от мясных и рыбных до фруктовых и творожных. Ватрушки, кулебяки, расстегаи, куличи, шаньги, калитки, курники – далеко не полный список разновидностей этого блюда.



# БОРЩ

Это традиционное блюдо восточных славян.

В старину борщом называли похлёбку из *борщевика*, красные съедобные листья которого употребляли в пищу. Название «*борщ*», видимо, и произошло от этого растения.

Борщ готовили в чугунке или глиняном горшке прямо в печи! Происхождение борща неизвестно, вероятнее всего, он появился на территории, которую занимала ранее Киевская Русь, и ныне получил наибольшее распространение и разнообразие.

Борщ может быть как горячим, так и холодным. Холодный борщ (свекольник) обычно готовят летом.

Интересно,  
что для  
космонавтов  
в  
тоже  
готовят  
борщ в  
тюбиках!



Это блюдо очень любили Екатерина II, Александр II, балерина Анна Павлова.





# ВАРЕННИКИ

Первоначально блюдо из отварного пресного теста с начинкой из мяса или овощей возникло в Турции. Под названием дюш-вара оно пришло в Украину, и пришлось по вкусу местным жителям настолько, что превратилось в обязательный элемент национальной кухни. Украинцы дали некогда заморскому блюду собственное название «вареники» и начали совершенствовать рецепт его приготовления. Восточное блюдо "дюш-вара" стало "вараниками", а затем варениками. В украинских варениках используется преимущественно сладкая начинка



# ИСТОРИЯ

Русская кухня — традиционная кухня русского народа. Природные особенности мест проживания — обширные леса и долгие зимы, создали многие характерные особенности традиционной русской кухни:

разнообразии горячих супов и каш, квашений, мочений и солений, грибных блюд и дичи на русском столе.

Центральная роль **печи** в русской избе предопределила важную роль для домашнего хлеба (кислого ржаного), пирогов и пирожков, томлёных, тушёных, варёных и печёных блюд;

в традиционной кухне, в отличие от современной, практически **не** встречался такой приём как жарка.



# ИСТОРИЯ

Кушанья были просты и неразнообразны.

Из-за обычая соблюдать посты стол делился на скоромный и постный.

Обычной едой простого народа было толокно, приготовлявшееся из овсяного зерна методом частичной варки с последующим размолом.





Приятного аппетита!

