ТРАДИЦИОННАЯ КУХНЯ

НАРОДОВ РОССИИ

Русская кухня

БЛИНЫ

Блины являются традиционным лакомством русского народа, одним из самых любимых и почитаемых блюд, как во времена древней Руси, так и сейчас. Они занимали достойное место на столе каждой хозяйки, и считаются одним из первых мучных блюд появившихся в рационе наших предков.

Нам понадобится: *Молоко - 1литр, Мука - примерно 0,5 кг, 2 яйца, 2 ст. л. сахара, 1 ч. л. соли, 1 ч. л. соды, 2 ст. л. растительного масла, сливочное масло для смазывания готовых блинчиков.*

В теплое молоко добавляем яйца, сахар, соль, соду, муку и взбиваем, добавляем две столовые ложки растительного масла и взбиваем.

Смазываем горячую сковороду растительным маслом и выпекаем блинчики.

Смазываем каждый свежеиспеченный блин сливочным маслом.

КАРАВАЙ

Каравай относился к другим видам блюд, выпекаемых из теста. Каравай представлял собой сдобный хлеб, приготовленный самыми разными способами. Для "битого" каравая тесто взбивалось в отдельной посуде на масле, для "ставленого" на молоке, для "яицкого" на яйцах. Еще из теста делались курник, оладьи, котлома, сырники, блины, хворосты и висели. Некоторые из этих блюд готовим и сегодня. Кисели также относились к мучным блюдам, которые по традиции заваривали мукой и, конечно, различные каши.

ДЕСЕРТЫ

Из десертов известны сладкие мучные изделия: калачи, пряники, также варенья и мёд.

Традиционным десертом русской кухни являются печёные яблоки и другие печёные фрукты и ягоды.

Овощи (морковь и огурцы), сваренные в меду, но не на открытом огне, а на водяной бане.

Толчёные ягоды (калина, рябина, малина), высушенные в натопленной печи в виде лепешек — «пастила».

СУПЫ

Большую роль в русской кухне играют супы. Основой супов являются прежде всего мясные, рыбные, грибные и овощные отвары, молоко, квасы, рассолы. Сюда относятся различные бульоны, которые в старину называли ухой: рыбные, куриные, мясные, грибные.

Особенно распространены заправочные супы – щи, борщи, рассольники, солянки. К супам, как правило, подают сметану, каши, изделия из теста – пироги, караваи, пирожки, рыбники, расстегаи. Существуют так же и холодные супы, таких, как окрошка, ботвинья, свекольник, взвар (сладкий суп). Одно из распространенных первых блюд – это щи.

Уха – прародительница русских супов, гордость русской кухни.

КАШИ

В число особенно важных блюд русской кухни входит каша. На Руси каша была одним из главнейших блюд. Впрочем, кашей в Древней Руси называли не только крупяные блюда, а вообще все кушанья, сваренные из измельченных продуктов.

На Руси каша с древних времен не только занимала важнейшее место в питании народа, но и была обязательным блюдом на пирах, символом богатства и благополучия дома. Отсюда и возникла русская пословица: "Каша - мать наша".

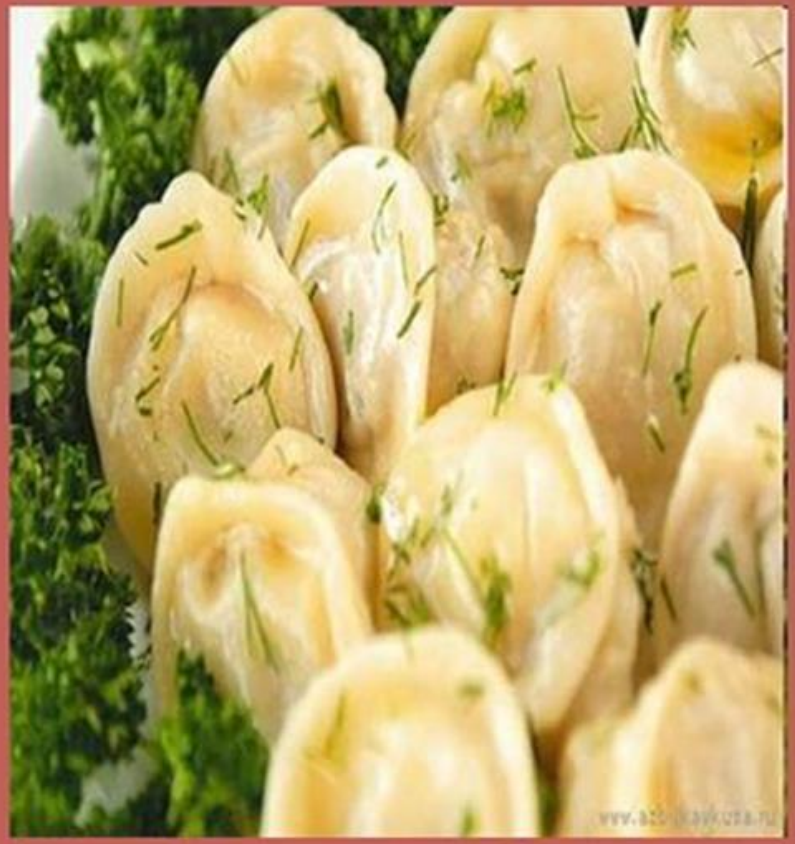
Кашу варили из пшена, овса, ячменя, гречи и других круп. Самой почитаемой в России кашей являлась гречневая.

Татарская кухня

Суп - лапша

- В татарской кухне приготовление домашней лапши всегда считалось большим искусством
- При приготовлении теста для лапши и для пельменей ни в коем случае нельзя применять молоко. От этого бульон мутнеет и лапша или пельмени быстро разваривaются.

Пельмени



- Пельмени - уникальное блюдо. Почти каждая нация имеет свой вариант пельменей.
- У татар пельмени являются праздничным и в некоторой степени ритуальным блюдом. Которые
- Пельмени всегда подавались с бульоном. Ими угощали молодого зятя и его дружков (*кияу пилмэне*).

Отварное мясо

- Мясные продукты для вторых блюд следует варить так, чтобы сохранить их вкусовые качества.
- Куски мяса нужно заливать кипящей водой чтобы вода только покрывала их. Холодной водой заливают только солонину и соленые языки, которые предварительно необходимо вымочить в течение 5-8 часов; воду за это время надо сменить три-четыре раза.

Кыстыбый

- **Кыстыбый** - старинное традиционное татарское блюдо из теста с начинкой- обжаренная пресная лепёшка, начинённая пшённой кашей или картофельным пюре.
- По виду напоминает незакрытый пирог или сочник - начинка наложена на одну половину лепёшки и закрыта сверху второй половиной.

Чак-чак

- **Чак-чак** — восточная сладость, представляющая собой изделия из теста с мёдом.
- **Чак-чак** является обязательным особо почётным свадебным угощением.

Чак-чак приносит в дом мужа молодая, а также ее родители.

Чувашская кухня

ГОСТЕПРИИМСТВО

- При приходе гостей чуваши показывали свое гостеприимство, выставляли на стол наиболее ценные припасы, имевшиеся дома или заранее приготовленные для гостей

Хуплу

- Хуплу – это круглый большой пирог из пресного сдобного теста, является самым вкусным и, конечно, праздничным кушаньем

Пирожки из солёных огурцов.

Дрожжевое тесто тонко раскатывают лепешками толщиной 8–10 мм. На середину лепешки кладут начинку, приготовленную из солёных огурцов, заправленных луком. Пирожкам придают форму полумесяца и края защипывают. Пирожки ставят в теплое место для настойки. Через 10–15 минут их смазывают яичной смесью и выпекают. Готовые пирожки смазывают маслом. Начинку готовят так: солёные огурцы среднего размера промывают, удаляют сердцевину, мелко шинкуют кубиками, жарят на сковороде до полуготовности, затем добавляют репчатый лук и жарят до готовности.

Щи зелёные.

Зелень и травы то есть «снидь» перебирают, промывают и мелко нарезают, кладут в кипящую воду или бульон и варят до полуготовности. Закладывают нарезанный дольками картофель. За 15 минут до окончания варки добавляют сырой репчатый лук, сухую мучную смесь и проваривают. За 5 минут до окончания варки кладут соль и специи. При подаче в тарелку кладут половинку сваренные вкрутую яйца и сметану.

Окрошка чувашская.

Простоквашу разбавляют кипяченой холодной водой, кладут нарезанные соломкой свежие огурцы, нашинкованный зеленый лук, заправляют сахаром, солят и охлаждают. При подаче кладут вареное мясо, нарезанное мелкими кусочками, посыпают мелко нашинкованным зеленым луком и укропом.

Суп молочный с рыбой

Молоко кипятят вместе с водой, добавляют картофель, отваривают до полуготовности, кладут обработанную и промытую свежую рыбу и варят до готовности. В конце варки заправляют сливочным маслом и солят по вкусу.

ПРИЯТНОГО АППЕТИТА!