

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя школа №3»  
г. Дзержинск Нижегородской области

Классный час по теме:

Как питались на Руси и в России

Составила: Дубровина Н.В.,  
классный руководитель 6А класса

# КАК ПИТАЛИСЬ НА РУСИ И В РОССИИ

## КАК ПИТАЛИСЬ НА РУСИ И В РОССИИ



### **Похлёбкин Вильям Васильевич**

(20 августа 1923 — конец марта 2000) —

советский, российский учёный, историк, географ, журналист и писатель.

Автор известных книг по кулинарии.

Знаток истории дипломатии и международных отношений, геральдики и этнографии.

Его книги о кулинарии «Тайны хорошей кухни» и «Национальные кухни наших народов» содержат не строгие рецепты, но методы приготовления различных блюд, в том числе уже давно забытые. В какой-то степени эти книги являются и историческими, так как содержат информацию об истории различных блюд и кулинарии в целом.

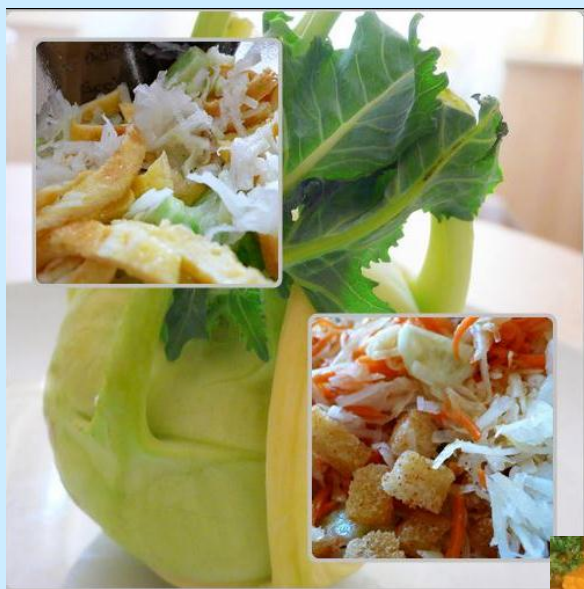
На Руси с давних времен было развито огородничество, уже в самых ранних письменных документах есть упоминание об овощах – **капuste, репе, огурцах.**

Капуста стала возделываться уже в 9 веке, попав к славянам от греко-римских колонистов, проживающих в Крыму, в районах Причерноморья. С тех пор она в русском меню занимала одно из первых мест.



Распространены на Руси были блюда из репы, редьки, брюквы. Сеяли ее повсеместно, участки на которых выращивали репу называли **репищами**.

*«Проще пареной репы», «Дешевле пареной репы».*



“РОМАШКА”



[www.kuharka.ru](http://www.kuharka.ru)



[www.arborio.ru](http://www.arborio.ru)



До 19 века репа на Руси играла ту же роль, что и теперь картофель.



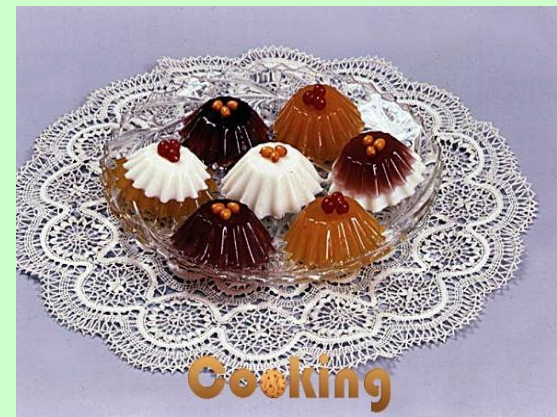
Выращивание в России картофеля, завезенного из Голландии Петром I, началось в 19 веке. И очень скоро он стал «вторым хлебом».



Одними из традиционных занятий на Руси были скотоводство и охота. Поэтому кухня содержит большое количество **мясных блюд**, а также блюд, приготовленных на основе использования продуктов животноводства – молока, сметаны, творога ...



Богатые природные ресурсы – обилие рек, озер, леса – также повлияли на традиционное меню – в нем много **рыбных блюд**, заготовок из **грибов, ягод, меда и орехов**.



Разнообразие русской кухни выражается и в разнообразии традиционных блюд.

На Руси и в России очень богат ассортимент **первых блюд** (супы, борщи, рассольники, солянки).

Слово «суп» - европейское и появилось в нашем лексиконе в 19 веке. До этого жидкое горячее называлось **варево, похлебка, юшка ...**





Особенностью русской национальной кулинарии является **разнообразие приемов тепловой обработки продуктов**: варка, тушение, запекание и выпекание.



Особую роль в формировании особенностей русской кулинарии сыграла **печка**. Она появилась на Руси в 6 веке: каменная, без трубы. В 8-10 веках появились глиняные печи с отверстием, куда можно было поставить горшок.

Именно русская печь определила специфику формы посуды, т.к. важно было, чтобы пища нагревалась равномерно.



## Берестяная посуда – туес (бурак, туесок, поставок)

В этой посуде хранили муку и соль, солили огурцы и капусту, использовали для молока.

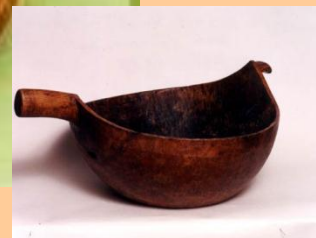
Береста обладает удивительными свойствами – она долго сохраняет температуру пищи, горячее остается горячим, холодное – холодным.

К тому же в берестяной посуде пища долго не портится – молоко не скисает, а хлеб не плесневеет.

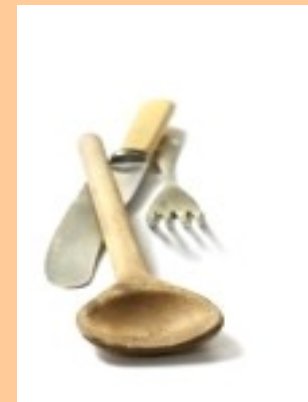


## Блюдо – давний вид посуды.

В богатых домах блюда были из золота и серебра. В крестьянских избах использовались деревянные и оловянные блюда. Для напитков использовались чаши, ковши, кубки, братины. Из братины пили по кругу, что символизировало общность людей, собравшихся за одним столом.



**Нож и ложка.** В словаре Даля упомянуты: разливная ложка; межеумок- простая русская широкая ложка; бутырка, бурлацкая – ложка, которой ели бурлаки; босная – продолговатая , тупоносная; полубоская, носатая, тонкая, белая...



**Вилка** появилась на русском столе в XVIII веке.

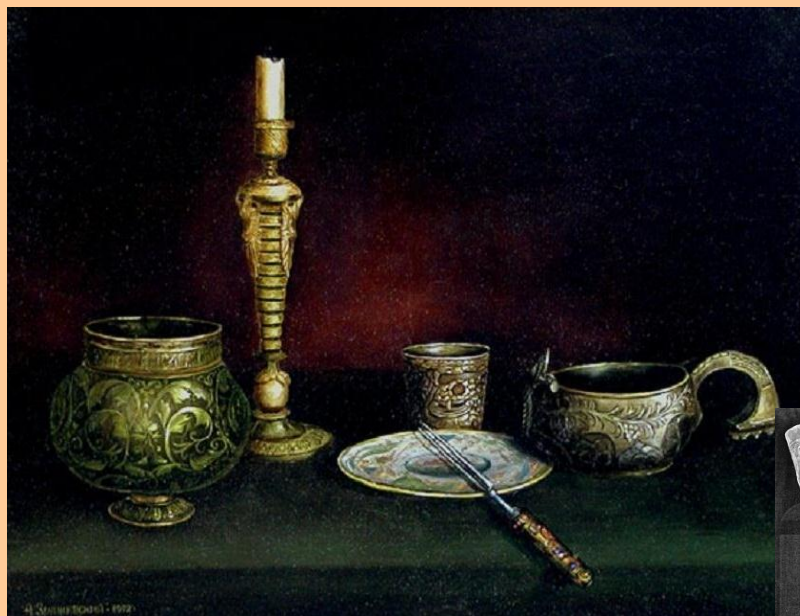
**Тарелки** получили распространение в XVI веке, вначале они назывались «торелы».



\* Ломоть хлеба , на который клали куски хлеба служил своеобразной «тарелкой».



# БРАТИНЫ, КУБКИ, РОГА, ЧАРКИ, ЧАШИ, КОВШИ, СТАКАНЫ, СТОПКИ.



Один из самых древних видов посуды для питья – **братины**.

Пили из нее вкруговую, она служила **символом прочности и устойчивости дружеских отношений** всех участников «братчинного» пира.



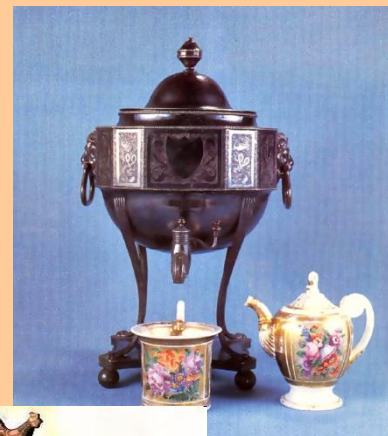
Старый рог для питья  
© Лиса Филиппова / Фотобанк Лорд



# САМОВАР - символ русского стола с XVIII века.

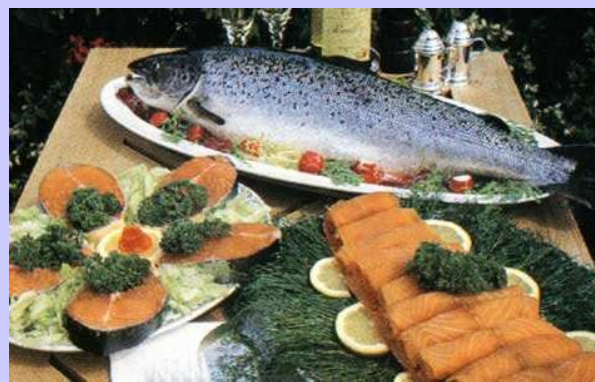


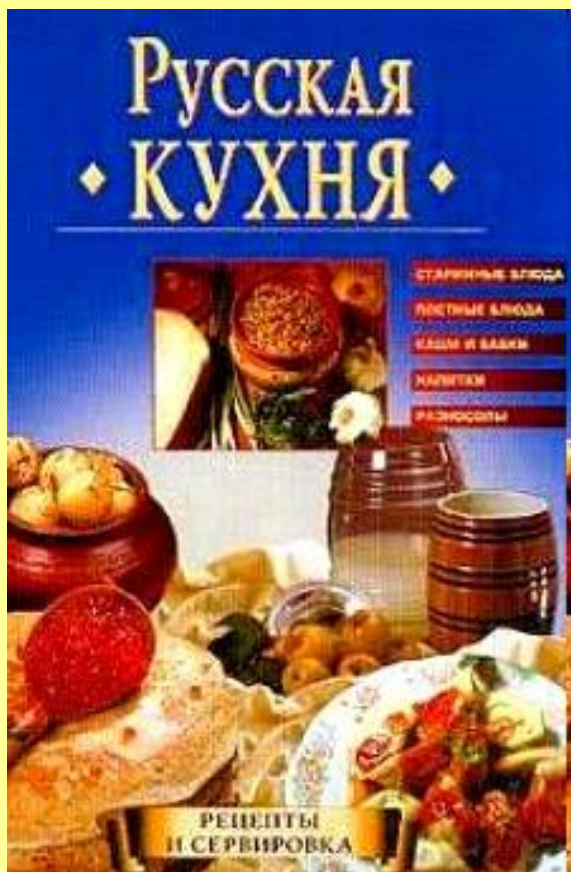
Первый самовар в Россию привез Петр Первый из Голландии.



Русский стол широко известен за рубежом главным образом своими деликатесами: копчёной спиной осетра (балыком), севрюжиной с хреном, малосолевой лососиной (сёмгой), красной, черной и розовой (сиговой) икрой, маринованными и солёными грибами (рыжиками и белыми), – составляющими не только прекрасный натюрморт вместе с кристально прозрачной московской водкой, но и тонко гармонирующими с ней во вкусовом отношении.

Однако эти отдельные готовые продукты, к тому же праздничные, несмотря на свою изысканность, не могут дать полного представления о русской кухне, о своеобразии вкуса её основных горячих блюд, о составе русского национального стола в целом.





Русская кухня в том виде, в каком она дошла до наших дней, сложилась окончательно немногим более ста лет тому назад, во второй половине XIX в., когда была проведена её неофициальная кодификация: именно в период с 40-х до 80-х годов XIX в. появилось большое количество поваренных книг, составленных людьми разных сословий (от аристократов до крестьян) и из разных районов страны.

Это позволило не только впервые увидеть в наиболее полном виде весь национальный репертуар русских блюд, но и начать его критическую чистку от разных инородных заимствований и наслоений.



Русская кухня прошла длительный, тысячелетний путь развития и пережила несколько этапов. Каждый из них оставил неизгладимый след (если говорить о том, что мы понимаем под классической русской кухней), причём довольно сильно отличался от других составом меню, композицией блюд и технологией их приготовления, то есть представлял своего рода отдельную кухню.



Художник Баюкин В.С. За обедом. 1956



Завтракайте как царь,  
обедайте как принц и ужинайте как нищий

## ИСТОЧНИКИ ИНФОРМАЦИИ

1. Безруких М.М., Филиппова Т.А., Макеева А.Г. Формула правильного питания. Методическое пособие. \_ М.: ОЛМА Медиа Групп, 2008.
2. <http://vkus.narod.ru/knn/rus/istoria.htm>
3. Яндекс. ру. Картинки к презентации.