**Культура еды** – это не только определенный свод правил пользования столовыми приборами или способов сервировки блюд. Это часть общечеловеческой культуры, и то, насколько вы ею владеете, может в равной степени облегчить или усложнить вам жизнь. Люди склонны придумывать правила и требовать от других их соблюдения. Иногда эти правила имеют забавную историю и рациональное происхождение. Так, например, один шотландский король, отличавшийся вспыльчивым, даже буйным характером, в гневе ударил кулаком по столу во время трапезы со своими вассалами. Вскоре после этого им был издан указ о том, что вилки на столе должны лежать зубцами вниз…
То, как человек ведет себя за столом, как он ест и пьет, как общается со своими соседями по столу, безусловно, как-то его характеризует. Случаи, когда хороший специалист, не имеющий нареканий по работе, не получает продвижения по службе лишь из-за неумения красиво есть, вовсе не редкость, и уж тем более, не шутка. Такой человек не сумеет произвести на партнеров компании благоприятного впечатления на деловом обеде. Отсюда - урон имиджу компании.

Существует множество правил поведения за столом на разные случаи жизни, но во всех случаях есть общепринятые моменты. Зная их, вы уже не будете попадать впросак, а произведете впечатление человека, приобщенного к культуре еды. Разумеется, вы знаете, что нельзя громко разговаривать за столом, бурно жестикулировать, чавкать и ковыряться в зубах. Нельзя набрасываться на еду так, словно вы перед этим три дня голодали.

**За стол нужно правильно сесть.** Расстояние между столом и вашим корпусом – ладонь. Локти на стол не кладут. Салфетку со стола нужно развернуть и положить себе на колени, ее основное назначение - защитить ваш наряд от случайных крошек и брызг. Сидите прямо, не сутультесь. Во-первых, это некрасиво, а во-вторых, от этого будет страдать ваш желудок, особенно когда вы порядком его наполните.

Теперь вопрос, который всегда мучает большинство людей – **что едят ножом и вилкой, а что – руками?** На официальных обедах принято есть все блюда с помощью столовых приборов. Во всех остальных случаях руками едят цыпленка табака, спаржу, маленькие бутерброды-канапе, пирожные, цитрусовые.

**Нож держат в правой руке, а вилку – в левой.**

Нож используется для разрезания мяса, дичи, блинчиков, отбивных; для намазывания на хлеб масла или джема, для придерживания рыбьей кожицы в тот момент, когда вы вилкой выбираете из рыбы косточки. Рыбу ножом не режут!
Мягкие блюда, такие как тефтели, омлет, котлеты, запеканки, зразы, отварной картофель – едят с помощью вилки, не пользуясь ножом.
Для того, чтобы положить себе в тарелку блюдо из общей посуды, например, салат, используют специально предназначенную для этого ложку, своими приборами для этого не пользуются. Масло или джем кладут из общей посуды на край своей тарелки, и только потом намазывают на булочку или кусочек хлеба.

Хлеб не принято есть, откусывая от большого ломтя, его едят, отламывая по маленькому кусочку. Так же не принято есть фрукты целиком, откусывая от плода. Фрукты разрезают на несколько частей, очищают от семян и косточек, и едят десертной вилкой.

**Если вы хотите сделать паузу в еде**, нож и вилка таких случаях кладутся так же, как вы их держали: ручкой вправо - нож, ручкой влево - вилка. Если вы закончили еду, положите столовые приборы на тарелку, это будет знак, что ее можно убрать.

Если так случилось, что вы не знаете, как есть предложенное вам блюдо, понаблюдайте за своими соседями по столу: наверняка найдется кто-то, более искушенный в вопросах столового этикета. А если не найдется, не расстраивайтесь, узнаете со временем; похоже, что в этот раз над вами некому подшутить.
**Столовый этикет** – тема чрезвычайно обширная, которую невозможно изучить за полчаса. Хотя бы потому, что его правила вырабатывались столетиями, как и блюда, изобретаемые человечеством на протяжении всей своей истории. Наверное, стоит практиковать его за семейным столом, приобщая к культуре еды детей с раннего возраста, помогая им усвоить хорошие манеры, умение быть вежливыми и предупредительными.