

Национальная кухня

Русская кухня

Первые скудные сведения о русской кухне содержатся в летописях – древнейших письменных источниках X-XV веков. Древнерусская кухня начала складываться с IX века и к XV веку достигла своего расцвета.



В старину обрядовые требования немало способствовали нормальному режиму питания, оберегая людей, как от чрезмерного переедания, так и от неправильного истощения. Современные условия жизни очень далеки от седой старины, где закладывались традиции, в том числе и отношение к питанию. Отношение к приему пищи как к священному ритуалу заложено в подсознании, и, соответственно, любая пища воспринимается как благо.

Обилие русского стола не следует путать с обжорством. Прежде всего, обилие русского стола было связано с гостеприимством – национальной чертой русского народа, присущей, безусловно, и многим другим народам. Обжорство же, свойство есть лишнее, много и жадно считалось пороком. Про человека, не умеющего есть, в народе говорили с осуждением: «Никакой в нем выти нет».



Исстари овощи на Руси рассматривали скорее как добавку к хлебной, мучной и крупяной пище, которая всегда являлась основной. И все же их роль в питании Россия, особенно в летний и осенний периоды, была довольно велика. Об этом свидетельствуют, например, записи иностранных гостей, посещавших Русь в разные времена. Так, у знакомого уже нам Олеария читаем: «Есть там и разного рода овощи, в особенности спаржа, толщиною в большой палец, также хорошие огурцы, лук и чеснок в огромном количестве...».



Животноводство на Руси играло меньшую роль, чем земледелие, однако, безусловно, еще задолго до принятия христианства наши предки выращивали разный скот и домашнюю птицу. Когда же своего скота не хватало, его закупали у соседних кочевых народов, для которых скотоводство было главным промыслом.

Кроме того, в обширных лесах водилось огромное количество разнообразных диких животных, охота на которых составляла заметную добавку к мясному столу. Обилие рек, озер, побережье морей позволяло разнообразить русский стол множеством рыбных блюд.



Блюда русской кухни







