**Текст № 1**

Каша одна из самых распространенных русских национальных блюд, второе после щей по своему значению на русском столе. Как говаривали в старину «Щи да каша – пища наша». Кто из нас не слышал эту пословицу? А еще говаривали: «Каша – мать наша». Часто на Руси кашу называли праматерью хлеба. Ни одного важного дела или события не проходило в старину без каши. Каша считалась символом богатства и благополучия в семье.

В старину приготовление каши сопровождалось различными обрядами. Зерно и крупа служили символом жизни и благополучия. Длительное время каша в России любимым блюдом, а первоначально даже торжественным, обрядовым. Ее употребляли на различных празднествах, на пирах, свадьбах, крестинах. В XII-XIV веке каша – слово пир. Позднее каша – это блюдо при коллективных работах, и поэтому «Артель» стали называть кашей.

В старину существовал обряд кормления гостей кашей в честь новорожденных. Повивальная бабка угощала гостей кашей, они давали деньги ей и новорожденному.

* Бабина каша – у русских.
* Заливка – у украинцев.
* Жмур – белорусов.
* Крестинный обед – поляков.

Еще жениха и невесту на счастье обсыпали зерном.

До принятия христианства жених и невеста должны были сварить и съесть кашу – закрепление брачного союза.

В X веке у русских князей был обычай для заключения мирного договора варить кашу. После этого мир считался восстановленным.

«С ним кашу не сваришь». (Фразеологический оборот, который обозначает невозможно договориться, сделать какое-либо дело).

**Текст № 2**

Кашу готовили на свадьбу, поминки, пиры и … носили в школу учителю.

Чтобы учеба шла успешно, родители ребенка в старину всегда носили в школу угощенье. Приводя первый раз ученика в школу, родители подносили учителю «хлеб-соль». Как правило, это были калачи, водка, и какая-либо живность. Каждый четверг ученик нес в дом учителя «четверговое», а в праздники – «праздниковое»: сыр, масло постное или сливочное, куличи и калачи, яйца и даже бублики. Однако самым популярным подношением считалась каша. По окончании изучения каждой книги ученик приходил в школу с родителями и приносил горшочек пшенной каши. Поверх горшка с кашей клали условленную сумму денег, о которой договаривались заранее, и платок. В особый узелок заворачивали угощение – калач и жаркое. Это угощение съедали родители вместе с учителем, а ученикам отдавали кашу. Пустой горшок разбивали во дворе и в этот день уже не учились. Таких дней в году случалось не мало, так как дети поступали в школу в разное время и книги осваивали не одновременно. Так и стали называть тех, кто вместе ел кашу, «ОДНОКАШНИКАМИ».

**Текс № 3**

В XVI веке существовало более двадцати разновидностей каш.

«Княгиней кухни» считалась гречневая каша. Ни одна другая каша в народе не пользовалась таким уважением, как гречневая. На Руси гречиху сеяли и в теплых южных районах, и в северных губерниях. Растение это было любимо крестьянами еще и потому, что урожай гречихи поспевает очень скоро (через два месяца после посева) и бывает обычно весьма обильным.

Забытые слова

Первоначально кашу варили из полбы или из толокна. Со временем стали готовить гречневую и пшенную каши. Варили также каши из бобов и гороха, сухарей и остатков хлеба.

Варгеня – наскоро сваренная каша из более мелкого и некачественного зерна (отсюда произошло слово «сварганить», то есть наскоро что-то приготовить).

Заспа – каша (от слова засыпать).

Заспица–глазунья – жидкая каша из смеси крупы и гороха (горох в сваренной каше выделялся желтыми крапинками, говорили: «глядит, как глазами»).

Завариха – для ее приготовления в накаленный докрасна глиняный горшок наливали кипяток, а затем подсыпали муку, постоянно помешивая. Сдабривали постным маслом, салом и сметаной

Няня – сильно упретая в русской печи гречневая каша с мозгами, бараньим мясом, луком и яйцом (обычно ее подавали со щами из кислой капусты).

Кулага – хорошо пропаренная в печи смесь из ржаной муки и ягод калины.

Сальник – гречневая каша с мелко нарубленными печенкой, репчатым луком и яйцами.

Кутья – ритуальная сладкая каша (сначала готовилась из пшена и меда, а затем стали добавлять мак).

Полба - разновидность пшеницы с ломким колосом (при созревании распадается на колоски с члениками стержня) и не вымолачиваемым из пленок зерном.

Толокно - (овес промывали, варили, высушивали и толкли в ступе в мелкую крупу)

**Загадки**

**Как во поле на кургане стоит курочка с серьгами. (Овес)**

**В поле метелкой, в мешке жемчугом. (Пшеница)**

**Вырос в поле дом,**

**Полон зерном,**

**Ставни заколочены**

**Ходит дом ходуном**

**На столбе золотом.**

**(Рожь)**

**Сидит мышка в золотой кубышке. (Просо)**

**У закутанных девиц волос ветер шевелит. (Кукуруза)**

**Раздаточный материал для учащихся**

|  |  |
| --- | --- |
| Злаковая культура | Крупа, получаемая из зерна |
| Гречиха  |  |
| Рис  |  |
| Просо  |  |
| Пшеница |  |
| Ячмень  |  |
| Кукуруза  |  |
| Овес  |  |
| Рожь |  |
|  |  |

|  |  |
| --- | --- |
| **Крупа** | **Первичная обработка** |
| Переборка  | Просеивание  | Мытье | Подсушивание  | Замачивание  |
| Гречневая  |  |  |  |  |  |
| Рис  |  |  |  |  |  |
| «Геркулес» |  |  |  |  |  |
| Пшено  |  |  |  |  |  |
| Перловая  |  |  |  |  |  |
| Манная  |  |  |  |  |  |

**Инструкционная карта**

**«Приготовление вязкой пшенной каши»**

**Продукты (6 порций):**

Пшено – 300 г. (12 ст.л.)

Вода - 360 г.

Молоко – 600 г.

Сахар – 36 г. (3 ч.л.)

Масло – 90 г.

Соль – 18 г. (2 ч.л.)

Изюм - 100 г.

**Кухонная посуда:** кастрюля – 2 шт., миски.

**Кухонные инструменты и приспособления:** нож, ложка.

**План работы:**

1. Подготовить крупу: перебрать и промыть в теплой воде.

2. В кипящую воду кладут соль, сахар, засыпают крупу и варят 20 минут, часто помешивая.

3. Доливают горячее молоко и варят при слабом кипении до готовности.

4. В конце варки в кашу можно положить промытый горячим кипятком изюм.

5. Готовую кашу подают с маслом.

(Таким же образом варят молочные каши из рисовой, перловой крупы и пшенички).

**Инструкционная карта**

**«Приготовление рассыпчатой гречневой каши»**

**Продукты (6 порций):**

Гречневая крупа – 250 г. (1 стакан)

Вода - 1000 г. (4 стакана)

Масло – 90 г.

Соль – 12 г. (1 ч.л.)

**Кухонная посуда:** кастрюля, миска.

**Кухонные инструменты и приспособления:** нож, ложка, стакан.

**План работы:**

1. Подготовить крупу: перебрать, промыть.

2. Залить крупу водой, довести до кипения.

3. Довести до кипения, посолить.

4. Варить кашу на среднем огне до выкипания воды.

5. Готовую кашу подают с маслом.

**Инструкционная карта**

**«Приготовление жидкой манной каши»**

**Продукты (6 порций):**

Манка – 275 г. (11 ст.л.)

Вода - 600 г.

Молоко – 900 г.

Сахар – 54 г. (2 ст.л.)

Масло – 90 г.

Соль – 12 г. (1 ч.л.)

**Кухонная посуда:** кастрюля, миска.

**Кухонные инструменты и приспособления:** нож, ложка, сито.

**План работы:**

1. Подготовить крупу: просеять.

2. Вскипятить разбавленное водой молоко.

3. Всыпать в него тонкой струйкой крупу, тщательно размешивая.

4. Варить кашу на слабом огне в течение 10-15 минут при постоянном помешивании.

5. Готовую кашу подают с маслом.

Для получения шоколадной манной каши надо добавить в молоко разбавленный небольшим количеством воды какао-порошок.