

ПОЛЬСКАЯ КУХНЯ

На протяжении веков польская кухня находилась под влиянием региональных особенностей, а на территории Речи Посполитой проживало множество наций. В результате, чувствуется восточное (татаро-турецкие, а ранее монгольские), русинское, немецкое, французское, итальянское и еврейское кулинарное влияние.

Самые популярные польские блюда – это вареники, каша, голубцы, отбивная котлета, котлета из мясного фарша, бигос, галантин (мясное желе), свиная рулька; супы: журек, щи, куриный бульон, томатный суп, рассольник, грибной суп; блюда из капусты и картофеля, разного вида хлебные изделия (ржаной, пшеничный хлеб), пироги, овощи, фрукты (яблоки, груши, ягоды, смородина), творог, различные виды мяса (в основном свинина, домашняя птица и говядина), приготовленные разными способами, а также в меньшей мере морские и пресноводные рыбы. Особенным польским десертом является хворост, однако популярны и другие десерты, такие как рулеты с маком, сырники, пряники, дрожжевая баба, пончики.

К специфическим блюдам относятся фляки (суп из требухи), квашеные огурцы, квашеная капуста, кислое молоко, кефир, пахта.

Среди алкогольных напитков – водка, приготовленная из картофеля. Она вытеснила питьевой мед, который когда-то был популярен. В Польше хмельное пиво считается традиционным и часто употребляемым напитком, а вино, в свою очередь, пьется реже.

Популярным напитком является чай, в который часто добавляется сахар и ломтик лимона. Чай привезли из Англии, после того как в Европу его доставили голландские торговцы. Однако его распространение в XIX в. приписывается россиянам в период разделов Речи Посполитой. В то время в польских домах появились самовары из России, куда чай попал в качестве подарка царскому двору из Китая; это произошло примерно за 50 лет до распространения чая в Голландии. Популярным был также кофе: напиток, появившийся в XVIII веке, распространённый также среди нижних слоёв общества – ремесленников и богатых крестьян.

В отличие от других национальных кухонь в польской и западнославянской кухнях преобладают углеводы, то есть блюда из зерновых культур: каши, хлебобулочные изделия и различные мучные блюда: галушки, вареники, супы, соусы. Польша не только страна с преобладающим сельским хозяйством, в ней много лесных территорий (около 28% территории Польши покрыты лесами). Следовательно, польская кухня включает в себя множество блюд из доступных продуктов лесного происхождения (грибы, фрукты, орехи и травы).

Огромную роль в польской кухне играют также овощи богатые питательными веществами, которые можно хранить во время зимнего периода начиная с гороха и фасоли, и заканчивая бобом, кольраби и репой. В зимний период польская кухня обогащалась питательными орехами и желудями. Обычные в польской кухне фрукты – это яблоки и лесные фрукты, а также сливы, груши, вишня, черешня, крыжовник и смородина – данные фрукты используются при приготовлении блюд, десертов, выпечки, настоек, а также типичных для польской кухни компотов и джемов.

В польской кухне очень важным считается использование сметаны (как кислой, так и свежей), которая выступает там, где в балканской и ориентальной кухнях используется йогурт. Сметана является основой для приготовления соусов, маринадов и супов.