

Белорусская кухня

Многовековую, богатую и интересную историю имеет белорусская кухня. Издавна белорусы поддерживали тесные хозяйственно-экономические связи с русскими, поляками, украинцами, латышами и литовцами. И вполне закономерно, что белорусская кухня оказала влияние на кухни соседних народов. В свою очередь кухни этих народов в значительной мере воздействовали и на белорусскую. Об этом свидетельствуют общие названия блюд и кухонной утвари. Белорусы, как и другие славянские народы, издавна занимались земледелием. Рожь, пшеница, ячмень, овёс, гречиха, горох – древнейшие культуры, известны по материалам археологических раскопок на территории Беларуси и по древнерусским летописям. В повседневном питании белорусов использовались зерновые и овощи, выращиваемые на полях и огородах. Печёный ржаной хлеб и другие изделия из ржаной муки на протяжении многих веков занимали главенствующее место в питании населения. В древнебелорусских актах упоминаются «ладки» (оладьи). В 20-30 годы были распространены такие блюда как жур (овсяный кисель), крупник, пачона (каша из пшённой крупы). Широкое распространение в 50-х годах XX века имели заменители хлеба: сачни, драконы, скавародники (их пекли из кислого теста). Для приготовления сачней (толстых мучных блинов) использовали начинку из картофеля, яблок, вишни и т.д. Для драчон брали сыворотку или свежее молоко, а так же кленовый или берёзовый квас. Из лучших сортов пшеничной муки пекли хрусты из квашеного теста делали пироги (с грибами, капустой, яйцами, ягодами). Из мучных блюд наиболее популярными были клёцки, затёрка, кулеш.

Издавна наиболее употребляемым у белорусов мясом была свинина. Кроме свинины, в пищу шла баранина, мясо рогатого скота, а также мясо птицы, но реже. Из мясных блюд в деревнях готовили пачисто (мясо, томлёное в горшках в печи), студенину, кровянку, полендвiцу, колбасу крестьянскую.

Особенно разнообразны в Беларуси блюда из картофеля, который до сих пор называют вторым хлебом. Картофельная бабка, драники, копытка, клёцки...

В большом почете у белорусов была рыба, грибы, ягоды. Всё это употреблялось в Пост. Пили в Беларуси, как и на Руси медуху, квас, сбiтень. Наиболее простой и древний способ приготовления медового напитка – перевар меда с водой, который сливали в бочки и оставляли бродить в течении нескольких недель.

Українська кúхня

Блюда української кúхні снискали собі заслуженну славу в Росії і за рубежом. Український борщ, різні мучні изделия (пампúшки, галúшки, вареники і др.), изделия і блюда из мясных (українські колбáсы, холодні закуски, дичь, птiца і т. д.), рослинних і молочних продуктів (ряженка, сýрники), всевозможні напої из фру́ктов і меду пользуються широкою популярністю.

Но особливо популярен знаменитий український борщ, нiнє розпространений повсеместно. Для приготування его iспользуется до 20 різних продуктів, що і визначає его високі смакові якості і питательність. Борщ готується из свіжих овочей: капу́сты, свеклы, помидóров і др., заправляється толченим салом з часноком і петрушкою. Сочетання цих продуктів надає борщу удивительний аромат і смак.

Широко розпространені на Україні і різні каші: пшiнна, гречнева, вареники з начинкою из творога́, картофеля, тушеної капу́сты, лiтом — из ягод. Не менше розпространені такіе блюда, як тушене м'ясо з картофелем — жаркое (печеня), українські битки́, шпигóванні часноком і салом, буженина, тушена з капу́стой і салом і др.

Значительне місце в українській національній кулінарії iсстари займають блюда из рiбы: карась, запечiнный в сметане; рiбні крученики; карп, фарширований грибами і гречневою кашею; карп, тушений з лу́ком iли в сметане; судак, запечiнный з грибами і раками.

Українська національна кулінарія богата кушаньями, приготування котóрых по традиції приурочивалось к різним прázдникам і обрядам — свáдьбе, рожде́нню ребiнка, проходам на воєнну слúжбу і т. д. Так, блины́ из пшеничної і гречневої мукi і вареники являлись обов'язательним блюдом на масленицу.

К найбільш торжественним прázдникам пекли́ пироги́ з м'ясом і другими начинками. Обрядовим блюдом был і компóт из сухих фру́ктов — узвар.

Українські поварá бережно хранять традиції національного кулінарного мистецтва.

Китайская кúхня

Для китайця еда́ – не просто утолення голода, это скорее ритуал, священнодействие. До сих пор в Китае пожилые люди вместо привiтствия обращаются друг к другу с фразой:

«Ни чафаньла ма?» — «Вы уже поели?». А про человека, который потерял работу, говорят: «Он разбил свою чашку с рисом».

Китайские кулинары любят повторять: «Нет плохих продуктов, есть лишь плохие повара». Наверное, в этом и заключается секрет китайской кухни.

Китайская кухня очень здоровая и по своему составу. Рисовая шелуха содержит ценные вещества, моллюски, рыба и ракообразные обеспечивают организм необходимыми белком и минеральными веществами. Следующим важным компонентом питания являются бобовые, прежде всего соя. Благодаря богатому содержанию растительного белка она стимулирует умственную деятельность, возможно, поэтому китайцы опередили века во всех областях науки и искусства.

В китайской кухне каждый может найти для себя то, чего ему в данный момент хочется. Китайская кухня исходит из нескольких основных компонентов, которые всегда мелко порезаны. Варианты комбинаций 30 или 40 компонентов дают возможность приготовить тысячи блюд. И последовательность блюд там иная, чем у нас. Супы подаются как промежуточное блюдо или в заключение трапезы. Отдельные блюда подаются не одно после другого, а всё сразу, как это было принято в Европе в средние века.

Составление индивидуального меню тоже требует немалого искусства, потому что одни блюда стимулируют писательскую деятельность, слагание стихов или красноречие, другие — действуют усыпляюще или активизируют эротическое влечение. При этом чрезвычайно важна последовательность съедаемых блюд, чтобы избежать неприятных последствий для организма или дурных сновидений.

При повседневном питании, когда обед и ужин имеют примерно одинаковое значение, десерт, как правило, не подаётся. Сладкие блюда и компоты или свежие фрукты редко выполняют роль десерта, они скорее входят в состав основной части меню. Обычая подавать напитки к еде, как принято в Европе, в Китае в сущности нет, зато по ходу застолья здесь выпивают много чая.

В Китае пьют рисовое вино или рисовую водку, но большого увлечения алкоголем в Китае никогда не было. Существуют здесь и различные региональные кухни.

Испанская кухня

Испанская кухня крайне разнообразна, поскольку впитала в себя римские и мавританские традиции, французские и африканские элементы, традиционную канву

средиземноморской кухни и множество элементов, завезённых из Нового Света. Исконная же местная кухня очень проста - её основу составляют мясо и оливковое масло, шафран, перец и специи, зелень и сыр, различные изделия из муки и, конечно, вино. Тушение в вине, запекание с овечьим сыром, жарка на гриле, а также широкое применение шалфея и грецких орехов характерны практически для всей страны.

Испанию делится на восемь областей, в каждой – свои характерные блюда и напитки. На Севере расположена Страна Басков, где умеют готовить незабываемые рыбные блюда, например, треску «пиль-пиль», а также делают прекрасные сыры и сидр. Здесь развита сезонная кухня, в основе которой – традиции семейной кухни.

Ветчина и соус «чилидрон» считаются главным удовольствием в Пиренейской зоне. Каталония славится своей разнообразной кухней – попробуйте, например, жаркое касуэла, чесночный соус али-оли и копчёные колбасы фуэт.

В Центральной части вам предложат искусно приготовленное мясо. Андалусия, чья кухня впитала традиции многих народов, угостит вас вкуснейшим супом гаспачо и замечательной ветчиной. Славится Андалусия и разнообразными блюдами из свинины.

Балеарские острова порадуют вас вкусом и ароматом блюд из свинины, слоёных булочек и особой колбасы. Валенсия славится паэльей – блюдом из риса с добавлением других разнообразных ингредиентов.

Канарские острова известны своей кухней, соединившей традиции испанских, африканских и латиноамериканских поваров. Причудливые сочетания ингредиентов – отличительная черта этой кухни. Обязательно попробуйте «папас арругадас» - отварной картофель с пряным соусом мойо пико и зелёным соусом мойо верде.

Районы Ла Риоха и Наварра славятся сытной и натуральной едой. Как и во всей Испании, продукты здесь высшего качества, и в этой местности особенно сильны традиции готовить из свежих овощей и фруктов. Особенно славится фаршированный разными начинками сладкий перец и острое рагу из баранины. На десерт вам предложат фрукты в шоколаде, булочки или консервированные фрукты.

Особое место занимает Мадрид с его жареным мясом по-мадридски, треской и гороховым супом с гренками.

Британская кухня

Английский завтрак – не органический, а обычный – чаще всего состоит из поджаренного в тостере хлеба, яиц, бекона, сосисок, жаренных на гриле помидоров,

"чёрного пудинга" и фасóли. Мáксимум же презрénия вызывáет fish & chips – жáренная рýба с картошкой фри. Конечно, кусóк трéски в хрустящем кляре с горячим картофелем и гороховым пюре – не сáмое здорóвое питáние.

Про традициóнный британский воскресный обéд, вку́сный и основáтельный, мéстные жители говоря́т: Sunday roast – воскресное "запекалово". Э́то знáчит, что на столé обяза́тельно бу́дет запечённое в духо́вке мя́со. Иногда́ в воскресéнье мо́гут подáть кúрицу, но́жку ягнёнка и́ли кусóк свинины. Но национа́льная кулина́рная го́рдость – э́то рóстбиф: с о́строй горчицей и́ли хреном. Нельз́я забывáть и о дичи: "ди́кое" мя́со англичáне всегда́ счита́ли бо́лее благородным. Олень, зáйцы, пти́ца издавна бы́ли по́водом для пирúшки. И э́ту тради́цию до сих пор соблю́дают в лу́чших домо́х Лóндона и в рестора́нах.

На десéрт предло́жат пúдинг – то́лько сладковáтый. Класси́ческий вариáнт – ма́сляно-хле́бный. Яйца и молоко́ – весьма́ популярное сочетáние в английской кúхне. Завáренные на водяно́й ба́не и́ли в духо́вке с са́харом и вани́лью, он́и превраща́ются в английский крем, он же кастард.

На протя́жении нéскольких столéтий британский вы́сший свет ел исключи́тельно францу́зские блю́да. И мно́гие тради́ции, перебра́вшись че́рез Ла-Манш, крепко-на́крепко засéли в голо́вах. В ча́стности, тради́ция подава́ть сыр на десéрт.

Англи́ское чаепи́тие в до́брой ста́рой А́нглии назывáется afternoon tea, а у нас почему́-то файф-о-кло́к. Послеполúденный чай подаётся с трёх до пяти́ часо́в – с ассорти́ из сэндвичей, печёньем, пиро́жными и бу́лочками scones – скоунс. Сэндвичи – прекра́сная вещь. Сáмый наро́дный вариáнт – сэндвич с хрустя́щим жáренным бекóном.

Обы́чай улучша́ть вкус воды́ привёл к возникновéнию тради́ции произво́дства и питья́ пива. Традициóнное тёмное п́иво, ны́не общеизвёстное под назвáнием гинес, по вку́су ниско́лько не напомина́ет, к приме́ру, пильзеньское. Англичáне непло́хо разбира́ются во францу́зских ви́нах. Из крéпкого алкогóля наиболее́ да́внюю тради́цию имéет конья́к, как на́питок широ́кого потреблénия. Шотлáндское и ирлáндское ви́ски ещё́ в нача́ле прóшлого столéтия пи́ли то́лько в региóне, где его́ производ́или. Джин, котóрый náчали производ́ить, вероятно́, в эпо́ху Вельгельма III Оранского, стал на́питком масс то́лько в прóшлом ве́ке.

Балка́нская кúхня

Балка́нская кúхня в основно́м состоит из сы́тных блю́д, что объясня́ется сурóвыми зима́ми. Оди́н приё́м пи́щи мо́жет включа́ть в себя́ нéсколько крахмалосодержащих блю́д: к

примéру, варёный карто́фель и лапша́ мо́гут быть по́даны совме́стно в ка́честве гарни́ра к основно́му блю́ду, при э́том сопровожда́ясь хле́бом и́ли бу́лочками.

На Балка́нах лю́бят о́вощи, сви́нину, бара́нину, дичь, ры́бу, бры́нзу, йогурты, пряности и ра́зные припра́вы. Для пригото́вления отде́льных блюд и изде́лий из му́ки в балка́нских стра́нах, кулина́ры широ́ко употребле́ют свиной жи́р (сма́лец). Ча́сто употребле́емым компо́нентом мно́гих блюд явля́ется кайма́к.

На Балка́нах чрезвыча́йно популя́рны блю́да из мя́са, жа́ренного над древе́сными угля́ми - плескави́цы (вид котле́т) и ржани́чи (вид шашлыка́), кото́рые подаю́тся с ме́лко наре́занным ре́пчатым лу́ком. Особо́ пика́нтной припра́вой счита́ются небольшо́е стручки́ о́стро́го пе́рца.

Та́кже широ́ко предста́влены ры́бные блю́да и блю́да из проду́ктов мо́ря. Э́то жа́ренный сом, ту́не́ц в марина́де, макре́ль с гриба́ми, карп с чесно́ком, форе́ль, пригото́вленная разли́чными спо́собами, «пья́ный карп», морские́ ра́ки и мно́гое друго́е. Балка́нская ку́хня бога́та мучны́ми изде́лиями: всевозмо́жными пиро́гами, руле́тами, струделя́ми, конди́терскими изде́лиями (то́рты, пиро́жные, пече́нье)...

Неме́цкая ку́хня

Неме́цкая ку́хня отлича́ется большо́м разнообра́зием блюд из разли́чных о́вощей, сви́нины, пти́цы, ди́чи, теля́тины, говя́дины и ры́бы. Овоще́й потре́бляется о́чень мно́го, осо́бенно в отварно́м ви́де, в ка́честве гарни́ра - цветна́я капу́ста, стручки́ фасо́ли, морко́вь, красно́кочанная капу́ста и др. Чрезвыча́йно популя́рны у не́мцев бутербро́ды с разли́чными проду́ктами: ма́сло, сы́ром, колбасо́й, сырко́вой ма́ссой, ры́бой и др. В ассорти́менте заку́сок - сала́ты из о́вощей, ветчина́, колба́сные изде́лия, шпро́ты, сарди́ны, блю́да из се́льди с разли́чными со́усами, мясны́е и ры́бные сала́ты, запра́вленные майоне́зом, и т.д. Из пе́рвых блюд широ́ко распро́странены́ разли́чные бульо́ны: с яйцо́м, кле́цками, ри́сом и помидо́рами; суп-лапша́, суп-пюре́ из горо́ха, цветно́й капу́сты, кур и ди́чи. В не́которых райо́нах Герма́нии популя́рны хле́бный, пивно́й супы́. Зимой́ осо́бенно хороши́ густы́е мясны́е супы́ «айнтопфы́». Широ́кое испо́льзование колба́с, сосисо́к, сарде́лек - характе́рная осо́бенность неме́цкой ку́хни. Во все́м ми́ре все́ми изве́стны сосиски́ с туше́ной ква́шеной капу́стой. Друга́я характе́рная черта́ неме́цкой ку́хни - широ́кое приме́нение для пригото́вления второ́ых блюд натурально́го мя́са. Таковы́, наприме́р, котле́ты и шни́цели отбивны́е, филе́ по-гамбургски́, бифште́кс по-гамбургски́ и др. Не́сколько ме́ньше

используется мясо в рубленном виде. Отличительная черта немецкой кухни – это пристрастие немцев к колбасам. В Германии её готовят более 1500 различных видов, а сосиски, сардельки, колбаски входят в состав многих традиционных немецких блюд. Вспомним, хотя бы, тушёную капусту с сосисками или гороховый суп с колбасой. Надо сказать, что в немецкой кухне самое любимое мясо – свинина. Именно из неё готовят знаменитые колбасы и сосиски, которые приправляют кориандром и чесноком.

Рыба подаётся чаще всего в отварном и тушёном виде. Из сладких блюд популярны фруктовые салаты из мелко нарезанных плодов, которые посыпают сахарной пудрой и поливают фруктовыми соусами или сиропами (подают их в сильно охлаждённом виде); компоты, кисели, желе, муссы, всевозможные запеканки с фруктовыми соусами, мороженое, фрукты и обязательно натуральный кофе с молоком. Ещё одна важная составляющая немецкой кухни – хлеб. На сегодняшний день в Германии пекут более 300 сортов хлеба.

Скандинавская кухня

Практически невозможно выделить норвежскую, датскую, исландскую или шведскую кухню, так как они просто не существуют. Зато есть одна общая, объединяющая всех скандинавская кухня, хотя есть в каждой кухне этих стран и свои особенности.

Среди всех кухонь мира Дания отличается тягой к бутербродам, где их примерно 700 видов. Обычно это высокие башни с разнообразной начинкой: паштет, ветчина, рыба, бекон, креветки, колбаса, яйца, разные овощи, клубника, сыр, зелень и т.д. Это всё располагается между кусочками хлеба, а едят такие бутерброды слой за слоем. У датчан из мясных блюд популярна солёная курица с ананасом и жареная свинина с красной горячей капустой, а в качестве десерта яблочный пирог с взбитыми сливками и смородиновым желе и суп из ежевики и клубники. Деликатесом в Дании является лосось, затопленный в глиняном горшке, полным мёда.

Очень распространены в Норвегии блюда из сельдиды, приготовленной различными способами. Также в Норвегии интересен сыр – козий, темно-кремового цвета, сладкий. «Флётгрёт» – известная норвежская каша – это приготовленная на сливках пшеничная каша, которую подают с малиной.

Норвегия имеет богатые кулинарные традиции, связанные с лососем. Норвежцы, которые считают лосось лакомством, подают его по-разному: жареный, копчёный, варёный,

поджаренный на гриле, маринованный, в супе или с макаронами.

Кухня Исландии похожа на кухню своих соседей, но можно попробовать баранину, а также конину во многих ресторанах Исландии. Баранья голова, приготовленная целиком - одно из традиционных блюд.

В Швеции пользуются популярностью домашние колбасы, которые готовят из разных сортов мяса, добавляя различные специи и приправы, особенно лук, перец и тмин. Шведы очень вкусно готовят печень. Швеция богата и различными видами маринованной сельдидки. Ягодные десерты также очень популярны в этой стране. Шведский стол - именно так называют скандинавскую традицию подачи пищи, при которой множество блюд выставляются рядом и затем разбираются по тарелкам самими гостями.