реферат

**Українська національна кухня**

Запоріжжя 2005

# Українська національна кухня

Серед слов'янських кухонь українська користається широкою популярністю. Вона давно одержала поширення далеко за межами України, а деякі блюда української кухні, наприклад борщі і вареники, ввійшли в меню міжнародної кухні. Українська кухня походить від сільських страв, основою яких є злакові та овочі, такі як картопля, капуста, буряк та гриби.

Українська національна кухня склалася досить пізно, в основному до початку — середині XVIII ст., а остаточно — до початку XIX ст. Доти її з працею можна було відмежувати від родинних їй польської і білоруської кухонь. Це порозумівається тривалістю і складністю процесу формування української нації й української держави.

Власне кажучи, формування української нації почалося лише з XVII ст. і завершилося через 100 років.

Пізніше формування української кухні обумовило цілий ряд її особливостей.

По-перше, вона була створена на базі вже сформованих у кожній з регіональних частин України елементів кулінарної культури.

По-друге, незважаючи на те, що ці елементи були дуже різнорідні, унаслідок величезності території, що розкинулася від Карпат до Приазов'я і від Прип'яті до Чорного моря, розходження природних умов і історичного розвитку окремих частин її, сусідства безлічі народів (росіяни, білоруси, татари, ногайці, угорці, німці, молдавани, турки, греки), українська кухня виявилася на рідкість цільної, навіть трохи однобічної як по доборі характерної національної харчової сировини, так і по принципах його кулінарної обробки.

У третіх, у національну українську кухню не ввійшли традиції давньоруської кухні, зв'язок з який була втрачена після монголо-татарської навали. Це відрізняє українську кухню від росіянки і білоруської, де древні традиції, хоча і видозмінювалися, але, проте, зберігалися протягом багатьох століть.

Разом з тим українська кухня сприйняла деякі технологічні прийоми не тільки німецької й угорської кухні, але і татарської і турецький, по-своєму частково видозмінивши їх. Так, обсмажування продуктів у перегрітій олії, властива тюркським кухням, було перетворено в українське "смаження" (тобто пасерування овочів, що йдуть у борщі чи в другі блюда), що, наприклад, зовсім не властиво росіянки кухні.

Пельменевидне блюдо турецької кухні дюш-вара перетворилося в українські вареники, а потім у вареники з характерними національними наповнювачами — вишнями, сиром, цибулею, шкварками. З німецької кухні було сприйняте дроблення продуктів, що знайшло конкретне вираження в різних українських "січениках" — котлетоовидних блюдах з фаршів (січених, дроблених м'яса, яєць, моркви, капусти, грибів і т.п.).

Що ж стосується харчової сировини, то воно відбиралося для української кухні по контрасту зі східними кухнями. Так, наприклад, у спис "бусурманам" українське козацтво стало культивувати в XVI-XVIII ст. уживання свинячого сала. У той же час уживання яловичини, розповсюджене серед російського населення, було порівняно незначним в українців, тому що воли на Україні являли собою не продуктивний, а робітник, тяглова худоба, і їхнє м'ясо було не тільки менш смачним і більш твердим у порівнянні із свинячим, але у відомій мері вважалося і не цілком чистим.

Одночасно одержали поширення деякі іноземні продукти, наприклад рослинна олія. Вона вважалася цінніше коров'ячої олії, оскільки походила з Греції, країни, з яким українські землі були зв'язані релігійними узами. У той же час баклажани, що вживалися в турецькій кухні і прекрасно визрівали в умовах Півдня України, не знаходили вживання в українських національних блюдах як "бусурманські" блюда.

Ці принципи добору харчової сировини, загальні для всіх українців у XVII-XIX ст. незалежно від місць їхнього розселення, зробили українську кухню в підсумку разюче однакової і разом з тим неповторної, своєрідної.

Своєрідність національної української кухні виражається, по-перше, у переважному використанні таких продуктів, як свинина, сало, буряк, пшеничне борошно і деяких інших, по-друге, у таких особливостях технології готування їжі, як комбінована теплова обробка великої кількості компонентів блюда на тлі одного головного і визначального, чому класичним прикладом служить борщ, де до буряка додають ще два десятки компонентів, що не придушують буряковий смак, а лише відтіняючих і розвиваючих його.

Улюбленим і найбільш уживаним продуктом служить свиняче сало як у виді самостійної страви, головним чином в обсмаженому виді, у виді так званих шкварок, так і у виді різноманітної приправи і жирової основи найрізноманітніших блюд. Таке відношення до свинини ріднить українську кухню з кухнями західних слов'ян і угорців і сусідів українців — білорусів, однак, використання сала в українській кухні надзвичайно різноманітно.

Сало не тільки їдять сире, солоне, варене, копчене і смажене, на ньому не тільки готують, їм не тільки шпигують усяке не свиняче м'ясо, де сало відсутнє, але і використовують його навіть у солодких блюдах, сполучаючи з цукром чи патокою.

Наприклад, такий масовий кондитерський виріб, як вергуни, жарять, а вірніше обварюють чи пряжать у салі.

Українській кухні властиво і не менш рясне використання яєць, що служать не тільки і не стільки для готування самостійного блюда — різного роду "яєчень", скільки для таке ж неодмінних, як і сало, добавок у борошняні, борошно-яєчні і яєчно-фруктові (солодкі) блюда.

Дуже характерним для української кухні є достаток борошняних виробів, причому улюбленим видом тіста є прісне — просте прісне, прісне напіввитяжне, заварне прісне, прісне здобне з використанням соди як розпушувача, а для кондитерських блюд — переважно піскове. Національними блюдами є вироби з простого бездріжджового тіста: вареники, галушки, шулики, лемішки, гречаники, коржі і більш нові за часом кондитерські вироби — вергуни і ставбиці. У борошняних блюдах майже винятково використовується пшеничне борошно, рідше — гречана крупа в сполученні з пшеничної, а з круп популярністю користається пшоно, а також рис (між іншим рис за назвою "сорочинське пшоно" — перекручене сарацинське, тобто турецьке, арабське пшоно, — вживається в українській кухні з XIV ст. і занесено в неї з Заходу, через угорців, звідси зрозуміло і західна його назва "сарацинське").

Поряд з борошняними виробами важлива роль приділяється овочам. Їх вживають у виді гарнірів до жирної м'ясної їжі чи подають як самостійні блюда із салом. З овочів на першому місці коштує, звичайно, буряк, який можна вважати національним овочем і який вживають не тільки у свіжому, але й у квашеному виді. Так, із квашеного буряка готують борщі з осені до весни, тобто велику частину року.

Для української кухні характерно також уживання бобових — бобів, сочевиці й особливо квасолі (але тільки не в стручках). Бобові широко використовуються як добавки до інших овочів.

З інших овочевих і рослинних культур варто назвати моркву, гарбуз, кукурудзу, картоплю і помідори. Кукурудза, як і квасоля, частіше відіграє роль добавок. Вона одержала поширення в українській кухні вже в XVIII ст., особливо в Південній і Південно-Західній Україні. З XVIII ст. почалося і проникнення на Україну картоплі, що, однак, не придбала тут самостійного значення, як у Білорусії, і подібно іншим овочевим культурам стала використовуватися в якості, хоча і важливої, але однієї з багатьох інших "приправ" (тобто гарнірів) до других блюд. Картопля у виді пюре знайшла собі широке застосування при додаванні до пюревидних квасолі, моркви, сиру, яблукам, маку. Крім того, картопля є гарним поглиначем сала в других блюдах і сировиною для одержання крохмалю, використовуваного для готування солодких блюд, особливо рідких фруктових киселів і кондитерських виробів.

Хоча українська кухня майже остаточно склалася вже в XVIII ст., два таких характерних для неї рослинних продукту, як помідори і соняшникова олія, без яких не можна уявити собі сучасний український стіл, ввійшли в широке вживання і вплинули на меню в XIX ст. Треба сказати, що різні рослинні олії застосовувалися в українській кухні поряд із тваринним жиром (свинячим салом) здавна, і все-таки соняшникова олія одержала поширення лише в останнім сторіччі, причому майже витиснуло всі інші рослинні олії. Воно вживається нині в двох видах: олія гарячого жиму, із сильним, своєрідним, настільки улюбленим українцями запахом смажених насіннячок, і холодного жиму, найбільш відоме за межами України.

Олія гарячого жиму йде звичайно в холодні блюда — салати, вінегрети, олія холодного жиму частіше вживається для жарення, пряження, тобто для готування на ньому других гарячих блюд.

З пряностей і приправ використовуються переважно цибуля, часник, кріп, кмин, аніс, м'ята, любисток, дудник, чабер, червоний перець, із привізних пряностей — лавровий лист, чорний перець і кориця (для солодких блюд). Велику роль як приправа до м'ясних, холодних і овочевих блюд грає оцет, яким, однак, нерідко зловживають.

З фруктів і ягід, улюблених на Україні моченими, свіжими, сушеними і копчено-в'яленими, національними можна вважати вишню, сливу, грушу, смородину, кавун і в меншому ступені яблука і малину.

Поряд із фруктами сучасна українська кухня надзвичайно рясно використовує цукор і патоку й у чистому виді, і у виді складових частин узварів, варень і особливо повидла і кондитерських виробів.

Як уже було сказано, найбільш відмітною рисою технології української кухні є комбінована теплова обробка продуктів. Вона полягає в тому, що сирий продукт — будь він тваринного чи рослинного походження — спочатку піддається легкому обсмажуванню і відносно швидкому пасеруванню, чи "смаженню", як говорять українці, і тільки після цього — більш тривалій тепловій обробці, тобто варінню, чи запіканню.

З цими особливостями готування українських блюд здавна зв'язані й особливості українського посуду — казанки для варіння, сковороди для смаження — глибокі і напівглибокі, невисока глиняний посуд для наступного напівгасіння — різного роду глечики, миски, чашки, макітри.

З технологічних прийомів готування їжі звертають на себе увага шинкування, перетин і інші способи здрібнювання їжі, зокрема м'яса. Звідси наявність в українській кухні різних рулетів (завиванців), фаршированих блюд, запіканок, кручеників с м'ясними фаршами і "січеників", тобто різноманітних м'ясних блюд типу битків і котлет, запозичених з німецької кухні через польську і чеську.

Як і всяка кухня з багатим історичним минулим, українська кухня в значній мірі регіональна. Так, західноукраїнська кухня помітно відрізняється від східноукраїнської. Вплив турецької кухні на буковинську, угорської на гуцульську і росіянки на кухню Слобідської України не підлягає сумніву: найбільшою розмаїтістю відрізняється кухня Центральної України, особливо областей центра Правобережжя. Популярний на Україні борщ має масу різновидів, практично в кожній області його готують по своєму, особливому рецепті.