**История традиционной русской кухни**

«О, Светло светлая и прекрасно украшенная земля Русская! Многими красотами прославлена ты: озерами многими славишься, реками и источниками местночтимыми, горами, крутыми холмами, высокими дубравами, чистыми полями, дивными зверями, разнообразными птицами, бесчисленными городами великими, селениями славными, садами монастырскими, храмами божьими..., — писал древний летописец. — Всем ты преисполнена, земля Русская!..»

Здесь на необъятных просторах — от Белого моря на севере до Черного на юге, от Балтийского моря на западе до Тихого океана на востоке, в соседстве с другими народами живут русские — нация единая по языку, культуре и быту.

Неотъемлемой частью культуры каждого народа является кухня. Недаром этнографы начинают исследование жизни любого народа с изучения его кухни, ибо в ней в концентрированном виде отражается история, быт и нравы народа. Русская кухня в этом смысле не исключение, она так же является частью нашей культуры, нашей истории.

Первые скупые 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. Естественно, на формирование русской кухни в первую очередь самое большое влияние оказали природно-географические условия. Обилие рек, озер, лесов способствовали появлению в русской кухне большого количества блюд из рыбы, дичи, грибов, лесных ягод.

Справедливо считают, что, засеяв поле, вырастив и собрав хлеб, человек впервые приобрел Родину. На своих землях с незапамятных времен русичи выращивали рожь, овес, пшеницу, ячмень, просо, гречиху. Из них варили зерновые каши: овсяные, гречневые, полбяные, ржаные... Каша была и остается нашим национальным блюдом. Она сопровождает русского человека на протяжении всей жизни: маленьких детей кормят манной кашей, сваренной на молоке, взрослые любят гречневую кашу, кутья\* является поминальным блюдом.

Кашу считают «праматерью» хлеба. «Каша — матушка наша, а хлебец ржаной — отец наш родной» — гласит русская народная пословица.

С незапамятных времен известно на Руси пресное и кислое тесто. Из простого пресного теста делали калядки, сочни, позже лапшу, пельмени, вареники. Из кислого дрожжевого теста пекли черный ржаной хлеб, без которого и по сей день немыслим русский стол. К X веку появилась пшеничная мука, и ассортимент выпечных изделий резко увеличился, появились караваи, калачи, ковриги, пироги, блины, оладьи и прочая выпечка.

К древнейшим кушаньям нужно отнести и русские овсяные, ржаные, пшеничные кисели. Им не менее 1000 лет. История о том, как кисель спас город, занесена в летопись, известную под названием «Повесть временных лет». Вот о чем поведал летописец Нестор.

X век на Руси выдался тяжелым: шла великая беспрерывная война с кочевыми племенами, которые совершали постоянные набеги на русские земли. Однажды печенеги осадили Белгород. Долго длилась осада, и начался в городе сильный голод. Тогда собралось народное вече, и порешили горожане: лучше сдаться печенегам, чем всем умирать с голода. Но сказал один старец: «Не сдавайтесь еще три дня и сделайте то, что я вам велю». Велел старец собрать со всего города остатки овса, пшеницы и отрубей, приготовить из них цежь\*\* для варки киселя, да поискать меду и сделать из него пресладкую сыту\*\*\*. Затем приказал выкопать два колодца и поставить в них кадушки вровень с землей. В первую кадушку налили кисельный раствор, а во вторую медовый напиток. На другой день пригласили горожане нескольких печенегов и привели их к колодцам. Почерпнули ведром из первого колодца, сварили кисель, стали его есть сами, да запивать медовым напитком из второго колодца и угощать печенегов. Подивились те и решили, что кормит русских сама земля. Вернувшись, поведали печенеги своим князьям, все что было, те сняли осаду и пошли от города восвояси.

В наше время зерновые кисели практически забыты. Им на смену пришли ягодные кисели на крахмале, которые появились почти на 900 лет позже зерновых.

К X веку на Руси уже были обыденными репа, капуста, редька, горох, огурцы. Их ели сырыми, пареными, вареными, печеными, солеными, квашеными. Картофель получил распространение в России лишь в XVIII веке, а помидоры — в XIX. Вплоть до начала XIX века в русской кухне почти не было салатов. Первые салаты делали из одного какого-либо овоща, поэтому они назывались: салат капустный, огуречный или картофельный. Позднее рецептура салатов усложнилась, их стали делать из разных овощей, добавлять мясо и рыбу, появились и новые названия: «Весна», «Здоровье», «Морская жемчужина» и другие.

Жидкие горячие блюда, они тогда назывались варево, или хлебово, появились на Руси тоже в древний период: сначала уха, щи, похлебки, затирухи, болтушки, позже борщи, кальи, рассольники, затем солянки. В XIX веке жидкие горячие блюда получили общее название — супы.

Из напитков были распространены квасы, меды, всевозможные отвары из лесных трав, а также сбитни\*\*\*\*. Пряности, и притом в большом количестве, употребляли на Руси уже с XI века. Русские и заморские купцы привозили гвоздику, корицу, имбирь, кардамон, шафран, кориандр, лавровый лист, черный перец, оливковое, или, как его тогда называли, деревянное масло, лимоны и т. п. Нужно напомнить, что Русь вела обширную торговлю: на западе с варягами и немцами, на юге с греками и дунайскими болгарами, на востоке с азиатскими народами. Через Древнюю Русь пролегали Великий водный путь «из варяг в греки» и Великий шелковый путь.

Чай впервые появился в России в XVII веке. Что же касается алкогольных напитков, то в Древней Руси пили слабоалкогольные — сброженные меды и сброженные ягодные соки. Водка была впервые завезена в Россию в XV веке, но тут же была запрещена к ввозу и появилась вновь при Иване Грозном в середине XVI века, тогда же был открыт первый «царев кабак».

Своеобразие блюд русской национальной кухни обусловливалось не только набором продуктов, из которых готовили еду, но и особенностями их приготовления в русской печи. Первоначально русские печи делали без дымохода и топили «по-черному». Позднее появились печи с трубами, а затем к печам стали приращивать плиты и вделывать духовые шкафы. В русской печи готовили пищу, пекли хлеб, варили квас и пиво, на печи сушили съестные запасы. Печь обогревала жилье, на печи спали старики и дети, а в некоторых местностях в большой топке русской печи парились, как в бане.

Еда, приготовленная в русской печи, отличалась отменным вкусом. Этому способствовали форма посуды, температурный режим и равномерный нагрев со всех сторон. В русской печи пищу готовили в глиняных горшках и чугунках. Те и другие имели узкую горловину, маленькое донышко и большие выпуклые бока. Узкая горловина уменьшала испарение и контакт с воздухом, способствуя тем самым лучшему сохранению витаминов, питательных и ароматических веществ. Пища в русской печи готовилась почти без кипения благодаря тому, что температура в печи постепенно понижалась, ведь печь сначала протапливали, а затем готовили в ней. Таким образом пища в русской печи больше парилась или, как говорили прежде, томилась. Поэтому особенно вкусными получались каши, гороховые супы, щи из квашеной капусты.

Русская печь, отслужив верой и правдой не менее 3000 лет, в настоящее время полностью ушла из городского быта и постепенно уходит из сельских домов. На смену ей пришли газовые и электрические плиты, электрогрили, микроволновые печи. Блюда, приготовленные в духовке в керамической посуде под крышкой из теста, в значительной мере сохраняют вкус и аромат старинной русской кухни.

В древний период кухня высшего сословия мало чем отличалась от кухни простонародья. К XVII веку пища царской семьи, а также привилегированных сословий становилась все более изощренной, отличаясь не только количеством, но и составом, и способом подачи блюд. Нужно заметить, однако ж, что это относилось прежде всего к праздничному, парадному столу. В дни постов царская кухня по-прежнему сохраняла простонародные черты.

Особой пышностью, помпезностью и обилием блюд отличались царские пиры. Число блюд на них достигало до 150—200, увеличивались и размеры блюд, и продолжительность застолья: как правило, оно начиналось с обеда и продолжалось до глубокой ночи.

Вот как описывает А. К. Толстой в романе «Князь Серебряный» пир, устроенный Иваном Грозным для 700 опричников.

«Множество слуг, в бархатных кафтанах фиалкового цвета, с золотым шитьем, стали перед государем, поклонились ему в пояс и по два в ряд отправились за кушаньем. Вскоре они возвратились, неся сотни две жареных лебедей на золотых блюдах...

Уже более четырех часов продолжалось веселье, а стол был только во полустоле. Отличилися в этот день царские повара. Никогда так не удавались им лимонные кальи, верченые почки и караси с бараниной. Особенное удивление возбуждали исполинские рыбы, пойманные в Студеном море и присланные в Слободу из Соловецкого монастыря. Их привезли живых, в огромных бочках; путешествие продолжалось несколько недель. Рыбы эти едва умещались на серебряных и золотых тазах, которые вносили в столовую несколько человек разом. Затейливое искусство поваров выказалось тут в полном блеске. Осетры и шевриги были так надрезаны, так посажены на блюда, что походили на петухов с простертыми крыльями, на крылатых змиев с разверстыми пастями. Хороши и вкусны были также зайцы в лапше, и гости, как уже ни нагрузились, но не пропустили ни перепелов с чесночною подливкой, ни жаворонков с луком и шафраном. Но вот, по знаку стольников, убрали со столов соль, перец и уксус и сняли все мясные и рыбные яства. Слуги вышли по два в ряд и возвратились в новом убранстве. Они заменили парчовые доломаны летними кунтушами из белого аксамита с серебряным шитьем и собольею опушкой. Эта одежда была еще красивее и богаче двух первых. Убранные таким образом, они внесли в палату сахарный кремль, в пять пудов весу, и поставили его на царский стол. Кремль этот был вылит очень искусно. Зубчатые стены и башни, и даже пешие и конные люди, были тщательно отделаны. Подобные кремли, но только поменьше, пуда в три, не более, украсили другие столы. Вслед за кремлями внесли около сотни золоченых и крашеных деревьев, на которых вместо плодов висели пряники, коврижки и сладкие пирожки. В то же время явились на столах львы, орлы и всякие птицы, литые из сахара. Между городами и птицами возвышались груды яблоков, ягод и волошских орехов. Но плодов никто уже не трогал, все были сыты. Иные допивали кубки романеи, более из приличия, чем от жажды, другие дремали, облокотясь на стол; многие лежали под лавками, все без исключения распоясались и расстегнули кафтаны».

XVIII век в России ознаменовался новым этапом в развитии русского общества. Петр I не только перенес столицу ближе к Западной Европе и изменил летоисчисление, но и заставил переменить многие обычаи.

Начиная с петровских времен, русская кухня стала развиваться под значительным влиянием западно-европейской кулинарии, сначала немецкой и голландской, а позже французской.

Русская знать стала «выписывать» иностранных поваров, которые у высшего сословия полностью вытеснили русских кухарок. От западных соседей была воспринята плита вместе с кастрюлями, противнями, шумовками. Русский стол пополнился бутербродами, салатами, паштетами и бульонами, расширился ассортимент блюд, жаренных на сковородах (бифштексы, антрекоты, лангеты, котлеты), появились изысканные соусы, желе, кремы, муссы и т. д. Многие исконно русские блюда стали называться на французский манер, например, хорошо известная русская закуска из вареной картошки и свеклы с солеными огурцами стала называться винегретом от французского винэгр — уксус. Привычные русские трактиры с половыми были потеснены ресторанами с метрдотелями и официантами. В народную кухню все эти новшества внедрялись очень медленно, а многие новомодные влияния практически не затронули питание простого народа.

Нельзя не отметить, что на протяжении веков наряду с самобытными блюдами многое было заимствовано у соседей. Так, считается, что обработка зерна и дрожжевое тесто к нам пришли от скифов и из греческих колоний Причерноморья; рис, гречиха, пряности и вина — из Византии; чай, лимоны, пельмени — от восточных соседей; борщи и голубцы — от западных славян. Естественно, попав на русскую землю, иностранные блюда ассимилировались с русскими кулинарными традициями, приобрели русский колорит. Желание очистить русскую кухню от иноземных влияний так же бессмысленно, как попытка очистить русский язык от слов иностранного происхождения.

Спор о чистоте русских национальных традиций и чистоте русского языка имеет давние корни. В XVIII веке русские писатели В. К. Тредиаковский и А. П. Сумароков с негодованием встретили появление в русском языке слова суп. Сумароков писал:

«Безмозглым кажется, язык российский туп: Похлебка ли вкусняй, или вкусняя суп?».

Прошло время, и против супа теперь никто не возражает, но вызывают возражения новые, более поздние заимствования, например коктейли. Безусловно, можно заменить слово коктейль словами десертный напиток, но наша молодежь ходит в бары, собирается на вечеринки и пьет эти самые коктейли! И это в городской среде повсеместно — от Новгорода до Владивостока.

Вопрос о иностранных влияниях и заимствованиях был и остается самым спорным как в русской истории в целом, так и в истории русской кухни в частности. К месту процитировать слова академика Д. С. Лихачева: «Русская культура — открытая культура, культура добрая и смелая, все принимающая и все творчески осмысливающая».

Большое влияние на весь русский быт, в том числе и на русскую кухню, оказало принятие христианства. С распространением христианства на Руси произошло резкое разделение русского стола на постный и непостный, то есть скоромный. Соблюдение постов от 196 до 212 дней в году (в разные годы по-разному) привело к большому разнообразию мучных, овощных, грибных и рыбных блюд. Во время постов нельзя было слишком усердно развлекаться, есть мясную и молочную пищу, яйца и сахар, а в строгие посты запрещалось есть и рыбу. Посты были многодневными — Великий пост, Рождественский, в Крещенье и другие, а также однодневными — по средам и пятницам.

После постов наступали праздничные дни, дни мясоеда, и тогда постный стол сменялся скоромным. Праздничных дней было немало — от 174 до 190 в году. Можно сказать, что жизнь в России была в ожерелье праздников.

Достаток в мясной и молочной пище целиком зависел от усердия и рачительности крестьянина. Еще в начале века мясо, птицу, рыбу, дичь возили в Петербург и Москву обозами. Праздничный стол был в большинстве своем богатым и обильным. Обилие, как писал еще в конце XVIII века русский историк И. Н. Болтин, — одна из характерных особенностей русского 'стола. К праздникам стряпали всевозможные пироги, пекли блины, варили студни, жарили поросят, гусей и уток.

Древнерусский скоромный стол отличался приготовлением блюд из целой тушки птицы или животного, или большого куска мяса. Измельченное мясо применяли в основном для начинки пирогов или фарширования гусей, кур, бараньих и свиных ножек, сальников. Позже под влиянием западно-европейской кухни русский стол стал еще более разнообразным.

Известный писатель И. С. Шмелев в романе «Лето господне» так описывает постный и скоромный стол на именинах в доме своего отца: «На постное отделение стола... подавали восемь отменных перемен: бульон на живом ерше, со стерляжьими расстегаями, стерлядь паровую — «владычную», крокеточки рыбные с икрой зернистой, уху налимью, три кулебяки «на четыре угла», — и со свежими белыми грибами, и с вязигой в икре судачьей, — и из лососи «тельное», и волован-огратэ, с рисовым соусом и с икорным впеком; и заливное из осетрины, и воздушные котлетки из белужины высшего отбора, с подливкой из грибков с каперсами-оливками, под лимончиком; и паровые сиги с гарниром из рачьих шеек; и ореховый торт, и миндальный крем, облитый духовитым ромом, и ананасный маседуван какой-то, в вишнях и золотистых персиках.

...И скоромникам тоже богато подавали. Кулебяки, крокеточки, пирожки; два горячих — суп с потрохом гусиным и рассольник; рябчики заливные, отборная ветчина «Арсентьича», с Сундучного Ряда, слава на всю Москву, в зеленом ростовском горошке-молочке; жареный гусь под яблоками, с шинкованной капустой красной, с румяным пустотелым картофельцем — «пушкинским», курячьи, «пожарские» — котлеты на косточках в ажуре; ананасная, «курьевская», каша, в сливочных пеночках и орехово-фруктовой сдобе, пломбир в шампанском».

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».

Говоря о русской кухне в целом, необходимо остановиться на ее региональных особенностях. Они объясняются прежде всего различием природных зон и связанным с этим разнообразием животных и растительных продуктов.

Региональные особенности формировались также под влиянием соседних народов. Поэтому кухня новгородцев, москвичей, сибиряков-уральцев, донских и терских казаков, беломорских поморов довольно сильно отличалась одна от другой. Многое из того, что было хорошо известно и привычно в одной области, оставалось практически незнакомо за ее пределами.

Бурные события XX века, повлекшие за собой миграцию населения, развитие и широкое внедрение средств массовой информации, появление системы общественного питания с унифицированными «Сборниками рецептур» в значительной мере сгладили региональные особенности, но в известной мере и обогатили общенациональную русскую кухню. Тем не менее по-прежнему в Новгороде и Пскове варят щи со снетками, на Дону — уху с помидорами, на Севере едят оленину, а в Сибири — строганину\*\*\*\*\*.

Русская кухня прошла длительный путь своего развития. На этом пути были периоды становления, совершенствования и расцвета, но были и периоды упадка, были яркие самобытные находки, удачные заимствования, но и обидные утраты.

**Закуски**

Отличительная особенность русской кухни — обилие и разнообразие закусок. К приходу гостей как в прежние времена, так и сейчас у нас принято подавать на стол всевозможные разносолы: квашеную капусту, моченые яблоки, соленые грибы, огурцы, селедку. В гостеприимном доме хозяева встречают гостей у порога и без промедления приглашают к заранее накрытому столу.

Как на праздничном, так и на будничном столе свое постоянное место занимают всевозможные салаты. В последние годы в ресторанах и кафе в качестве закусок появились салаты-коктейли, характерной особенностью которых является тщательное измельчение всех компонентов. Это наиболее важное условие, определяющее вкус салата и способ его подачи. Салаты-коктейли подают в стеклянных, хрустальных бокалах или креманках с чайной ложечкой. Они просты в приготовлении, пикантны по вкусу и вносят определенную новизну в использование привычных продуктов. Эти качества делают салаты-коктейли вполне пригодными для домашнего стола.

Перед приготовлением любых салатов продукты непременно охлаждают.

Горячие же закуски более редки не только в домашней, но и ресторанной кухне. Лучшие из них перекочевали в разряд вторых блюд. Исключение составляют отварной картофель с маслом и жюльены, пришедшие к нам из французской кухни. Между тем горячие закуски — это лучшие закуски к горячительным напиткам.

Вкус закусок в значительной мере зависит от соусов и подливок, то есть от того, чем их заправляют. Одно и то же блюдо, заправленное по-разному, иначе и воспринимается.

С давних времен закуски, как и другие блюда, было принято украшать, или, как еще говорят, оформлять. Украшение — это, конечно же, дело вкуса, но существует одно непреложное правило: следует оформлять теми продуктами, которые входят в состав блюда. Единственное исключение составляют зелень и иногда ягоды. В общем, украшать нужно так, чтобы «слюнки текли», чтобы один только вид блюда сразу возбуждал аппетит!

Примечания

\* Кутья или кутия — каша с изюмом, медовым взваром, приготовленная из ячменя, пшеницы или риса, приносимая в церковь при поминках и подаваемая за поминальным столом, а в некоторых местностях и в рождественский сочельник.

\*\* Цежь — кисельный раствор.

\*\*\* Сыта — медовый взвар, разварной мед на воде.

\*\*\*\* Сбитень — горячий напиток на меду с пряностями.

\*\*\*\*\* Строганина - свежая замороженная рыба, которую едят без предварительно тепловой обработки