**Тема 1. Вступ. Етнічні кухні народів СНД.**

***Лекція 1***. **Загальна інформація щодо вивчення дисципліни. Етнічні кухні народів Центральної та східної Європи. ( СНД Співдру́жність Незале́жних Держа́в)**

### Мета:ознайомлення студентів з національними особливостями приготування їжі країн СНД; узагальнення і систематизування знань з теми для подальшого використання на практиці; формування наукового світогляду; активізування пізнавальної діяльності, зацікавленості до навчання, любові до професії.

**Тип заняття** повідомлення та засвоєння нових знань

**Форма**  лекція

**Обладнання** конспект лекції; завдання до виконання самостійної роботи,

**Література:**

1. Ростовський В.С. Кухні народів світу. Підручник .Кондор-Видавництво 2018 502 с
2. Сало Я. «Технологія рестораної справи», Львів,Афіша,2013 с.336
3. Машир, Н. П. Ресторанний сервіс та секрети гостинності : навч. посібник / Н. П. Машир, А. П. Пасюк. Київ : Кондор, 2014. с 392 .
4. Радченко Л. О. Особливості ресторанного сервісу. Обслуговування іноземних туристів: навчальний посібник / Л. О. Радченко, П. П. Пивоваров, О. В. Новікова, Л. Д. Льовшина, А. М. Ніколаєнко-Ломакіна. Х.: Світ книг,
5. 2012. с. 288 .
6. Ощипок І.М. Кухні народів світу: навч. посібн. / І.М. Ощипок, П.Х. Пономарьов, М.І. Філь. Львів: Видавництво “Магнолія 2006”. 248 со І. «Кухні народів світу» Львів,ПП «магнолія» 2015
7. Доцяк В.С «Українська кухня» Київ, 2014 с556
8. Михальська « Страви світової кухні» Х.: Веста,2010 с.223

***План***

*1. Об’єкт, предмет та задачі курсу. Мета вивчення дисципліни*

*2. Історія розвитку культури та традицій харчування народів світу*

*3. Особливості традицій та культури харчування народу України, Білорусії*

**№1*****Об’єкт, предмет та задачі курсу. Мета вивчення дисципліни***

**ВСТУП**

 Мистецтво приготування їжі – одне з самих древніх на планеті. Протягом віків люди, керуючись власним досвідом та набуттям попередніх поколінь, вибирали найбільш вдалі сполучення продуктів і раціональні прийоми їх приготування. Сторіччями складалися гастрономічні звички і пристрасті різних народів, що вкінець привело до створення національних кухонь, які стали невід’ємною частиною їх національної культури.

 Бурхливий розвиток туризму в останні роки зумовлює нагальну потребу більш глибокого вивчення особливостей світової національної кулінарії.

 **Метою курсу** є формування професійних знань в області національних кухонь народів різних країн світу у зв’язку з подальшим розвитком ресторанного бізнесу в цілому і, зокрема, необхідністю організації харчування закордонних туристів в Україні.

 **Предметом вивчення даної дисципліни є:**

− особливості системи харчування, перелік традиційної продовольчої сировини, способи кулінарно-технологічної обробки, що застосовуються в процесі приготування напівфабрикатів і готової до споживання їжі, в найбільш відомих національних кухнях народів світу;

− основи і особливості вживання класичних і місцевих прянощів, пряних овочів, а також соусів, приправ для утворення і покращення смако-ароматичних властивостей їжі в національних кухнях;

 − асортимент і технологія, специфіка оформлення та подання національних страв, виробів, напоїв, що притаманні національним кухням.

 Окрім всього отримані знання та практичні навички зі складання меню для харчування іноземних туристів повинні неодмінно сформувати високий професійний рівень фахівців у сфері ресторанного господарства і забезпечити відповідність роботи закладів сучасним вимогам до надання ресторанних послуг у закладах туристично-рекреаційної сфери. В той же час набута студентами обізнаність з програмних питань дисципліни "Етнічна кухня" у разі їх відповідного працевлаштування сприятиме підвищенню рівня відповідності класу та спеціалізації затребуваних сучасним споживачем та перспективних закладів ресторанного господарства етнотипу у нашій країні.

**№2 *Історія розвитку культури та традицій харчування народів світу***

 Кожен народ має свій неповторний уклад життя, свої обряди, звичаї, танці, пісні, легенди, які проявляються і в кулінарії. Гастрономічні звички, пристрасті й антипатії, способи готування їжі й прийоми подачі страв складалися в кожного народу протягом століть, і в силу цієї обставини кулінарія є об'єктом вивчення не тільки фахівців харчування, але рівною мірою й медиків (геронтологів), соціологів, етнографів, істориків, фахівців туристичного й готельно-ресторанного бізнесу.

Вихідний набір продуктів, що становлять основу тієї або іншої національної кухні, зрозуміло, цілком визначається тим, що дають природа й матеріальне виробництво (землеробство, тваринництво, різноманітні промисли), але на цій основі кожен народ має специфічні особливості, що виразилися, зокрема, у неповторному смаку або особливих присмаках страв. Так, наприклад, рис є основою харчування багатьох народів, що населяють азіатський материк, але плов, приготовлений узбецьким й індійським кухарями, сприймаються як зовсім різні страви. Коріння цих особливостей ідуть у глиб століть. У появі їх зіграли свою роль різні фактори: в одних випадках це географічне положення або економічні умови, в інші – релігійні вірування, система культових заборон, стародавні звичаї, що регламентували спосіб життя, і ін.

Незважаючи на історично сформований традиційний характер харчування, кулінарія являє собою одну з найменш ізольованих частин національної культури. Так, можна з повним правом говорити про нині сформовану сучасну вітчизняну кулінарію, що увібрала в себе все краще з кухонь народів далекого й ближнього зарубіжжя. Українські борщі й вареники, російські пироги й млинці, грузинські шашлики, вірменська толма, японські суши, швейцарське фондю, італійські карпаччо й піца, американські гамбургери, східна шаурма й багато інших національних страв давно вже стали інтернаціональними, здобувши загальне визнання.

Бурхливий ріст туризму в останні роки викликав до життя нагальну потребу глибше вивчити особливості харчування різних народів. Жителі півдня, наприклад, люблять гостру їжу, жителі півночі більш помірно вживають спеції й приправи.

Кожному туристові цікаво познайомитися з кулінарією країни, у яку він прибув. З іншого боку, ритуал гостинності в будь-якій країні обов'язково передбачає вміння хазяїв нагодувати гостя тим, що він звичайно їсть вдома.

Обслуговування іноземних гостей і туристів у ресторанах, кафе й барах має свої особливості, які пов'язані не стільки з якоюсь особливою культурою обслуговування (культура обслуговування повинна бути завжди висока), скільки з урахуванням традицій харчування різних народів. Це, до речі, і визначає рівень культури й клас підприємства.

# У кожного народу свої, історично сформовані особливості харчування. Вони пов'язані з географічним положенням, історією країни, її економікою, народними традиціями, віросповіданням.

# *Типи та асортимент страв*

**Харчування** – одна із основних життєво необхідних умов існування людини. Здоров’я людини, її працездатність і настрій, нормальний розвиток значною мірою залежать від харчування. Кількість, якість, асортимент споживаних харчових продуктів, своєчасність і регулярність приймання їжі мають важливе значення для життєдіяльності організму.

“Хороший кухар вартий лікаря”, – говорить народне прислів’я. Цими словами підкреслюється тісний зв'язок між смачно приготованою різноманітною їжею і здоров'ям людини.

В основі кожної національної кухні лежать два найголовніші фактори: набір необхідних продуктів та способи їх обробки. Географічне та кліматичне положення країни обумовлює також різноманітне використання смакових речовин в їжі. На особливості національних кухонь великий вплив зробили релігійні звичаї, культові заборони.

Відповідно до технології виготовлення та використаної сировини, холодні страви і закуски представлені в основному салатами, соусами, холодними закусками у вигляді бутербродів і різних сирів, рибними холодними закусками, м’ясними холодними закусками у вигляді ковбасних виробів, паштетів, заливними стравами, а також гастрономічними товарами та овочевими консервами.

*Салат* – поживна страва, до складу якого входять овочі (сирі і варені), зелень, фрукти або ягоди. Салати можна розділити на два види:

* + салати з сирих овочів (зеленого салату, свіжих огірків, помідорів, селери) і фруктів; ці салати подають до смаженого і вареного м'яса, домашньої птиці та риби;
	+ салати з тих же сирих і варених овочів (моркви, буряка, ріпи, картоплі, цвітної капусти, спаржі, зеленого горошку, бобів та іншої зелені), з додатком вареного або смаженого м'яса, телятини, баранини, птиці, дичини, риби, варених яєць, крабів, раків. Такі салати найчастіше подають як закуску на початку обіду або вечері.

*М’ясні холодні закуски*, як правило, представлені на столі у вигляді ковбасних виробів, копченостей (карбонад, копчені грудинка і корейка, бекон), рулетів, запеченого м’яса (буженина), м’ясних паштетів, заливних блюд (холодець, сальтисон). Так само виділяють національні м’ясні холодні закуски (в тому числі з сирого м’яса) такі як: карпаччо, бастурма, пастрома, кази.

В даний час в світі виробляється понад ста сортів різних ковбас і ковбасних виробів. У рецептуру виготовлення варених ковбас вищого сорту (теляча, аматорська, столична) входять кращі частини добірної яловичини, нежирна свинина, шпиг (твердий і напівтвердий), яловичі і свинячі мови, іноді яйця, потім перець, мускатний горіх або кардамон, а в телячу ковбасу ще й фісташки.

М’ясні паштети – вироби або блюда, приготовані з відвареного м’яса або дичини (також існують аналогічні паштети з риб і ракоподібних), перетвореного в мелений, пастоподібний стан і скомбіноване з декількох однорідних продуктів з приєднанням до них будь-якого жиру (для еластичності консистенції) і ароматизаторів (для поліпшення запаху і смаку).

*Супи або перші страви.* В залежності від технології виготовлення та температури подавання перші страви поділяють на гарячі та холодні.

В залежності від технології виготовлення та використаних продуктів поділяють на заправочні, солянки, молочні, пюревидні, прозорі, холодні та солодкі.

До заправочних супів відносять: борщ, капусняк, розсольники, юшки, супи картопляні, овочеві та грибні, молочні, з макаронними виробами.

Солянки готують (м'ясні, грибні, з птиці та дичини, з субпродуктів). Молочні супи готують з макаронними виробами, крупами, кльоцками. Супи-пюре готують з картоплі, різних овочів, свіжих грибів, птиці,

печінки, бобових тощо.

Прозорі супи це – бульйон м’ясний прозорий, бульйон з курки або індика прозорий.

Холодні супи готують на хлібному квасі та буряковому відварі. До них відносять окрошку, борщ, борщ зелений.

*Страви з круп.* Готують у вигляді каш і у вигляді виробів. Каші готують розсипчастими, в’язкими та рідкими. До виробів з каш відносять круп’яники, запіканки, пудинги, котлети та битки.

*Страви з бобових.* Готують відварними, в підливі, з тушкованими овочами, у вигляді пюре та запіканок.

*Страви з макаронних виробів.* Готують відварними та запеченими.

*Страви з яєць.* Готують відварними, смаженими, вареними на м’яко, омлети, драчена, запеченими.

*Страви з кисломолочного сиру.* Готують у вигляді сирних мас, сирників, запіканок, пудингів та кремів.

*Страви з риби, морепродуктів та раків.* Готують відварними, припущеними, тушкованими, смаженими, запеченими, котлети, страви з рибних консервів.

*Страви з м’яса та м’ясних продуктів.* Готують відварними, смаженими, тушкованими, рубленими та запеченими.

*Гарніри.* Для других страв готують відварними або смаженими. Деякі овочі припускають або тушкують, печуть бо запікають. За кількістю компонентів гарніри бувають прості та складні (3–5 компонентів).

*Підливи*. У залежності від температури подавання поділяють на гарячі та холодні. Відповідно до технології виготовлення поділяють на м'ясні червоні, білі на м'ясному бульйоні, на рибному бульйоні, молочні, сметанні, грибні, яєчно-масляні, солодкі та сиропи.

*Солодкі страви.* Поділяють на плоди і ягоди свіжі та заморожені, компоти, киселі, желе, муси, самбуки, креми та збиті вершки, суфле, пудинги, шарлотки, корзинки, морозиво, парфе заморожене.

*Напої*. Подають гарячими та холодними. Це чай, кава, какао, шоколад, молоко, кисломолочні напої, плодово-ягідні напої, соки.

*Борошняні вироби.* У кулінарії поділяють на вареники, пельмені, налисники, оладки, пиріжки печені або фритюрні з різними начинками, пампушки, ватрушки, піца, чебуреки, пироги відкриті.

*Борошняні гарніри.* Відносять кльоцки, домашня локшина, грінки, профітролі, воловани, тарталетки.

**3. Традиції та культури харчування народів України, Білорусії.**

Українська кухня має давню історію і славиться своєю різноманітністю. За попередні століття українській кухні вдалося пройти довгий, але цікавий шлях, придбавши національний колорит і зберігши існуючі традиції. Перебуваючи в близькому сусідстві з іншими народами, враховуючи їхні кулінарні пристрасті і розвиваючи власні, українцям вдалося знайти свій неповторний набір інгредієнтів, а також методи їхнього приготування. Кожному з етнографічних районів України властиві свої особливості кухні, зумовлені географічними особливостями, старовинними та релігійними звичаями, історичними причинами.

Отже, починаємо наш віртуальний дегустаційний тур з врахуванням регіональних особливостей.

*Північні області України* прославилися урожаєм картоплі, що позначилося на особливостях місцевої кухні.

*На Поліссі* одна з улюблених страв – це оладки з тертої картоплі – “деруни” (драники). Традиційно їх готували із сиром і тушкували в печі. Зараз популярні деруни з грибами, м’ясом, тертим сиром. У місті Коростені Житомирської області з цієї страви зробили бренд: тут щорічно проводять Міжнародний фестиваль дерунів, куди з’їжджаються проявити своє мистецтво кухарі з багатьох країн світу. А в парку, де проходить фестиваль, на вшанування традиційної поліської страви спорудили скульптурну композицію “Дерун”.

*У Чернігівській* області із задоволенням пригощають ситною “печенею в горщиках”, до складу якої входять картопля, квашена капуста і м’ясо. А на десерт – пиріжки з калиною, адже Чернігівщина багата на ягоди.

Ще один рецепт “печені в горщиках”, яку готують *на Сумщині,* оригінальний тим, що з картоплею закладається і м’ясо, і печінка. Усе це готується з болгарським перцем, сметаною і сиром. Ще одна варіація: м’ясо, квасоля, гриби і сметана. А борщ тут готують зі свининою і на буряковому квасі, за рецептом стародавньої слов’янської кухні.

Полікультурна столиця України багата ресторанами на різний смак. Тут можна спробувати меню багатьох країн світу. Але ми згадаємо старовинний рецепт “котлет по-київськи”: коли всередину смаженого у фритюрі курячого філе кладуть шматочок вершкового масла, сир, зелень, обмазують яйцем і панірують. Котлетка виходить на подив соковитою і смачною.

*Південь України*, де Дніпро впадає в Чорне море, – це край рибалок, які знають, як приготувати свій улов. І тому цей край радує різноманітністю рибних страв.

Згадаємо “шаланди повні кефалі”, які “в Одесу Костя приводив”… Правда, кефалі в Одесі вже не знайдеш, але ось бички, кілька та хамса не перевелися. В’ялену рибу подають до пива, зі свіжої готують биточки та “рибу-фіш”.

У *Миколаївській* області консервують “рибу по-домашньому”, додаючи томат, і варять юшку з томатним соком або томатною пастою і зі сметаною. А для гостроти – соус з подрібненого часнику, змішаного із сіллю і перцем.

*Південь України* славиться і своїми овочами. Гостру страву “баклажани по-херсонськи” готують, обсмажуючи синенькі в маслі, із солодким і гірким перцем і яблучним оцтом. Якщо Ви не любитель гострого, то для Вам запропонують баклажанну ікру. До речі, за херсонським рецептом для збереження аромату перець і баклажани не варять, а запікають.

“Лагман” – одна з найпопулярніших страв кримськотатарської кухні. Щось середнє між “першим” і “другим”: локшина, яку подають зі шматочками м’яса (як правило, яловичини), тушкованими в підливі з овочами. У класичному рецепті в ресторанах місцевої кухні локшину розкачують власноруч. А навесні, коли розпускається молоде виноградне листя, з нього готують маленькі голубці з м’ясом, які називаються “долма”. Ну і, звичайно ж, ми не мислимо собі Крим без величезних чебуреків.

Наваристий “капусняк” готували ще в Запорізькій Січі. Вариться він зі свининою – традиційно козаки “в піку бусурманам” вживали сало та свинину.

Ще одна цікава страва – “млини”. Їх готують в Приазов'ї. Це не млинці і не оладки. Дріжджове тісто тонко розкочується, зверху кладеться шар сирної начинки з маслом, а потім згортається в рулет.

*В центральні області України* варто вирушити, щоб спробувати традиційні страви, завдяки яким наша кухня є впізнаною у світі.

Як уже сказано, в Україні варять до 30 видів борщу. У черкаській області він класично наваристий, і до нього обов’язково подають ароматні булочки-пампушки з часником.

Ще одна улюблена страва центральної України – вареники. На Кіровоградщині їх готують з різними начинками: картоплею, грибами, м’ясом, печінкою, капустою. А бабусі знають особливий рецепт вареників “з таком”: для начинки сало пересмажуєтся на сковороді з борошном і цибулею. Іноді господині можуть здивувати варениками з долоню завбільшки.

З особливих м’ясних страв можна виокремити “крученики” – невеликі м’ясні рулетики з начинкою з фаршу, паштету, чорносливу з горіхами.

Вираз “полтавська галушка” настільки прижився в побуті, що так стали називати не тільки коронну страву цього регіону, але і жителів Полтавщини. І якщо у Вас в тарілці із супом плавають шматочки вареного тіста –не вірте, що це справжні галушки. “В оригіналі” вони зовсім не такі: галушки готують з начинками, і щоб у цьому переконатися, варто приїхати в Полтаву на щорічний фестиваль галушок або відвідати місцеві ресторани української кухні.

А ще місцева кухня пропонує “пундики”. Це коржі з тіста, замішаного на кефірі з яйцем, які смажать на сковороді. Вони можуть бути солоними – тоді їх смажать з цибулею або солодкими – з маком. Макові коржі готують на свято Маковея, подаючи з медом.

У Дніпропетровську люблять готувати фірмову єврейську страву – “форшмак”. Оселедець вимочується у воді з оцтом або в молоці, потім перемелюється і перемішується з вареною картоплею. Прикрасити форшмак можна яйцем і зеленою цибулею. А зі свіжої риби, виловленої в Дніпрі, готують чудову “юшку по-дніпровськи” з леком. Годиться сом або короп. Юшка вариться, як зазвичай, але вся справа – в приправі. В її ролі використовується лек – це часник, перетертий із сіллю, і заправлений жирним рибним бульйоном. Можна поливати ним рибу або додавати в юшку

– за смаком.

У багатьох регіонах історично прижилися польські страви. На Вінниччині готують “бігос” – другу страву з тушкованої кислої капусти з м’ясом і грибами. Причому м’ясо має бути різне, як на солянку: і свинина, і яловичина, і копченості, і ковбаски – чим більше, тим краще. Ще один польський гостинець – “фляки” – суп з яловичого рубця, який приправляють коренями, сиром і спеціями. Ця страва популярна також в Галичині.

Пропонуємо відвідати області Східної України – край шахтарів, і ознайомитись з традиційними стравими цього краю.

“Рульку по-донбаськи” готують кілька годин у духовці при температурі 160-180 градусів. Береться задня частина свинячої ноги, натирається сіллю і спеціями, а потім запікається в тісті або у фользі. Крім цього, на Донбасі знають близько 50 рецептів “окрошки”. Готують цей холодний суп на квасі, сироватці або навіть на мінеральній воді, присмачуючи сметаною.

Оригінальною стравою є “м’ясний рулет по-луганськи”. Фарш зі свинини і яловичини розкладають на шматку полотна, зверху – омлет і велика варена морква. Рулет згортають, щільно зав’язують і варять у підсоленій воді, потім полотно знімають, охолоджують і ріжуть на порції. З начинкою можна експериментувати.

Як тільки не варять український борщ! На Харківщині, за слобожанським рецептом кладуть квасолю і м’ясні фрикадельки, зазвичай з яловичини. Популярними є також “гречаники” (м’ясні тефтелі з гречкою, можна додати гриби).

*На Західній Україні* історично склався багатющий пласт кулінарних традицій. Щось прийшло від поляків, щось від угорців, лемків, і, звичайно, від господарів гір – гуцулів... Тут Ви зможете спробувати страви, про існування яких, ймовірно, навіть не здогадувалися. Проведемо кулінарний іспит і лікнеп!

Питання перше: чи знаєте Ви, що таке “бануш” (або банош, пишуть по- різному)? На Прикарпатті, на вогні з димком, варять густу кашу з кукурудзяної крупи, приправлену сметаною, а ще краще вершками з полонинською бринзою. Додавання апетитної смажки з копченого сала робить страву ще смачнішою. В приготуванні наїдку є низка тонкощів- хитрощів. По-перше, сметана чи вершки повинні бути свіжозібрані, а мішати страву під час приготування необхідно лише в один бік та виключно дерев’яною лопаткою. Традиційний карпатський бануш гуцули називають вічним двигуном, тому що ця калорійна та ситна страва здатна надовго зарядити енергією.

Маленькі “гуцульські голубці” є справжнім витвором кулінарного мистецтва. Готують їх з “крижівок” – квашених качанів капусти. Для пом’якшення смаку роз’єднані капустяні листки проварюють та начиняють переважно кукурудзяною крупою грубого помелу з додаванням сала чи м’яса. Сформовані голубці складаються в чавунний посуд та готують в духовці. Смак запечених голубців чудово прикрашає цибулька з салом та домашня сметана.

Карпати – край білих грибів, і на Буковині, а також на Закарпатті і Прикарпатті, вміють варити смачну “грибну юшку” зі сметаною.

Питання друге: що таке “чинахи”? Це буковинська страва на зразок печені. Шарами викласти картоплю, квасолю і копчені реберця з цибулею. Потім заливається водою і тушиться або в духовці в горщику.

У Чернівецькій області також варто спробувати смачну домашню бринзу з овечого молока і традиційну їжу гуцулів – кукурудзяну кашу “мамалигу”. Класично вона вариться на овечому молоці, щедро присмачується маслом. У застиглому вигляді місцеві жителі можуть вживати мамалигу замість хліба.

Питання третє: як готують “бограч” на Закарпатті? Страва ця прийшла з угорської кухні. Береться гуляш, причому м’ясо має бути різних видів. В оригінальному рецепті все вариться в казанку на вогні і приправляється коренями, карпатськими травами і мадярською паприкою. А завиванцями на Закарпатті називають і великі м’ясні рулети, і маленькі рулетики. Маленькі “завиванці по-ужгородськи” готуються з тонких шматків яловичини, на які розкладається суміш дрібно нарізаних варених яєць, солоного огірка, шпика і сирої тертої картоплі. Рулетик скріплюють ниткою, спочатку обсмажують, а потім тушкують.

Питання четверте: що таке мазурики? Щоб дізнатися і спробувати, вирушаємо у Волинську область. Західна Україна славиться різноманіттям домашніх ковбас. “Мазурики по-волинськи” – це домашні ковбаски з індички з вершковим маслом і сиром всередині. Крім того, радимо спробувати в цьому регіоні “поліські вергуни” – це делікатні вироби з тіста, які смажать в олії.

Питання п’яте: Ви куштували справжні струдлі? І чим же “галицький сирник” відрізняється від звичних для нас сирників? Чудові “віденські рулети

струдлі” добре готують у Львові. Вони можуть бути як солоні (із сиром, беконом), так і солодкі (із сиром, яблуками). А галицький сирник – симфонія кулінарного мистецтва. Приготування сирної маси, яка викладається на пісочне тісто – це цілий ритуал. Потім сирник повинен деньок відстоятися в холодильнику... Сирником з чашкою ароматної кави можна посмакувати в затишних кафе Львова.

Питання шосте: що таке “мацик”? Так називається на Рівненщині в’ялене м’ясо в кендюсі – вичиненому свинячому шлунку. Як уже сказано, Західна Україна – край домашніх ковбас, і тут вміють їх готувати. На Рівненщині популярні також “картопляники” (або зрази). У тісто з м’ятої вареної картоплі кладуть різні начинки – грибну, м’ясну, яйце з цибулею, потім обсмажують на сковороді.

Питання сьоме, що таке “мачанка”? Це лемківський густий суп з м’ясом, засмажкою з борошна, цибулі, меленого солодкого перцю. Готують його на Тернопільщині. Різновид мачанки – грибна, щедро приправлена сметаною. А якщо гриби подрібнити, то це хороший соус до вареників. А ще на перше тут подають наваристу “кулешу” з пшона зі шкварками.

Питання восьме: що таке “ведерей”? Вирушаємо за відповіддю у Хмельницьку область. Виявляється, це картопляна ковбаса: начиняють свинячі кишки тертою сирою картоплею, змазують зверху смальцем, запікають у печі.

Крім того, на Хмельниччині готують чудові ковбаси та м’ясні рулети – їх запікають до золотистої скоринки і подають з різними гарнірами.

Таким чином, українці, як справжні любителі смачної їжі зробили величезний внесок у світову кулінарію.

**Національна кухня Білорусі** формувалася протягом багатьох століть. Сусідство з такими країнами як Польща, Росія, Україна, Литва – справило величезний вплив на кухню цієї країни. Існує стереотип, що картопля в Білорусії – другий хліб. Повірте, це далеко не так. І хоча картопля широко використовується для приготування різних страв, кухня Білорусії є набагато різноманітнішою. Увібравши в себе кращі кулінарні традиції слов’ян, європейців, євреїв, скандинавів, місцева кухня вражає своїм неповторним колоритом і самобутністю.

Але чи будемо заперечувати вже сформовану думку, що картопля – це основний овоч в національній кухні Білорусії? Мабуть, ні в одній країні світу Ви не знайдете такої кількості страв з картоплі. Білоруси дуже шанобливо ставляться до картоплі і змогли знайти для нього саме гідне застосування. Для чого тільки не використовують картоплю – її варять, смажать, печуть, тушать, комбінують з рибою, м’ясом і овочами, додають в салати ... Обов’язково варто покуштувати: “білоруські драники”, “картопляну запіканку”, “колдуни”, “поливу”, “копитко”, “кльоцки”, “бабку”. Всі картопляні блюда перерахувати неможливо, але, страви з цього диво-овоча, мають відмінний і неповторний смак. Велика кількість лісів і різноманітність звірів, які там водяться, зумовило широке застосування м’яса в національній кухні. Крім того, білоруси завжди розводили свиней, кіз, корів, овець, свійську птицю. Тому кількість м’ясних страв не поступається картопляним. Найпоширеніші і популярні це:

* + “вендляніна” – копчене і в’ялене м’ясо;
	+ “бігус” – тушковане м’ясо з капустою;
	+ “смажня” – м’ясний пиріг;
	+ “чаклуни” – великі пельмені;
	+ “пячисти” – запечена великими шматками, нежирна свинина або баранина;
	+ “кишка” і “киндюк” – білоруські ковбаски.

Не менш визнаними є й інші м’ясні делікатеси – “мачанка”, “сальтисон”, “зрази”, “полендвіца”, “шкварки”.

Як і в багатьох слов’янських кухнях, в білоруському меню обов’язково присутні перші страви. Бувають вони холодними і гарячими. З холодних заслуговує на увагу “хладнік” – суп з молодого буряка, огірків, цибулі, яєць, з додаванням селери, кропу, червоного перцю, коріандру; “грибний квас” – суп на основі хлібного квасу з білими грибами, цибулею, петрушкою, селерою, перцем і коріандром. З гарячих супів вирізняється специфічний суп “жур”. Він буває пісний, молочний, з вяндляніною. Інші, не менш смачні, супи: “грижанка”, “гарбузок”, “поливка”, “крупеня”.

Білоруські річки багаті рибою, тому з давніх часів рибу тут варили, смажили, сушили, солили і в’ялили.

Крім того, багата національна кухня Білорусії стравами з овочів. Білоруські господині часто використовують брукву, огірки, помідори, буряк, капусту, моркву. У великій пошані також гриби. Їх сушать, солять, маринують, смажать. Доповнюють білоруську кухню лісові ягоди: журавлина, брусниця, лохина, суниця, чорниця, малина ... Такій різноманітності може позаздрити будь-яка європейська кухня.

З безалкогольних напоїв в Білорусії популярні: березовий сік (берька), кленовий сік (кляновік), медуха, яблучний квас, грушевий квас, сливовий квас, компот з ягід і фруктів. З алкогольних: пиво, вино, шампанське, в основному імпортного виробництва. А найвідоміші спиртні напої – це крамбамбуля (настоянка на меду і прянощах), білоруський бальзам і горілка.