

А.И. Титюнник, Ю.М. Новоженков

Советская национальная и зарубежная кухня

**Москва
«Книга по Требованию»**

УДК 37-053.2
ББК 74.27я7
А11

А11 **А.И. Титюнник**
Советская национальная и зарубежная кухня / А.И. Титюнник, Ю.М. Новоже-
нов – М.: Книга по Требованию, 2021. – 381 с.

ISBN 978-5-458-25904-0

В пособии раскрываются особенности национальной кухни Советского Союза и различных стран мира, приводятся рецепты изготовления холодных, горячих и сладких блюд, а также напитков. Пособие предназначено для учащихся профтехучилищ, готовящих поваров, работников общественного питания, подготавливаемых на производстве.

ISBN 978-5-458-25904-0

© Издание на русском языке, оформление
«YOYO Media», 2021

© Издание на русском языке, оцифровка,
«Книга по Требованию», 2021

Эта книга является репринтом оригинала, который мы создали специально для Вас, используя запатентованные технологии производства репринтных книг и печати по требованию.

Сначала мы отсканировали каждую страницу оригинала этой редкой книги на профессиональном оборудовании. Затем с помощью специально разработанных программ мы произвели очистку изображения от пятен, клякс, перегибов и попытались отбелить и выровнять каждую страницу книги. К сожалению, некоторые страницы нельзя вернуть в изначальное состояние, и если их было трудно читать в оригинале, то даже при цифровой реставрации их невозможно улучшить.

Разумеется, автоматизированная программная обработка репринтных книг – не самое лучшее решение для восстановления текста в его первозданном виде, однако, наша цель – вернуть читателю точную копию книги, которой может быть несколько веков.

Поэтому мы предупреждаем о возможных погрешностях восстановленного репринтного издания. В издании могут отсутствовать одна или несколько страниц текста, могут встретиться невыводимые пятна и кляксы, надписи на полях или подчеркивания в тексте, нечитаемые фрагменты текста или загибы страниц. Покупать или не покупать подобные издания – решать Вам, мы же делаем все возможное, чтобы редкие и ценные книги, еще недавно утраченные и несправедливо забытые, вновь стали доступными для всех читателей.



Серия Книжный Ренессанс

www.samizday.ru/reprint

ВВЕДЕНИЕ

Научно-технический прогресс, рост населения городов, улучшение условий жизни в сельской местности, изменения условий труда и быта, участие женщин в производственной жизни общества повышают социальное значение общественного питания.

В «Основных направлениях развития народного хозяйства СССР на 1976—1980 годы» намечено «обеспечить дальнейшее развитие общественного питания, оснащение его предприятий современным оборудованием, снабжение их полуфабрикатами промышленного производства. Расширять ассортимент, повышать качество продукции и культуру обслуживания. Улучшить организацию общественного питания на предприятиях, а также диетического питания»¹.

Питание — одно из главных условий существования человека. Количество, качество, ассортимент потребляемых пищевых продуктов, своевременность и регулярность приема пищи решающим образом влияют на жизнедеятельность организма. Вот почему искусство приготовления пищи (кулинария) является одной из самых древних областей человеческой деятельности, ведущей свое происхождение от первобытных людей. Постоянно общаясь с окружающей природой, человек направил свои первые трудовые усилия на добычу и производство продуктов питания.

Для добычи пищи первобытные люди объединялись в племена, сообща охотились, занимались земледелием. Сходные условия жизни, общение людей между собой привели к созданию сходных форм материальной и духовной культуры: построек и очагов, одежды, посуды, утвари, пищи, обычаев и верований.

Гастрономические привычки и пристрастия каждого народа складывались на протяжении многих веков. Постепенно создались национальные кухни, являющиеся неотъемлемой частью всякой национальной культуры. Сегодня у каждого народа есть своя национальная кулинария, для которой характерны свои, отличные от других, национальные блюда.

¹ Материалы XXV съезда КПСС. М., Политиздат, 1976, с. 219.

личных государств. Достаточно сказать, что только в 1976 г. в Советском Союзе побывало около 4 млн. зарубежных гостей.

Бурное развитие туризма в последние годы вызвало необходимость изучения особенностей питания разных народов. Нашим кулинарам необходимо знать характерные черты этого питания, уметь готовить блюда зарубежных кухонь, правильно подавать их, квалифицированно включать в меню блюда русской, украинской, грузинской и других кухонь народов СССР.

В настоящем учебном пособии дается краткая характеристика национальных кухонь народов Советского Союза и зарубежных стран, приводится технология приготовления и рецептура наиболее характерных и распространенных блюд народов СССР, Европы, Азии, Африки и Южной Америки.

В пособии приведены присущие каждой национальной кухне сочетания продуктов, приемы их первичной и тепловой обработки, особенности заправки блюд пряностями, приправами, специями и их дозировка; своеобразные сочетания продуктов с соусами и гарнирами; способы оформления и подачи блюд.

В конце каждой главы даны рекомендации о приеме иностранных туристов, советы, в какое время и какие блюда из разнообразной отечественной кухни можно предложить гостям, не вызывая отвращения к еде, а, наоборот, подчеркивая родство народов, их обычаев и привычек.

При составлении пособия были использованы действующий «Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания» (М., Госторгиздат, 1955), сборники рецептов и технология приготовления национальных блюд, утвержденные кулинарными советами министерств торговли союзных республик, а также рецептуры и технология, предоставленные польскими, венгерскими, немецкими, болгарскими кулинарами, и другие источники.

Нормы вложения продуктов во всех рецептурах даются весом брутто и рассчитаны на кондиционное сырье, отвечающее требованиям действующих ГОСТов и технических условий. Нормы отходов при первичной и нормы потерь при тепловой обработке продуктов даются по «Сборнику норм отходов и потерь при холодной и тепловой обработке и расхода сырья при изготовлении продукции на предприятиях общественного питания» (М., «Экономнка», 1975).



КУХНЯ НАРОДОВ СССР



РУССКАЯ
УКРАИНСКАЯ
БЕЛОРУССКАЯ
МОЛДАВСКАЯ
ГРУЗИНСКАЯ
АРМЯНСКАЯ
АЗЕРБАЙДЖАНСКАЯ
КАЗАХСКАЯ
УЗБЕКСКАЯ
КИРГИЗСКАЯ
ТАДЖИКСКАЯ
ТУРКМЕНСКАЯ
ЛИТОВСКАЯ
ЛАТВИЙСКАЯ
ЭСТОНСКАЯ



Русская кулинария самобытна и своеобразна. Как и всякая другая национальная кухня, она сложилась под влиянием различных природных, социальных, экономических и исторических факторов. Главной особенностью русской национальной кухни является обилие и разнообразие продуктов, используемых для приготовления блюд.

С незапамятных времен русские люди занимались хлебопашеством, выращивали рожь, ячмень, пшеницу, овес, просо, раньше многих других народов Европы и Азии они открыли секрет изготовления дрожжевого теста. Вот почему для русской кулинарии характерно обилие выпечных изделий: всевозможных пирогов и пирожков, кулебяк, калачей, пышек, шанежек, расстегаев, оладий, блинов, сочней и др. Более скромное место занимают изделия из пресного теста. Из него в настоящее время готовят главным образом пельмени, блинчатые пироги, вареники, блинчики, лапшу.

Кроме изделий из муки, для традиционной русской кухни характерен также широкий ассортимент блюд из различных круп: каши, запеканки, крупеники. Причем национальное русское кулинарное искусство за многие века своего развития сумело создать замечательные образцы сочетания круп с другими продуктами — овощами, молоком, творогом, яйцами, рыбой и т. д.

Обилие в русской кухне холодных овощных закусок, первых и вторых блюд, в которых используются овощи, — свидетельство того, что в России с древнейших времен занимались возделыванием не только зерновых, но и огородных культур. Среди них одно из первых мест по своему значению занимает капуста. Хотя капуста впервые упоминается в летописях XI—XII вв., на Руси она была известна и использовалась гораздо раньше и особенно широко применялась для

приготовления различных закусок, первых и вторых блюд, начинок для пирогов.

В состав многих кушаний входит и другой популярный овощ — огурец, о котором упоминается еще в «Домострое».

Не менее распространенными овощами в Древней Руси были репа, брюква и редька, причем блюда из последней сохранили свою популярность и до наших дней.

С течением времени в русской национальной кухне стали широко использоваться и другие виды овощей — тыква, кабачки, баклажаны, салат. В XVIII в. особую популярность приобрел картофель, в XIX в. — помидоры. Одновременно с овощами выращивались и фрукты, особенно яблоки и груши, которые использовались для приготовления квасов и консервирования. Нельзя не отметить такую характерную для русского стола, замечательную по своему вкусу закуску, как моченые яблоки.

Наряду с хлебопашеством русские люди занимались скотоводством, охотой и рыболовством, поэтому с глубокой древности они употребляли в пищу мясо крупного рогатого скота, свиней, овец, коз, домашней птицы — гусей, кур, уток, дичь. Характерно для русской кухни и использование продуктов животноводства — молока, творога, сливок и особенно сметаны.

Важнейшим условием использования в русской национальной кулинарии широкого ассортимента продуктов являются природные богатства нашей страны. Огромные лесные массивы явились источником дичи (рябчиков, зайцев, диких уток и гусей, тетеревов) и других даров природы: грибов, меда, орехов, клюквы, брусники.

Обилие рек, внутренних и внешних водоемов, богатых всевозможной рыбой, позволило создать большое количество рецептов рыбных блюд и закусок из свежей, вяленой, соленой и копченой рыбы.

Второй отличительной особенностью русской национальной кулинарии является разнообразие приемов тепловой обработки продуктов. Из них наибольшее распространение получили варка, тушение, запекание и выпекание.

Наряду с ними русские люди с давних пор использовали и другие приемы: жарку во фритюре (пряжение), на решетке, вертеле, сковороде.

Большое влияние на тепловую обработку продуктов оказал особый кухонный очаг — русская печь, которая существует уже около 4 тыс. лет. Причина долговечности русской печи в ее универсальности. Русская печь отапливала жилище, в ней готовили пищу, выпекали хлеб, варили пиво и квас, сушили продукты и одежду и даже мылись. Недаром русская печь так часто упоминается в русском фольклоре.

Русская печь потребовала создания посуды особой формы, вначале керамической (славянские горшки), а затем и металлической (чугуны). Дело в том, что посуда в ней нагревалась больше с боков, поэтому она должна была иметь большую боковую поверхность. Кроме того, посуду такой формы удобнее было доставать из печи рогачом или ухватом. Приготовленные в русской печи кушанья отличались особым вкусом и ароматом. Русская печь определила и своеобразные приемы

жаренья гусей, уток, кур, поросят — тушками, а мяса — крупными кусками, запекание окорока целиком и некоторые другие.

Начиная с XVIII в. русская печь постепенно начинает уступать место огневой плите, а горшок — наплитной посуде. Тем не менее во многих местах она сохранилась до наших дней.

В настоящее время предприятия общественного питания, специализирующиеся на приготовлении блюд русской национальной кухни, с успехом используют традиционные методы тепловой обработки. Во многих ресторанах щи суточные, щи невские, мясо тушеное с овощами (духовое) готовятся в глиняных горшочках в жарочных шкафах. Особенно вкусными получаются приготовленные в духовках и жарочных шкафах каша гречневая, пшенная, каша с молоком и тыквой, овощные запеканки, крупеники, лец, запеченный с гречневой кашей, биточки, запеченные в сметане, солянка, борщ московский.

И наконец, третья особенность русской кухни заключается в том, что, используя различные продукты, народные кулинары создали целые группы своеобразных блюд, принесших нашей национальной кухне заслуженную славу во всем мире. О некоторых из них мы уже упоминали. Это выпечные изделия из дрожжевого теста, изделия из крупы и рыбы. Ни в одной кухне мира нет такого широкого ассортимента рыбных, мясных и овощных закусок и холодных блюд. Кстати, русское слово «закуска» прочно закрепилось и в некоторых иностранных кухнях.

С глубокой древности и до наших дней сохранился чрезвычайно богатый, всегда восхищавший иностранцев, ассортимент первых блюд, и в частности заправочных супов (щей, борщей, рассольников, солянок и др.). Одних только щей в русской кухне насчитывается свыше 60 видов. Среди них щи кислые с мясом, рыбой, головизной, грибами, сметками, щи суточные, ленивые, щи зеленые, щи из крапивы с говядиной и т. д. Значительное место в русской кухне занимают также разнообразные борщи (московский, ленинградский, борщ с грибами и черносливом, борщ сибирский и др.), рыбные и мясные солянки, уха и т. д. Чрезвычайно своеобразна и группа холодных супов на квасе и свекольном отваре: окрошки, свекольники, ботвиньи.

Для русской кулинарии характерны также блюда из субпродуктов — студни, блюда из печени, языка, почек, использование таких приностей, как петрушка, укроп, лавровый лист, лук, чеснок, сельдерей, хрен, горчица.

Из сладких блюд и напитков распространены кисели, преимущественно густые, компоты, квасы, морсы и некоторые другие.

Разумеется, русская кухня развивалась не обособленно. На ее формирование влияли обширные связи и культурный обмен России с другими народами. Так, благодаря торговле с Византией в русской кухне появились приности, рис, приправы, гречневая крупа. Большое влияние оказали западные славяне, от которых в русскую кухню перешли зразы, борщи, голубцы и другие блюда, от восточных соседей — чай и пельмени.

С появлением в эпоху Петра I нового вида очага и наплитной посуды в русской кухне расширился ассортимент блюд жареных на сковороде

(бифштексы, лангеты, шницели), которые были завезены в Россию из Германии и Голландии. В XIX в. на русскую ресторанный кухню оказала значительное влияние французская кухня, из которой были заимствованы различные соусы, прозрачные бульоны, слоеное тесто.

В то же время и русская кулинария оказала значительное влияние на развитие европейской кухни. Достаточно сказать, что во Франции начали применяться русские закуски, русская последовательность подачи блюд и многое другое. Следует также подчеркнуть, что, заимствуя блюда, русские люди применяли свою технологию их приготовления, и поэтому многие кушанья приобрели у нас свой особый вкус и характерные привкусы. Вот почему русская кулинария всегда оставалась и остается самобытной и оригинальной.

Говоря об особенностях русской кухни, следует отметить, что ее нельзя делить на старинную и современную. В процессе исторического развития меняется рацион питания, появляются новые продукты, новые блюда. Это особенно заметно на примере нашей страны. Сравнительно недавно появившиеся картофель и помидоры заняли прочное место в русской кухне. Без них невозможно теперь приготовление многих блюд.

Особенно изменился характер русской кухни после Великой Октябрьской социалистической революции. Благодаря развитию пищевой промышленности, освоению новых районов рыболовства, росту производства продуктов сельского хозяйства и животноводства, внедрению холодильной техники ассортимент блюд русской кухни значительно расширился. Сейчас трудно представить русскую кулинарию без шпрот и сардин, фаршированного перца и зеленого горошка, сосисок и сарделек, которые служат основой многих блюд или входят в них в качестве составной части. В то же время исчезли навсегда малоизвестные блюда, названия которых сохранились лишь в литературе (тюря, затирка, няня).

В наши дни, когда значительно расширились экономические, политические, культурные связи нашей страны с другими странами, возрос интерес к русской национальной кухне. Это возлагает большую ответственность на кулинаров, от которых в конечном счете зависят ассортимент и качество блюд, составляющих гордость русской кухни и принеших ей мировую славу.

ХОЛОДНЫЕ БЛЮДА И ЗАКУСКИ

1. Салат зеленый в сметане с яйцом. Промытые листья салата крупно нарезают, заправляют сметаной, рублеными яйцами, сахаром, солью, лимонным соком, аккуратно перемешивают и укладывают в салатник. Перед подачей оформляют листьями салата, посыпают укропом.

Салат зеленый 153, яйцо $\frac{1}{2}$ ¹, сметана 40, сахар 3, сок лимонный 5, укроп 3.
Выход 165.

¹ Здесь и далее норма закладки яиц приведена в штуках.

2. Салат из свежих помидоров с огурцами. Помидоры и огурцы нарезают тонкими кружочками. В салатник укладывают рядами помидоры, с двух сторон — огурцы. Между рядами укладывают нарезанный зеленый лук. Лук репчатый нарезают кольцами. Поливают сметаной или салатной заправкой, оформляют листьями салата, посыпают мелконарезанной зеленью укропа и петрушки.

Помидоры 91, огурцы 63, лук зеленый 25, заправка салатная или сметана 50, соль, перец, укроп 3.

Выход 200.

3. Редька с маслом или сметаной. Очищенную редьку натирают на терке или тонко шинкуют, укладывают в салатник, заправляют растительным маслом, солью и уксусом или сметаной. Оформляют блюдо зеленым салатом и посыпают зеленью петрушки или укропа.

Редька 115, сметана 30, масло растительное 10, уксус 3%-ный 3, салат 5, зелень 3, соль.

Выход 130 с маслом; 150 со сметаной.

4. Салат витаминный. Капусту, морковь, зеленый лук и яблоки шинкуют и заправляют соком лимона, растительным маслом, сахаром, вином. Размешав овощи, кладут их в салатник, оформляют теми же овощами, сверху поливают сметаной. Можно добавить консервированные абрикосы.

Капуста 25, морковь 19, лук зеленый 6, яблоки 28, компот абрикосовый консервированный 20, лимон для сока 12, масло растительное 3, сметана 15, сахар 5, мадера 2.

Выход 110.

5. Винегрет с грибами. Вареные картофель, свеклу, морковь и огурцы нарезают тонкими ломтиками. Лук зеленый или репчатый шинкуют. Можно добавить квашеную капусту. Заправляют овощи растительным маслом, уксусом, солью, перцем, горчицей и перемешивают. Винегрет можно заправить майонезом с добавлением соуса «Южного». В заправленный овощной винегрет добавляют нашинкованные соленые или маринованные грибы (белые, грузди, рыжики). Подают винегрет в салатнике, оформляют листьями салата, кольцами репчатого лука, зеленью.

Морковь 126, свекла 192, картофель 275, огурцы 167, капуста квашеная 215, лук зеленый 188, салат 25, уксус 3%-ный 50, масло растительное 50, сахар 4, горчица, перец, соль, грибы соленые 306.

Выход 1250.

6. Салат из цветной капусты с овощами и фруктами. Охлажденную вареную цветную капусту разделяют на кочешки, соединяют с тонконарезанными ломтиками помидоров, огурцов, яблок и листьев салата, добавляют крыжовник или виноград. Заправляют салатной заправкой, смешанной с майонезом. Украшают листьями салата.

Капуста цветная вареная 73, помидоры 47, огурцы свежие 38, яблоки 51, виноград 31, салат зеленый 15, заправка салатная или майонез 50, специи.

Выход 250.

7. Икра грибная. Замоченные сушеные грибы варят и вместе с соевыми грибами мелко рубят, затем жарят вместе с рубленным луком на растительном масле в течение 15—20 мин. Заправляют уксусом, солью, перцем и охлаждают. Перед подачей посыпают зеленым луком.

Грибы сухие 100, грибы соевые 933, лук зеленый 63, лук репчатый 239, масло растительное 100, уксус 3%-ный 15, сахар 10.
Выход 1000.

8. Салат картофельный с грибами. Вареный картофель, грибы соевые или маринованные нарезают тонкими ломтиками, лук зеленый или репчатый шинкуют, добавляют соевые огурцы, нарезанные ломтиками, и квашеную капусту, все хорошо перемешивают и заправляют сметаной, салатной заправкой или майонезом. Подают в салатнике, сверху посыпают зеленью.

Картофель вареный 619, грибы соевые или маринованные 183, лук зеленый 125 или репчатый 119, огурцы соевые 188 или капуста квашеная 214, майонез или сметана 150.
Выход 1000.

9. Салат столичный. Салат столичный готовится с птицей или дичью. Для этого мясо вареной птицы, вареный картофель, очищенные огурцы нарезают мелкими ломтиками, заправляют майонезом с добавлением соуса «Южный» и укладывают в салатник. Оформляют листьями салата, яйцом, мясом птицы и крабами.

Куры полупотрошенные 224, картофель 82, огурцы 50, салат зеленый 14, шейки раковые или крабы 10, яйцо 1, соус «Южный» 15, майонез 70.
Выход 300.

10. Салат деликатесный рыбный. Для приготовления рыбного салата можно использовать любую рыбу, не имеющую мелких костей. Вареные картофель, морковь и сырые овощи (огурцы, помидоры) нарезают тонкими ломтиками, добавляют зеленый горошек. Часть овощей и рыбы заправляют майонезом и укладывают в салатник горкой, вокруг которой укладывают длинные ломтики рыбы, а кругом «букетами» оставшиеся овощи и кочешки цветной капусты, незаправленные соусом. Салат оформляют зеленью. Перед подачей овощи, незаправленные майонезом, поливают заправкой.

Рыба (филе) частиковых пород 91 или осетровых пород 90, картофель 55, огурцы 38, помидоры 35, морковь 31, горошек 23, капуста цветная 36, фасоль стручковая 26, майонез 40, заправка 20, соус «Южный» 5, соль, перец, зелень 10.
Выход 300.

11. Салат из крабов. Вареные картофель, морковь, цветную капусту режут тонкими ломтиками или мелкими кубиками, добавляют нарезанные огурцы, помидоры, зеленый горошек и перемешивают с крабами (часть которых — шейки — оставляют на оформление) и заправляют майонезом.

Салат из крабов оформляют так же, как салат рыбный деликатесный.