

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад №2 «Казачок» муниципального образования Абинский район

Традиционная казачья кухня

Старший воспитатель Е.Ю. Малюк



Кубань – российская житница, в наших благодатных климатических условиях и на наших плодородных землях возрождаются традиции казачества. Неразрывно с историей земли Кубанской, казачьей историей связаны и кулинарные традиции.

«Хлеб да вода – казацкая еда»

Эта народная мудрость говорит о том, что еда у казаков была простой, так как в военных походах они могли приготовить себе пищу из таких продуктов, которые было удобно брать с собой и они быстро готовились





Историки отмечают, что именно такая незамысловатая пища, как каша, сало, отварное мясо, масло и сыр придавала доблестным казакам сил и энергии в сражениях.

ПРОСТО УХА...

В походах казаки ели три раза в день и обязательно на костре готовили горячие блюда: кулиш, щерба (рыбный суп), вареники и т.п. Такая еда была не только вкусной, но и очень полезной.

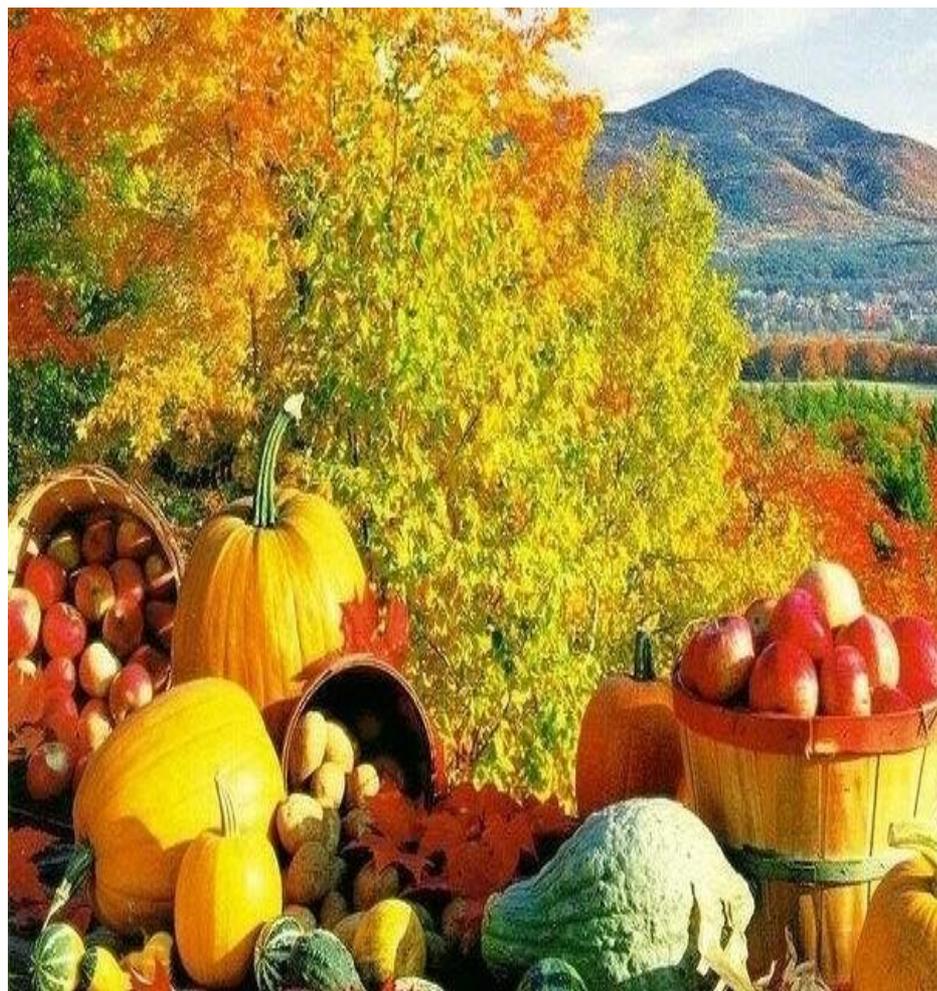


**Основой питания кубанской семьи
являлись пшеничный хлеб, продукты
животноводства, рыбоводства,
овощеводства и садоводства...**



Еду готовили рано утром, на весь день. Замешивали тесто на хлеб. Обычным меню были суп-лапша, картошка в мундире, ячница, сало, борщ, вареники, творог со сметаной. Большую роль в питании играли крупы, каши на воде и молоке, в них добавляли тыкву и морковь.





**Летом и осенью
пища была более
разнообразной, так
как на огородах
поспевали овощи и
фрукты. Ужин, как
правило, не
готовился, подавали
на стол, то, что
осталось от завтрака и
обеда.**

Молочные блюда — важная часть повседневного рациона кубанской семьи.



Основой для приготовления многих блюд было кислое молоко. Из него делали варенец, ряженку, сметану, творог. Кубанские казаки делали сыр аналогично традициям адыгейской кулинарии.



Окрошка мясная
на квасе

Б О Р Щ



Из мяса готовили первые блюда (борщ, лапша, похлебка, суп), вторые блюда (жаркое с овощами, каша с мясом), начинку для пирогов.



Блюда из рыбы — основа питания кубанских казаков. Рыбу варили (уха, щерба), жарили (жарина), томили в печи. Из рыбного филе готовили котлеты. На праздничный стол подавали пироги с рыбой, заливную и фаршированную рыбу. Рыбу сушили, коптили, вялили (балык).

Бахчевые культуры — арбузы, дыни и тыквы часто встречались в пище казачьих семей в летнее время.

Арбузы и дыни солили.

Мякотью арбуза заливали соленые помидоры, огурцы, капусту.

Бахчевые культуры.

дыни



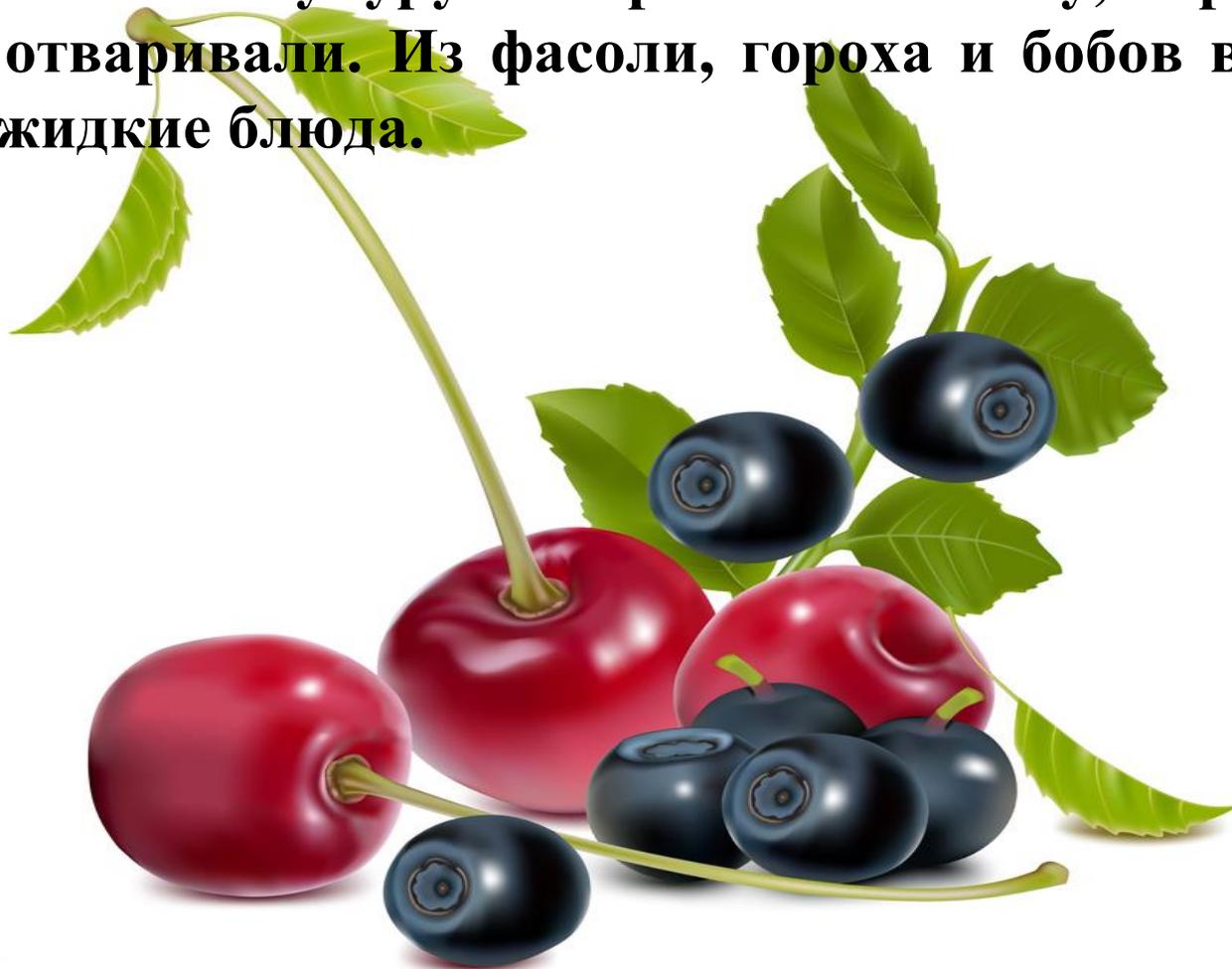
арбузы



ТЫКВЫ



Дикорастущие (терн, вишня, смородина, алыча, яблоки, груши, орехи, шиповник) употреблялись повсеместно. Из кукурузы варили мамалыгу, варили её в печи, отваривали. Из фасоли, гороха и бобов варили каши и жидкие блюда.



Мучные блюда.

У казаков хлеб был главным продуктом питания, его берегли.

Отношение к нему было святое, потому что хлеб казакам тяжело доставался. Приготовление хлеба сопровождалось молитвой, крестным знаменем. Нельзя было печь хлеб в пятницу, либо когда в доме был покойник. В то время когда замешивали тесто, нельзя было детям бегать, шуметь и громко разговаривать. Наиболее распространенным был хлеб из кислого теста на дрожжах или закваске. Хлеб выпекали в печи (на поду или в формах), из кислого теста пекли пироги, пирожки, шаньги, булки, блины, оладьи и др. Пироги — праздничное и повседневное блюдо с начинкой из рыбы, мяса, овощей, круп, фруктов, ягод.



Любимое блюдо во время поста пампушки, которые подавались к столу с приправой.



Из теста так же готовили вареники с разнообразными начинками, галушки и лапшу.

Из пресного теста делали
“хворост” и “орешки”. Их
обжаривали в масле



Из кислого теста
пекли блины и
оладьи.

В праздники готовили
особенные блюда,
разнообразные пироги,
колбасы.

