

КУЛЬТУРА 8

Лекція #6:

Традиційна їжа



- Українська їжа – багатопоживна (nutritious), різноманітна, смачна
- До великої міри походить із хліборобства і господарства
- Чому?
- Які ці зерна?



Жито – rye wheat



Пшениця - wheat



Гречка - buckwheat



Ячмінь - barley



Овес - oats



Кукуруза - corn



Просо - millet



Бобові рослини, горох, біб, фасоля



Також вирощують городину:

буряки

капусту

гарбузи

цибулю

часник

огірки

картоплю (після 1600)

помідори (після 1600)

Та різні овочі – фрукти:

яблука

груші

ягоди

черешні

вишні

кавуни

дині

виноград

різні горіхи

Хліб

- Займає перше місце в харчі українців
- Переважно житній хліб
- На свята переважно пшеничний хліб
- Переважно печуть жінки по хатах

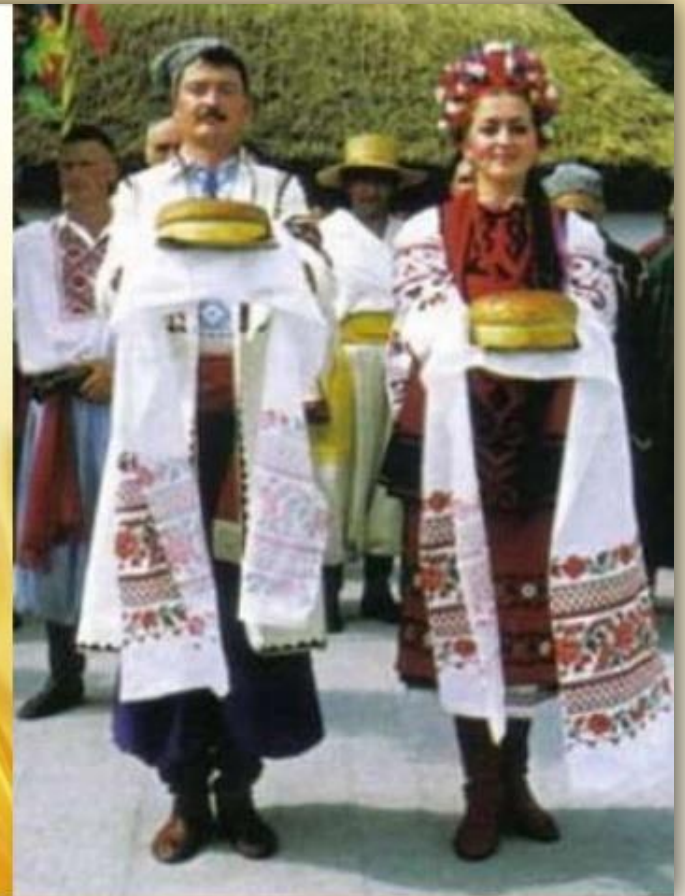


- В народі хліб це свята річ
- Символ життя
- Дар Божий
- Уживається на усі релігійні і світські свята
- Вітається гостей хлібом і сіллю



Будь-який обряд
не обходився без
хліба.

Виряджали сина
в далеку дорогу
— мати
загортала в
рушник житній
окраєць;
справляли
весілля —
пекли коровай;
дорогих гостей
зустрічали
хлібом-сіллю.



В Україні можна знайти понад 60 різних хлібів





Каші

- Варені із усіх формів зерна України
 - Просо
 - Кукурудза
 - Пшениця
 - Вівса
 - Гречки
- Кулеша – пшоних крупів (wheat berries)
- Лемішка – гречане або кукурудзяне борошно
- Саламаха – з гречаного борошна
- Мамалиг'а – з кукурудзяного борошна
- Кулеша - з кукурудзяного борошна

Борщ

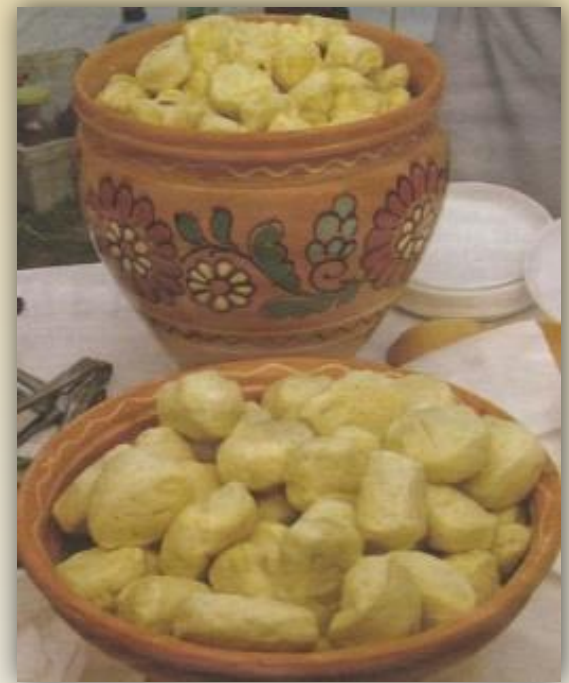
- Зупа – суп із буряків та капусти, м'яса, гороху, грибами, і т. д.
- Із сметаною, чистий, зелений, квасковий, холодний...
- Які вам смакують борщі?

Суп - зупа

- Різні
- Особливо смачні грибові, картопляні, каписняки, росоли, яринові ...

Вареники

- Знаходяться від Східньої Європи до Японії
- Начиняні всілякими м'ясами, грибами, капустою, зерном, рибою, ягодами, фруктами, картоплею, горохом, і чим господар забажає
- В минулому, це була страва на неділю та свята
- В будень, їли галушки – варене тісто із борошна та картоплі (similar to gnocchi)



М'яса

- Переважно свинина, хоча українцям теж смакують волонина, баранина і птиця
- Ковбаси, сало, шинки, сальцесон
- Дичина, переважно птиці, дикий кабан і заєць
- М'ясо переважно вживається у страві, а тільки на свята та неділі вариться окремо
- Чому?

Голубці

- Улюблена страва українців
- Начиняні як вареники усіма зернами та м'ясами

Напої

- Компоти та узвари із овочі – фруктів та ягід
- Добре розвинене пивоварення
- Мід – алькоголічний напитек із меду
- Різні горілки
- Вина – особливо із овочів – фруктів
- Настійки
- Квас
- Чай – переважно із трав та різного зілля

Регіональні різниці в стравах

- Як і в інших аспектах української культури існують великі різниці в їжі між околицями та етнографічними групами українців
- Можете подумати про харчі які були б регіональними?



.wmv